



## SPORTS D'HIVER Pour le ski et d'autres activités

Au fil des ans, le Groupement romand de skieurs aveugles et malvoyants a étoffé son offre. Outre le ski alpin, le GRSA propose des sorties à skis de fond, ou en raquettes à neige, des activités hors piste ainsi que des randonnées. /ste

## Le GRSA compte 500 guides et cherche à en former de nouveaux

Skier tout en offrant ce même bonheur à des personnes aveugles et malvoyantes, c'est la mission du GRSA. Qui désire former de nouveaux guides. Toutes les infos sont disponibles sur le site [www.grsa.ch](http://www.grsa.ch). /ste

### HANDICAP

# Une seule paire d'yeux pour guider quatre skis sur les pentes enneigées

**Aveugles et malvoyants peuvent aussi s'adonner aux joies de la glisse. En Suisse romande, ces personnes peuvent compter sur des guides expérimentés pour dévaler les pistes en tandem. Deux Neuchâtelois font part de leur expérience.**

SANTI TEROL

Le Groupement romand de skieurs aveugles et malvoyants (GRSA) passe presque inaperçu. Il existe pourtant depuis plus de trente ans. Cette association accueille des skieurs pas comme les autres, puisqu'ils évoluent... en tandem. Les yeux et la voix de ces guides tracent la piste qu'empruntent celles et ceux qui ne peuvent se déplacer sans aide. Le canton de Neuchâtel dispose à ce jour de 18 guides, tandis qu'ils sont 20 handicapés de la vue à bénéficier des prestations du GRSA.

«J'ai un handicap visuel léger. Je ne vois que d'un œil et je n'arrive que difficilement à lire ce qui bouge», explique Cédric Benoit (30 ans), des Verrières. «Je skie avec le GRSA pour des raisons de sécurité»,

souligne-t-il. Autant dire qu'il ne pourrait pratiquer ce sport sans cette aide bienvenue. Seul dans une station de ski, cet informaticien de gestion (il travaille à plein-temps), ne pourrait tout simplement pas se déplacer sur ses lattes: «Les stations attirent la foule. Je croise trop de monde sur les pistes pour pouvoir skier seul», constate Cédric Benoit. Qui n'est de loin pas un débutant. «J'ai appris à skier lorsque j'étais en 3e primaire.» L'enfant des Verrières a même pu participer aux camps de ski organisés par l'école. Déjà à l'époque, Cédric pouvait compter avec les bénévoles du GRSA. «On suit le guide. C'est lui qui nous choisit les meilleurs champs. Grâce au GRSA, on peut découvrir de nouvelles stations de ski ainsi que rencontrer d'autres handicapés de la vue», exprime-t-il plein de reconnaissance.

Une gratitude qui conduit également Cédric Benoit à participer à la formation des guides – tous les ans, le GRSA est à la recherche de nouveaux bénévoles pour les instruire à la conduite d'un tandem. Cette activité n'est pas difficile, elle procure même du plaisir au guide pour autant «qu'il garde



**COMPLICITÉ EN JAUNE ET ROUGE** Pour que le tandem puisse fonctionner sur les pistes, le guide (toujours en veste rouge barrée d'une bande noire) suit ou devance de près la personne handicapée de la vue (qui porte toujours la même veste que le guide, mais en jaune). Ci-dessous, Cédric Benoit lors d'un week-end de clôture de saison à Mürren pour une photo souvenir avec une guide du GRSA. (SP ET PRIVÉE)

à l'esprit qu'on skie à deux», sourit l'informaticien. Dans son cas, la distance de sécurité (entre les deux skieurs) est de trois mètres environ. «J'aime bien être assez proche du guide, cela me rassure. D'autres demandent plus d'espace. Chacun a ses sensations», relate le Verrisan.

