

CARVING THE FUTURE



BECOMING PARA READY

A GUIDE TO INCLUSION
AND INTEGRATION IN SKI RACING



CARVING THE FUTURE



CARVING THE FUTURE

BECOMING PARA READY

IS DESIGNED TO HELP SKI CLUBS DO INCLUSION BETTER.

Alpine Canada Alpin believes in a model of inclusion and integration within local ski clubs as participants move through the long-term athlete development model (LTAD).

Integration is the process of combining or bringing together two things to create a whole.

Integration in ski racing brings para athletes into already established race clubs and programs. Traditionally ACA has worked directly with individuals and clubs to help promote and facilitate integration of para athletes across Canada.

Carving the Future: Becoming Para Ready should be considered a baseline: a starting point and guide to making ski racing integrated and inclusive.

Carving the Future: Becoming Para Ready is informed by Becoming Para Ready: Version 2.0 (The Steadward Centre, 2023) - A Guidebook for Sports Organizations, Leaders, Teachers, Coaches and Administrators. This resource is also inspired by Becoming Para Ready: Resource Guide for Para Athletics Inclusion and Integration in Canada (Athletics Canada, 2021).

This Resource is designed primarily for coaches, ski clubs, and program administrations who support Para Alpine Racing in Canada; however, useful information is included to anyone who supports or engages with para alpine programs. This resource is intended to support organizations and programs to become more inclusive and develop a better understanding of the sport of Para Alpine and how to best support athletes with a disability.



TABLE OF CONTENTS

PART 1:	PARA PROFICIENCY	2
	The Medical Model of Disability	
	The Social Model of Disability	
	The Social Relational Model of Disability	
	Language and Interactions	
	Disability Groups	
	Importance of Sport for People with Disabilities	
	Integration and Inclusion Models	
	Importance of Awareness and First Involvement	
PART 2:	BECOMING PARA READY	7
	The BPR Principles	
	BPR Framework 2.0	
	<i>Perspective</i>	
	Philosophy	
	People	
	Policy	
	<i>Planning</i>	
	Place	
	Promotion	
	Partnership	
	Price	
	Pathway	
	<i>Programming</i>	
	Preference	
	Participation	
	Practice	
	Pedagogy	
PART 3:	PARA ALPINE IN CANADA	10
	Classification	
	The Alpine Adaptive Pathway	
	The Alpine Performance Pathway	
PART 4:	CARVING THE FUTURE	13
	Para Alpine Development and Growth	
	Carving the Future Events	
	Glossary Of Terms	14

PART 1: PARA PROFICIENCY

SPORT LEADERS ARE OFTEN PROFICIENT IN COACHING, POLICIES, RULES, AND REGULATIONS. THIS COMES WITH YEARS OF EXPERIENCE, TRAINING, AND PRACTICE. THE SAME GOES FOR WORKING WITH ATHLETES WITH A DISABILITY AND PARA SPORT, WHICH PRESENTS A UNIQUE CONTEXT. TO BEGIN TO UNDERSTAND DISABILITY SPORT CONTEXTS, IT'S IMPORTANT TO FIRST EXAMINE HOW DISABILITY IS UNDERSTOOD IN OUR SOCIETY. ANOTHER WAY TO THINK ABOUT THIS IS UNDERSTANDING ONE'S LENS OR PERSPECTIVE OF DISABILITY MORE BROADLY THAN JUST IN A SPORT CONTEXT.

