**Zeitschrift:** Physiotherapeut : Zeitschrift des Schweizerischen Physiotherapeutenverbandes = Physiothérapeute : bulletin de la Fédération Suisse des Physiothérapeutes = Fisioterapista : bollettino della Federazione Svizzera dei Fisioterapisti

**Herausgeber:** Schweizerischer Physiotherapeuten-Verband

**Band:** - (1979)

**Heft:** 286

**Artikel:** Skions malgré tout : skier sans chasse-neige

**Autor:** [s.n.]

**DOI:** https://doi.org/10.5169/seals-930514

**Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

**Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

**Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

**Download PDF:** 04.07.2025

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch**

# Invalidité et assurance sociale

*Un opuscule d'information*

La fédération suisse pour l'intégration des handicapés FSIH a publié déjà en 3e édition un opuscule qui donne une orientation sur les possibilités existantes d'assurance contre l'invalidité et sur l'assurance des personnes invalides dans les assurances sociales en Suisse. Vu qu'un part des membres de la fédération est de langue française, il s'imposait l'urgence de publier également une version française qui vient de paraître sous le titre: «Invalidité et assurance sociale».

Au cours des dix dernières années, les assurances sociales ont pris en Suisse un essor insoupçonné, car, dans cette période, des réformes fondamentales ont été accomplies dans la constitution, dans les lois et dans les ordonnances. Dans de nombreux secteurs d'assurance, la situation des invalides a changé et s'est grandement améliorée. Il est évident que ce qui répond aux besoins actuels de nombreux intéressés, c'est un bref et nouvel exposé des possibilités d'assurance et du droit actuel des assurances dans tous les secteurs; tel est le but poursuivi par la présente «brochure jaune». Par bonheur, la FSIH a réussi à s'assurer la collaboration d'auteurs, de professionnels, spécialistes et experts renommés en matière d'assurance; c'est ainsi que figurent parmi les auteurs de cette publication des directeurs généraux et des directeurs responsables de compagnies d'assurances suisses, ainsi que de hauts fonctionnaires et chefs d'offices fédéraux et cantonaux d'assurance. La préface de cet opuscule a été rédigée par Gertrude Girard-Montet, conseillère nationale et présidente de la FSIH, et l'introduction à cette publication est l'oeuvre du Dr Peter Binswanger, directeur général d'une compagnie d'assurance sur la vie. Les 15 domaines de cette publication concernant l'assurance privée contre les maladies selon la LCA, l'assurance privée contre les accidents, l'assurance privée sur la vie et contre l'invalidité, les caisses autonomes de pension et de retraite, l'assurance contre les maladies selon la LAMA, l'assurance obligatoire en cas d'accidents CNAL et l'assurance militaire fédérale. Les autres thèmes de cet opuscule sont les suivants: l'assurance chômage, l'AVS, l'assurance invalidité, les prestations complémentaires de l'AVS et de l'AI, la réglementation sur les allocations pour perte de gain, les réglementations cantonales sur les allocations familiales, la législation du contrat de travail et l'harmonisation des assurances sociales. Cet exposé, à la fois complet, précis et concentré, a toutes les qualités requises pour donner au lecteur une vue générale et des renseignements détaillés sur les questions d'assurance.

Cet opuscule s'adresse aussi bien aux praticiens juridiques qu'aux avocats et aux juristes de l'adminstration ainsi qu'aux représentants des assurances sociales, sans oublier en premier lieu les assurés eux-mêmes et les organisations de l'aide privée aux invalides.

Le livre vient de paraître aux éditions Delta SA à Vevey. On pourra se procurer cette brochure, qui coûte 10 fr. auprès du secrétariat de la fédération suisse pour l'intégration des handicapés FSIH, Brunaustrasse 6, 8002 Zürich ou auprès des librairies.

