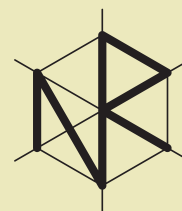


# LES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES DE PLEINE NATURE : QUELLE ACCESSIBILITÉ POUR LES PUBLICS EN SITUATION DE HANDICAP ?



NATURE  
RÉCRÉATION &

Décembre 2017 - n°4

INTRODUCTION  
AU DOSSIER

La démocratisation et la diversification des pratiques physiques et sportives à destination des personnes en situation de handicap font communément et historiquement référence à des activités dispensées en établissements médico-sociaux auprès d'usagers ou alors institutionnalisées et soutenues par des fédérations sportives spécialisées (Lomo, Reichhart, 2017). En effet, sous l'appellation d'activités physiques adaptées (APA), certaines activités se déroulent dans des établissements spécialisés, encadrées par des éducateurs sportifs et organisées en lien avec le projet individuel de l'utilisateur. D'autres s'inscrivent dans une logique fédérale, soutenues par deux fédérations sportives spécialisées, distinguant des types et modalités de pratiques segmentées en fonction des familles de handicap ; ainsi, la Fédération Française de Sport Adapté (FFSA) propose plus de 80 disciplines afin que les personnes déficientes mentales puissent pratiquer, en compétition ou en loisir, une activité physique et motrice. Quant à la Fédération Française Handisport (FFH) visant les personnes déficientes motrices et sensorielles, elle alimente une large gamme de disciplines sportives, praticables en compétition ou en loisir, comprenant entre autres la natation, l'athlétisme, le basket en fauteuil ou encore le cécifoot (Ferez, 2013). Parmi les activités issues des institutions et des fédérations, les activités de pleine nature occupent une place non négligeable ; les éducateurs sportifs intervenant en établissements tels que des instituts médico-éducatifs ou des foyers d'hébergement par exemple proposent couramment des sorties pédestres ou cyclistes, parfois des séjours balnéaires ou en montagne. De leur côté, les fédérations sportives

**Frédéric REICHHART**

Mcf, INSHEA à Suresnes,  
membre du GRHAPES

[Frederic.reichhart@inshea.fr](mailto:Frederic.reichhart@inshea.fr)

renforcent également le développement des activités physiques de pleine nature ; au sein de son offre, la FFH propose de la randonnée, du ski alpin et nordique, de la voile, du canoë-kayak, du char à voile, de l'équitation, de l'escalade ou encore de la plongée. Vers la fin des années 90, elle soutient un projet de labellisation autour des activités de plein air et de pleine nature (MELT, 2001, p 3) qui aboutit à la création du label «Espace Loisir Handisport» (ELH) ; il s'agit d'identifier des structures proposant des activités physiques et sportives garantissant une qualité d'accueil répondant aux difficultés et aux problématiques des «utilisateurs de fauteuils roulants, les mal marchants et les non-voyants». En 2001, elle édite un guide qui comporte des règles très générales d'accessibilité ainsi que des propositions d'aménagements d'équipements sportifs et de loisirs de plein air (en référence à 36 activités). Quant à la FFSA, elle organise des activités d'adaptation à l'environnement par le biais d'activités sensorielles, aquatiques et des randonnées avec jeux d'orientation.

Progressivement, les activités physiques et sportives en faveur des personnes en situation de handicap bénéficient d'un contexte politique favorable à leur développement et diversification. L'affirmation du droit aux sports et aux loisirs pour tous ainsi que la mise en place de politiques d'accessibilité depuis 1975 autour du cadre bâti et du transport sont dynamisées et renforcées par la loi du 11 février 2005, conduisant de nombreuses infrastructures sportives et d'espaces touristiques, y compris celles liées aux activités de pleine nature, à s'inscrire dans un processus de mise en accessibilité. De plus, des collectivités territoriales soutiennent et organisent des politiques de développement économique combinant l'accueil de touristes en situation de handicap et l'accessibilité sportive. C'est le cas de la Région Rhône-Alpes qui, dès le début des années 2000, tend à «favoriser l'accessibilité des sites, équipements et activités touristiques aux personnes handicapées et ainsi (...) devenir une région pilote pour l'accueil de tous les touristes» (Mitra, 2004, 3). Compte tenu de la configuration géographique de ce territoire, les activités de pleine nature destinées aux personnes en situation de handicap sont au centre de ce développement. En 2011, le rapport «Tourisme et handicap, Etat des lieux et perspectives» (Mitra, 2011) offre une première analyse de la fréquentation par les personnes handicapées de différents espaces comme le littoral, la montagne ou encore la campagne, dévoilant entre autre que le littoral reste plus fréquenté (43%) que la montagne (seul 14% des personnes handicapées se rendent à la montagne). Ainsi, parmi mais aussi en complément des activités physiques et sportives dispensées en établissements et en clubs sportifs, «une diversité d'activités de pleine nature est proposée, à la mer comme à la montagne, et en toutes saisons, intéressant tous les types de handicap» (Reichhart, 2013) : le ski, la randonnée pédestre, les activités d'eaux vive, le parapente, le parachutisme ou la plongée, pour ne citer que celles-ci, sont des activités «outdoor» qui demeurent accessibles et pratiquées par des publics en situation de handicap.