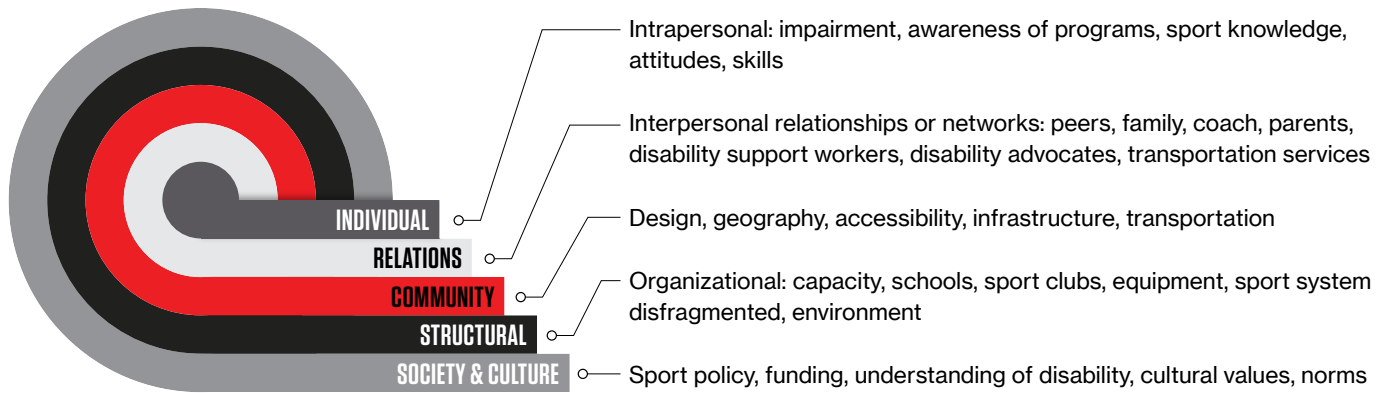
CHANGING PERSPECTIVES BY UNDERSTANDING DISABILITY

There are many ways to understand disability in society. Three models of disability are discussed further.

1. **The Medical Model of Disability** puts the emphasis on the person's disability and links the body to a diagnosis and places emphasis on medical intervention as a way of solving or eliminating the impairment or condition (Leduc, Disfigured, 2020). The impairment is seen as the problem and something that needs to be fixed rather than finding ways to break down barriers and looking to make society more accessible. This could present itself in Para Alpine with misconceptions around what an athlete can or cannot do because of their disability or diagnosis and wanting to fit them into a mold that currently exists.
2. **The Social Model of Disability** challenges the medical model and shifts our lens on the disability of individuals being maintained by systemic barriers, exclusion, and discrimination toward disabilities more than the functional limitations of the impairment. For example, becoming a sit skier and succeeding in the sport of Para Alpine could be limited to someone not because this person uses a wheelchair, but because of a barrier in accessibility, or lack of access to equipment. The social model of disability looks at working to improve upon barriers to access, outside of the individual.
3. **The Social Relational Model of Disability** aims to find a middle ground (i.e. relational) between impairment effects and how social structures can limit the impact of full inclusion. In moving too far towards a social model, an individual's view of disability can disregard the 'lived experiences' of people with a disability. The lived experience of disability is critical to acknowledge and understand. It's also not always possible to remove a barrier in a social environment. However, a conversation with the individual, coming from a place of trust, will help educate on what barriers can be removed and what can be done to improve their training and competition experience. In moving too far towards a medical model, too much emphasis is put on how the disability impacts an individual or what they can't accomplish in training or competition because of the condition. Finding the balance between the two is important in order to best support an athlete along their pathway. **Removing barriers for an athlete while considering how their disability might impact their training occurs through open conversation and co-planning.**

Understanding disability also means understanding ableism and disablism. "Ableism is the discrimination of and social prejudice against people with disabilities based on the belief that typical abilities are superior. At its heart, ableism is rooted in the assumption that disabled people require 'fixing' and defines people by their disability. Like racism and sexism, ableism classifies entire groups of people as 'less than,' and includes harmful stereotypes, misconceptions, and generalizations of people with disabilities." <https://www.accessliving.org/newsroom/blog/ableism-101/>

Now that you have more information about how disability is positioned in society; it is important to acknowledge how disability sport fits within other social institutions.