Grâce au GRSA, Cédric Benoit profite d'autres activités de montagne. «J'ai déjà fait la vallée Blanche à ski avec le groupement hors piste. On était monté à plus de 4000 mètres. Mais par moments, j'ai dû utiliser des bons crampons», se

souvent-il. L'association propose aussi de l'escalade sur des pentes de glace, signale-t-il. Hors ces activités en montagne, Cédric Benoit fait aussi un peu de gymnastique et du vélo. Parfois, il se hasarde seul sur une bicyclette. «Mais il faut très bien connaître le parcours», relève-t-il. «Sinon, il faut toujours rester bien concentré sur celui qui roule devant.» Dans ces circonstances, on comprend aisément que Cédric préfère, là encore, rouler en tandem. «On est derrière, c'est bien plus tranquille.» /STE



«Les stations attirent la foule. Je croise trop de monde sur les pistes pour pouvoir skier seul»

Cédric Benoit

## Les plaisirs partagés d'une saine combinaison

Guide, formatrice et membre du comité du GRSA, Sara Angelini ne skie pratiquement plus jamais seule. «Skier à deux est un plaisir partagé», assure cette étudiante à l'Université de Neuchâtel. Car, même si tous les guides ont un niveau acceptable, «certains malvoyants vont très vite devant nous. Il arrive qu'on rame pour les suivre. Comme nous, les handicapés de la vue mettent les skis pour prendre du plaisir. Les sensations qu'ils éprouvent sont les mêmes...», explique la jeune femme de 25 ans.

Sara Angelini est devenue guide au sein du GRSA après que sa mère a lu un article de presse sur cette association. «Elle m'a poussée à la découverte et j'ai tout de suite été enchantée par cette activité. Dans ma volée, en 2001, certains guides en formation avaient la cinquantaine, mais nous étions passablement de jeunes», raconte l'étudiante en géographie. Bien sûr, la prise en charge d'une personne handicapée de la vue implique un certain sens des responsabilités. «Il faut en tirer du plaisir, apprécier le partage. Car la personne que nous guidons doit nous

faire entière confiance pour skier de façon relâchée», contrebalance Sara Angelini. Surtout, assure la jeune femme, il s'établit un dialogue dans le tandem qui n'est pas en rapport avec les liens que peut entretenir un professeur avec son élève. Au fil des heures, le tandem apprend à se connaître, à s'apprécier. Des liens se nouent, les ordres passent de mieux en mieux. Les affinités prennent le pas sur les craintes. «A ski, c'est un réel plaisir de pouvoir s'apprécier sans que les différences entre les uns et les autres ne ressortent. Le handicap passe au second plan, derrière les sensations au niveau du relationnel.» Dès que le plaisir est



**ALTRUISTE** Guide au GRSA, Sara Angelini partage les émotions des handicapés de la vue lors des week-ends à ski. (GUILLAUME PERRET)

partagé, assure la jeune femme, «nous n'avons plus qu'une préoccupation: assurer la sécurité du deuxième skieur». /ste

## Les règles du tandem

Comment reconnaître un malvoyant en train de skier en tandem? Simple: le skieur handicapé de la vue porte toujours une veste jaune barrée d'une bande noire. Le guide revêt la même veste, mais en rouge. En général, le guide suit un malvoyant tandis qu'il précède un skieur atteint de cécité. Le tandem est toujours en communication (parfois par liaison radio). Chaque 2 à 3 secondes, le guide donne ses ordres au skieur. Comme: à droite, halte, dérape, chasse-neige par exemple. Ou des descriptions telles que: trou, ombre, soleil, plus étroit, plus de monde ou plus raide. Il importe dès lors de respecter le tandem et de ne pas chercher à passer entre les deux skieurs. Il en va de la sécurité du handicapé de la vue. Séduit par la fonction? Coresponsable de formation, Coralie Imobersteg

(079 5749509) et Yves Kazemi (079 6376746) organisent une journée de sensibilisation, samedi 10 novembre à Lausanne. Là, les rôles sont inversés puisque les futurs guides se mettent dans la peau d'un malvoyant, par exemple, en prenant un repas dans le noir ou pour prendre simplement l'ascenseur... /ste

PUBLICITÉ

**BUREAU CONSEILS**  
Fabrice Chételat & Partenaires  
**Bientôt la fin de l'année**  
**3<sup>e</sup> pilier déductible des impôts**  
Y avez-vous pensé? Venez nous voir!  
Rue de la Gare 13 • CH-2074 Marin  
Tél. 032 763 07 05  
E-mail: [bfc@swissonline.ch](mailto:bfc@swissonline.ch)