

Patin

Il y a plusieurs façons d'apprécier le sentiment de glisse sur la glace: assis ou debout, en milieu naturel ou sur une patinoire aménagée, etc. Lors de la pratique de cette activité de plein air, il est possible de se dépasser et aller vite, de se balader tranquillement, de jouer à des jeux, ou encore d'être créatif et faire des pirouettes.

Bonne pratique et conseil d'encadrement

- Utiliser les protège-lames.
- Porter une attention particulière aux extrémités (doigts et orteils) qui pourraient être moins sensibles et geler sans que la personne participante s'en aperçoive.
- Prévoir des pauses pour les collations, à l'intérieur si possible.
- Apporter des boissons chaudes dans des thermos individuels ou de groupes avec des verres (café, chocolat chaud, thé, tisane).
- La section sécurité du site Web « Parcours de l'offre » comporte de nombreuses informations générales quant à la sécurité en plein air.

Aménagement

Au niveau de l'aménagement des patinoires, les points à retenir sont:

- Offrir une variété de possibilités de pratique bonifie grandement la qualité de l'expérience de tous et toutes (ex.: lac ou rivière entretenus, patinoires extérieures avec bandes, etc.).
- Fournir des informations quant à l'accès et la qualité de la glace avant que la personne se déplace, et sur place.

De plus, les infrastructures doivent être bien entretenues pour favoriser l'accès au site pour tout le monde (ex.: le stationnement, le bâtiment d'accueil et les cheminements pour se rendre d'une aire à l'autre). À l'intérieur, les aires d'accueil, de toilettes ainsi que la salle pour changer ses bottes devraient être accessibles. Pour en savoir davantage sur les infrastructures, voir la fiche « [Parcours sans obstacles](#) ».

Pratique inclusive

- Pratiquer à utiliser les équipements sur une patinoire intérieure à l'avance.
- Si la patinoire bénéficie d'entretien, regarder les horaires et y aller lorsqu'elle est fraîchement entretenue pour éviter les irrégularités.
- Utiliser divers types d'équipements pour sécuriser et stabiliser la personne.
- Consulter l'outil « [Pratiques Inclusives Générales](#) »
- Développé par l'AQLPH, l'outil la « [Roue des variables inclusives](#) » sert à aider à la planification d'une programmation ou activité inclusive.

Matériel et équipement

La section suivante décrit du matériel et des équipements adaptés pour la pratique du patinage. Il ne s'agit pas d'une liste exhaustive. Des équipements standards pourraient aussi convenir à différents types de besoins.

La plateforme à patin

Cette plateforme permet d'aller sur la glace avec un fauteuil roulant de façon sécuritaire. Le fauteuil est roulé sur cet équipement et fixé à l'aide d'une sangle. Deux lames se trouvent sous la plateforme ajustable en largeur. La personne utilisant le fauteuil doit être accompagnée pour se diriger sur la glace.



Crédit photo: Zéro Limit

Luge de parahockey

Ce type de luge permet de jouer au hockey en position assise. Celle-ci s'utilise avec des bâtons qui ont une palette d'un côté et des dispositifs pour se diriger de l'autre.



Crédit photo: Evo Concept

Luge multisport

Ce type de luge est composé d'une assise et d'une structure permettant de fixer des lames de patin spécialement conçues.

La majorité des luges multisport sont modifiables pour s'adapter à une grande diversité de besoins. Une barre de poussée peut être utilisée par une personne accompagnatrice, un dossier plus haut peut être ajouté, un système de traction avec harnais peut être installé à l'avant, etc.

Plusieurs niveaux d'engagement ou de soutien sont disponibles. Les luges de type récréatives permettent d'étendre les jambes, alors que d'autres, plus agressives ou qui offrent plus de support, permettront aux jambes d'être plus près du corps et aux genoux d'être plus hauts, pour supporter le tronc lors des poussées. Certaines luges sont modifiables et permettent donc de changer la position des jambes. C'est d'ailleurs le cas pour la luge multisport d'Evo Concept, qui permet une grande flexibilité au niveau des positions et du choix d'accessoires. Elle permet aussi de pratiquer le ski de fond, le patin et la randonnée à partir d'une même assise. Il suffit de changer l'accessoire qui s'y attache au-dessous.