Dans le sillon des politiques d'accessibilité, certaines fédérations sportives se sont repositionnées pour penser et organiser l'accueil

de pratiquants en situation de handicaps. De nombreux programmes d'activités et des projets d'accueil apparaissent. Dès les années 1990, le programme Hand Icare développé par la Fédération Française de Vol Libre (FFVL) vise à rendre accessible aux personnes handicapées certaines disciplines comme le parapente. D'autres projets, parfois conventionnés entre la FFH et/ou FFSA et des fédérations classiques, aboutissent à la création de labels visant à garantir des conditions d'organisation de l'activité sportive et de la formation de l'encadrement. En 1997, à l'initiative de la FFSA, FFH et Fédération Française d'Équitation, le label «Centre Handiquestre «voit le jour garantissant l'adaptation et l'accessibilité des installations, la qualité du matériel et la qualification et les compétences de l'encadrement technique et pédagogique. Par la suite, un label fédéral «Equi-Handi Club «élaboré en 2009-2010 valorise les structures d'accueil qui proposent une activité équitation adaptée aux personnes déficientes mentales, motrices et sensorielles. De son côté, la Fédération Française de Randonnée Pédestre (FFRP) développe depuis 2009 l'appellation Rando Santé® destinée aux associations ou sections d'associations adhérentes de la Fédération et s'adressant en priorité à des individus aux capacités physiques diminuées. Soulignons aussi la création du label Handivoile par la FFH et la Fédération Française de Voile (FFV). Attribué et contrôlé par une commission mixte FFV/FFH, il a pour but d'encourager l'organisation de la pratique de voile pour les personnes déficientes motrices. Très ou trop peu d'écrits se consacrent à ces labellisations et encore moins au label handivoile. En sens, l'article que propose Denis Jallat apparaît comme pionnier en offrant une première analyse socio historique du développement et de la mise en œuvre de ce label ainsi que des actions et orientations qui composent la politique de la FFV en faveur des personnes handicapées.

En même temps et en complément de l'engagement fédéral, une forte mobilisation des différents acteurs privés et publics dans le domaine du tourisme et du loisir sportif en direction du handicap contribue à la diversification et au renforcement d'une large offre d'activités. En effet, depuis les années 1990, un nombre croissant d'associations soutiennent l'accès des Activités Physiques de Pleine Nature (APPN) à des «publics à besoins spécifiques». Des associations comme Handicap Evasion, Umen, Association Loisirs Assis Evasion, Hamina, L'Association Handikraft, ABC Rando ou encore Libre proposent des activités sportives dans les différents massifs montagneux français (Pyrénées, Vosges, Alpes...). Cette offre adaptée aux besoins et attentes de personnes déficientes sensorielles, motrices et intellectuelles est multi saisonnière; la palette des activités accessibles en hiver comporte différents types de skis (ski en tandem...), du traîneau à chiens ou encore des randonnées en raquettes. Les autres saisons sont plus propices à la randonnée pédestre ou animale (âne, poney, Lama, traîneau à chien), au handbike, à l'escalade mais aussi aux activités aériennes comme le parapente ou le parachute en tandem. Elles sont complétées par des activités aquatiques, notamment en eaux vives, comme le rafting, le kayak ou le canoë; dans les Hautes-Pyrénées, Ecolorado organise