# Skions malgré tout

*Skier sans chasse-neige*

Il es possible d'apprende à skier avec succès sans utiliser la technique du chasse-neige. Ce mode d'enseignement est pratiqué pour les élèves atteints de troubles cérébro-moteurs. En effet pour ces skieurs, l'utilisation des diverses formes de freinage en chasse-neige est médicalement contre-indiquée; cette position provoque une augmentation de la spasticité et une raideur des membres qui aboutissent à un blocage de toute la mobilité du corps. Ces sportifs désirent toutefois acquérir une technique de ski qui leur permettra d'évoluer avec sûreté sur les pistes. Cela est réalisable grâce à une méthode établie dès le début portant sur la conduite parallèle des skis. Cette instruction particulière a été élaborée par Anne-Marie Ducommun physiothérapeute, qui en 12 ans d'expérience a dirigé plus de 60 cours de ski pour enfants et adultes atteints de troubles cérébro-moteurs. Ces cours de ski sont tous organisés par la Fédération Suisse de Sport Handicap FSSH, qui prend également en charge les cours de ski pour aveugles, pour amputés et autres handicapés.

Une nouvelle méthode qui exclut la technique du chasse-neige se trouve en quelque sorte en opposition à l'enseignement officiel de l'Ecole Suisse de Ski et des autres Ecoles de Ski des pays alpins. Dans l'ouvra-

ge «Ski Suisse» publié par l'Interassociation pour le ski en 1976, le chasse-neige est traditionnellement considéré comme la base de l'enseignement du ski, spécialement destinée aux débutants qui ont des difficultés d'apprentissage gestuel. La maîtrise des diverses formes de chasse-neige et de virages en chasse-neige est incontestablement utile lorsque la visibilité et les conditions d'enneigement sont mauvaises, dans des passages en forêt étroits et verglacés ou lors du transport de lourdes charges. La pratique du dérapage permettra à l'élève atteint de troubles cérébro-moteurs de surmonter de telles difficultés. La pratique du chasse-neige comme premier moyen de freinage amène les débutants des classes ordinaires à des résultats rapidement positifs. Dans une deuxième phase d'apprentissage, il apparaît que l'abandon du chasse-neige et du virage chasse-neige au profit de la conduite parallèle des skis dans les virages se fasse assez lentement. Ce passage d'une technique à l'autre s'effectue souvent avec certaines difficultés.

La méthode de ski d'Anne-Marie Ducommun suit un rythme de progression lent. Le handicapé moteur a ainsi l'occasion d'améliorer sans cesse l'exécution de mouvements qui lui sont bénéfiques et qui lui permettront de s'adapter toujours mieux au relief du terrain et aux différentes qualités de neige. Le chasse-neige est remplacé dans cet enseignement particulier par le pas tournant amont, premier freinage en pente douce. Ensuite la descente en traversée et le dérapage introduiront les formes élémentaires du virage parallèle amont et du virage aval. Des exercices spécifiques de gymnastique préparatoire en salle ainsi que des exercices d'échauffement musculaire à ski précèdent chaque nouvelle phase d'apprentissage du ski. Les élèves se familiarisent ainsi progressivement aux mouvements nécessaires à la conduite parallèle des skis. Cet enseignement revêt une forme ludique pour les enfants et prend peu à peu un aspect plus technique selon l'âge et l'intérêt des élèves.

Cette méthode nous est présentée de manière attrayante. Elle s'adresse surtout aux physiotherápeutes, aux ergothérapeutes, aux maîtres de ski, aux maîtres de sport, aux maîtres de sport-handicap et aux pédagogues, elle intéresse également les handicapés et leurs parents.

Dans le contenu du livre le lecteur accompagne quatre enfants atteints de troubles cérébro-moteurs différents, soit: une diplégie spastique, une athétose, une hémiplégie et une ataxie. La description de leur apprentissage du ski, depuis le stade de débutant à celui de la maîtrise des pentes justifie l'aspect médical de cet ouvrage. Des photographies, des schémas et des graphiques originaux rendent ce livre intéressant et très vivant. Assister à un tel cours de ski permet de se rendre compte pratiquement du succès de cette méthode. Certains skieurs atteints de troubles cérébro-moteurs skient si bien qu'il est impossible à un simple observateur de les reconnaître parmi les autres. Apprendre à skier et pratiquer ce sport permet aux handicapés d'entrer en contact avec des sportifs non-handicapés et leur offre une voie d'intégration dans la vie sociale.

On pourra se procurer ce livre qui coûte 23 fr. auprès de la Fédération Suisse de Sport Handicap FSSH, Brunaustrasse 6, 8002 Zürich. Il existe de ce livre également une traduction allemenade sous le titre «Auch wir fahren Ski».