Crédit photo: Evo Concept



[Vidéo luge multisport](#)

Aide à l'équilibre

Barre de soutien

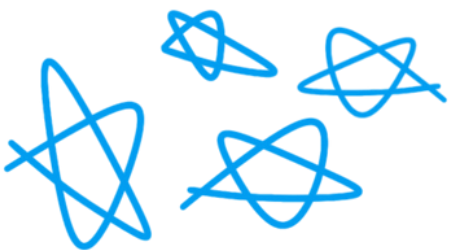
Il existe de nombreux types de supports pour le patinage. Certains sont ajustables, d'autres sont plutôt conçus pour les enfants. Il peut être intéressant d'avoir un modèle ajustable, ou encore plusieurs grandeurs disponibles afin de convenir à un plus grand nombre de personnes. Voici un exemple.

Stabilisateurs patins

Cette pièce d'équipement est conçue pour améliorer l'équilibre et la stabilité de la cheville. Il existe un modèle pour adulte et un pour enfant. Voir le site de Canadian Tire pour plus d'informations.

Adapteur bottes régulières

Cet équipement s'ajoute sur une paire de bottes régulières pour enfant. Il est composé d'une plateforme qui s'attache à l'aide de sangles de velcro, sous laquelle se trouvent deux lames. Il permet ainsi de transformer une botte en patin, en plus de fournir une stabilité supplémentaire grâce aux deux lames. Voir un exemple ici: Patins à doubles lames Linwood Bob, Canadian Tire.



Chaise luge tubulaire

Cet équipement spécialement conçu pour se déplacer sur la glace sert à l'aide à l'équilibre et aussi de chaise. Pour les grands comme les petits, cette chaise permet de s'amuser sur la patinoire. Voici un exemple.

Fournisseurs

Des répertoires de matériel et équipements disponibles en prêt dans certaines instances régionales responsables du loisir des personnes handicapées sont répertoriés dans la section « matériel et équipement » du site Web du « Parcours de l'offre ».

De plus, grâce au programme « Circonflexe », initiative du réseau des Unités régionales loisir et sports (URLS), des équipements sportifs, récréatifs et adaptés sont disponibles en prêt, gratuitement dans toutes les régions. Le site Web de Circonflexe regroupe toutes les informations liées au programme.

Entreprise	Type de matériel
<u>Evo Concept</u> (Québec).	Luge de parahockey, luge multisport.
<u>Zero Limit</u> (Québec).	Lugicap Ice Perf.
<u>Synerglace</u> (Canada).	Barre de soutien Tykeskater/ Déambulmax, Chaise luge tubulaire.
<u>Lugicap</u> (France).	Plusieurs modèles Lugicap.
<u>Unique Inventions Inc.</u> (Ontario).	Plusieurs modèles de luges de parahockey et bâtons.

De nombreux accessoires sont disponibles chez les magasins d'articles pour le plein air qui ont une section d'équipements de patinage ou de hockey.

Possibilités de pratique au Québec

- 
- Patinoire Bleu-Blanc-Rouge de Joliette, Lanaudière
 - Parc nature Les Forestiers, Montérégie
 - Sentier du Ruisseau-de-la-Brasserie / Patinoire, Outaouais

Quelques articles intéressants

- ” [Une patinoire extérieure accessible aux athlètes handicapés ouvre à Winnipeg](#), Radio-Canada, 2018.
- ” [À Limoges, le plaisir de patiner malgré le handicap](#), FranceInfo, 2022.
- ” [Cap-Saint-Ignace se dote d’accessoires d’aide aux patineurs](#), L’Oie Blanche, 2024.

Quelques vidéos intéressantes

- 📺 [À la découverte du handisport : Le Para Hockey !!!](#), 2022.
- 📺 [Initiation au parahockey avec Adaptavie](#), Radio-Canada, 2024.

Personnes ayant contribué

Rédaction: Catherine Meunier (Kéroul)