des parcours en rafting notamment pour les personnes handicapées mentales; en Savoie, Nunayak Rafting propose la descente du Giffre pour des personnes polyhandicapées. Mais la randonnée fait l'objet d'un développement croissant concrétisé par les multiples aménagements de sentiers d'interprétation et de promenades dans les différents massifs de l'hexagone. En Savoie, des «promenades confort» avec des distances et durées adaptées (de 500 à 3 000 m pour d'une durée variant de 30 minutes à 2h00), impliquant divers aménagements (proximité des places de parking et des chemins, largeur des chemins, déclivités modérées, adaptation des mobiliers et des toilettes) permettent à un large public, comprenant des personnes âgées, des familles avec enfants et aux poussettes, de profiter de sites naturels. Développée par le Conseil Départemental, une vingtaine de circuits de ce type existent à ce jour. En parallèle, les parcs nationaux et régionaux développent des politiques d'accueil pour tous publics qui incluent l'accessibilité des espaces et des activités. À titre d'exemple, nous pouvons citer le sentier Le Lauzanier dans les Alpes de Haute-Provence au sein du parc du Mercantour, créée en 2010, le sentier du Parc National des Pyrénées au Plan d'Aste ou encore celui du bois du Bouchet à Chamonix. Mais la démocratisation de la randonnée, notamment pour les personnes à mobilités réduite, bénéficie aussi des progrès techniques et des innovations technologiques, en l'occurrence la diversification des fauteuils tout terrain (Schuman et Dubelmann, 2011). L'article de Pantaléon et Reichhart présente le développement et l'usage de ces fauteuils roulants, plus précisément les fauteuils mono roues nommés «joëlette». À partir d'entretiens réalisés auprès de pratiquants, il analyse la perception de la joëlette et apporte des éléments de compréhension et d'analyse à l'engagement de personnes à mobilité réduite pratiquant la randonnée à l'aide de ces fauteuils. De son côté, Isabelle Mallet détaille la pratique de la randonnée pédestre par des personnes déficientes visuelles. Participant aux randonnées organisées par l'Association Valentin Haüy-Comité Clermont-Ferrand (AVH-63), elle met en exergue que cette activité est l'occasion de vivre des expériences sensorielles et émotionnelles, et d'entretenir un échange avec le milieu naturel.

Ces activités de montagne côtoient d'autres activités, plutôt balnéaires, pratiquées sur la plage et en mer parfois sur des plans d'eau, de types aquatiques et subaquatiques. Par exemple, en utilisant un fauteuil de baignade équipé de flotteurs et de larges roues pour se déplacer aisément sur le sable, les personnes déficientes motrices peuvent pratiquer la baignade. Quant aux personnes déficientes visuelles qui souhaitent se baigner en autonomie, elles peuvent bénéficier d'un micro-émetteur sous forme d'un bracelet-montre qui les informe par un message sonore de leur position par rapport à des balises disposées sur la plage et en mer. Ce dispositif breveté nommé Audioplage est présent sur de nombreux lieux de baignade au bord de la Méditerranée (Nice, Palavas-les-Flots, Antibes, Balaruc-les-Bains...) mais aussi sur la côte atlantique (Cabourg, La Rochelle, Rivedoux-Plage...) ainsi que sur certains plans d'eau et bases de loisirs. En complément de la baignade, il est aussi possible de pratiquer la plongée sous marine, en piscine et



en milieu naturel – mer ou lac. Plutôt développée pour les personnes à mobilité réduite, plus rarement pour les personnes autistes ou avec des troubles psychiatriques, la plongée nécessite un encadrement formé et compétent. Enfin, grâce à un siège fixé sur les skis et du personnel formé, les personnes en fauteuil et les personnes déficientes visuelles peuvent pratiquer le ski nautique. Dans le champ balnéaire, il faut également faire référence à l'association Handiplage qui attribue un label indiquant une accessibilité graduelle des plages en fonction de plusieurs conditions et paramètres comme « les équipements, la sécurité, les services, l'encadrement, la proximité des commerces et l'environnement ». En 2016, le portail électronique d'Handiplage indique 64 plages et 255 plans d'eau intérieurs labellisés en France.

Le développement de ces actions est complété et renforcé par l'édition d'une kyrielle de ressources à destination des organisateurs d'activités, des professionnels ou gestionnaires de sites naturels : une succession de recommandations s'enchaînent sous la forme de guides prônant les bonnes pratiques qui favorisent l'accessibilité aux équipements et aux activités. Ainsi, par exemple, en 2009, la MITRA édite un carnet méthodologique, véritable outil de travail pour mettre en place des prestations et visites accessibles en milieu naturel (Mitra, 2009). Dans sa collection Accessibilité des équipements, espaces, sites et itinéraires sportifs, le Pôle Ressources National Sport et Handicap (PRNSH) coordonne la rédaction d'un guide consacré à l'accessibilité des bases nautiques (PRNSH, 2016). En 2011, le conservatoire du littoral publie un guide destiné aux gestionnaires de sites pour accueillir un public en situation de handicap, composée de fiches méthodologiques et techniques (Conservatoire du littoral, 2011). En 2012, la collaboration de gestionnaires d'espaces naturels aboutit à la publication d'un cahier technique sur les bonnes pratiques pour rendre accessibles les sites naturels (ATEN, 2012). Enfin, en 2015, le Cerema édite en 2015, une fiche technique présentant les enseignements provenant d'expériences de terrain et des bonnes pratiques en matière de prise en compte de l'accessibilité dans les espaces naturels (Cerema, 2015). En fait, sans citer toutes les ressources éditées, une diversité de supports est élaborée pour accompagner et faciliter la mise en accessibilité des sites de plein air et des prestations qui y sont associées.

Il convient également de rendre visible ce qui est accessible (Reichhart, Lomo, 2013) et donc de soutenir des actions de valorisation et de promotion des activités de pleine nature à destination de personnes handicapées. Edités par des collectivités territoriales en partenariat avec les autorités touristiques locales, des annuaires et recueils participent à cette visibilité en informant le public de l'offre accessible sur un territoire. C'est en sens que le PRNSH édite en 2014 et 2015 un recueil national pour l'accessibilité des équipements sportifs aux personnes en situation de handicap qui présente, entre autres, des activités de pleine nature. Enfin, la marque ATH qui identifie des prestations et équipements accessibles, est attribuée à des prestataires proposant des activités de pleine nature. Selon le site internet de l'association, 286 « sorties nature » (bases de loisir, plans d'eau et

lacs, plages, postes et pontons de pêche, sentiers de randonnées et d'interprétation...) sont labélisées par la marque ATH.

Enfin, Aggée Lomo invite à questionner l'accessibilité des pratiques de plein air dans une perspective plus anthropologique et interculturelle. Son article orienté vers l'inscription des activités de loisir de plein air dans les espaces sociaux de différents groupes de populations en Afrique subsaharienne souligne le rapport des sociétés à la nature et la diversité des pratiques à destination des personnes handicapées qui en découlent.

## RESSOURCES INSTITUTIONNELLES

Atelier technique des espaces naturels (ATEN), « Guide pour l'accessibilité dans les espaces naturels », Cahier n° 85, 2012.

CEREMA, « Des espaces naturels accessibles à tous », Fiche 4, Collection Expériences et pratiques, 2015.

Ferez S. et Sébastien Ruffié S. (2013) Corps, Sport, Handicaps (Tome 1): L'institutionnalisation du mouvement handisport (1954-2008), Tétraedre.

Mission d'ingénierie touristique Rhône-Alpes (MITRA), Tourisme et handicap, Etat des lieux et perspectives, 2011.

Mission d'ingénierie touristique Rhône-Alpes (MITRA), « Patrimoine et handicap. Des clés pour adapter les visites des sites naturels et culturels », Les carnets de la Mitra n° 7, 2009.

Mission d'ingénierie touristique Rhône-Alpes (MITRA), « Tourisme et loisirs de pleine nature adaptés : diagnostics et orientations stratégiques », Les cahiers de la MITRA n°5, 2004.

Conservatoire du littoral, Accueil des personnes handicapées sur les sites du Conservatoire du littoral, Guide méthodologique, Bayard, Nature et territoires, 2011.

Pôle Ressources National Sport et Handicaps (PRNSH), Le guide des bases nautiques. Accessibilité des bases nautiques. Guide d'usage, conception et aménagements, 2016.

Pôle Ressources National Sport et Handicaps (PRNSH), Recueil national pour l'accessibilité des équipements sportifs aux personnes en situation de handicap, 2014.

Pôle Ressources National Sport et Handicaps (PRNSH), Recueil national pour l'accessibilité des équipements sportifs aux personnes en situation de handicap, 2015.

## BIBLIOGRAPHIE

LOMO A. et REICHHART F. (2017), *Les activités physiques adaptées : Handicap et santé in Slawinski et al, Licence steps : tout en un*, Dunod, 2017, pp. 440-444.

SCHUMAN J. et DUBELMANN A. (2011), « Randonnée accessible, plus vraie que nature », *Aires*, 2011, pp. 15-19.

REICHHART F. (2013), « Évolution et perspectives de l'offre de loisirs à destination de personnes handicapées », *Revue Espaces*, n°314, Septembre-Octobre 2013, pp. 66-75.

REICHHART F. et LOMO A. (2013), « Accessibilité et communication ou comment rendre visible ce qui est accessible ? L'exemple des informations touristiques destinées aux personnes en situation de handicap en France », *MEI Média et Information*, n°36, pp. 53-64.