Research in disability sport contexts has clearly shown that there are numerous social, cultural, organizational, economic, community, interpersonal and intrapersonal factors that clubs, managers, and coaches need to consider.

Building a more “Para Ready” ski racing community in Canada requires looking at our policies, program structures and environmental (including virtual) settings to break down barriers (and develop holistic solutions) to participation, development, and performance. The term “people or persons with disabilities” is used to refer to a group or population, it’s important to remember that they are not a monolith but a diverse group with different needs and wants. Two people with the same type of disability and/or impairment may experience different barriers and have different needs. Some disabilities are invisible or harder to see. Communication is key to fully understand every individual’s needs. New findings from the 2022 Canadian Survey on Disability (CSD) showed that 27% of Canadians aged 15 years and older, or 8.0 million people, had one or more disabilities that limited them in their daily activities. The rate of disability in Canada has increased by 5 percentage points since 2017, when 22% of Canadians, or 6.2 million people, had one or more disabilities. (Statistics Canada, 2022).

LANGUAGE AND INTERACTIONS

Words matter and language is an important part of inclusion, in the disability spheres as well as other areas of diversity and inclusion. Using derogatory, outdated terms and ableist language to describe or interact with athletes with disabilities reinforces disrespectful stereotypes.

There are individual preferences on how one self-identifies and some athletes may prefer an identity-first language (i.e., deaf or Deaf, autistic, disabled, blind). This preference is emerging more and more but how one identifies is personal and will differ from one person to another.

Person-first language emphasizes the person and not the disability.

Examples: Athlete with a disability, individual with a vision impairment, etc.

It is recommended to start with person-first language, followed by having a conversation with the individual about their preference. It’s important to respect this and follow an individual’s preference. Disability is not a bad word and it doesn’t need to be avoided.

Other guidelines to consider adapted from the National Center for Disability & Journalism, 2021:

Refer to a disability only when it’s relevant. Consider if referring to someone including their disability as a descriptor is needed.

When possible, ask the athlete how they would like to be described. Remember to ensure trust and rapport are present before. You can also ask a trusted family member or relevant organization that works with them or has more knowledge.

Avoid made-up words like “diversability” and “handicapable” unless using them in direct quotes or to refer to a movement or organization. In addition, colloquialisms like “special needs”, challenged, handicapped, etc. are not recommended.

Avoid comparisons that refer to people without disabilities as “normal” or able-bodied sports as “normal” sports. Using people with disabilities vs able-bodied or people without disabilities is appropriate.

Speak directly to a person with a disability, not to their companion, training partner or guide, parent, or sign language interpreter. A lack of immediate response does not indicate that the person can’t or won’t respond.

If you are unsure of how you should interact with a person with a disability, just ask them. Just because someone has a disability, do not assume they need help. Do not give assistance without asking first if they want it. You can ask if the person would like help, but don’t ask repeatedly or qualify their response with “are you sure?” Respect someone’s choice even if it looks like they’re struggling. If there is a dangerous situation, help just as you would help someone without a disability.

When introduced to a person with a disability, it is appropriate to offer to shake hands. People with limited hand use or who wear an artificial limb can usually shake hands. (Shaking hands with the left hand is an acceptable greeting.) You can also offer a fist or an elbow.

When meeting a person who is visually impaired, always identify yourself and others who may be with you. When conversing in a group, remember to identify the person to whom you are speaking.

Do not be embarrassed if you happen to use common expressions like “See you later” or “Got to be running along” that seem to relate to the person’s disability.

A person’s mobility equipment, such as a wheelchair, scooter, or cane, is part of their personal space. Do not touch or move it without permission, even if someone puts it down or chooses to leave it somewhere. Leaning on someone’s wheelchair is like leaning on their shoulder. Don’t sit or use someone’s wheelchair or mobility device. It is vital that the owner knows where their equipment is always.

Listen attentively when you are talking with a person who has difficulty speaking. Be patient and wait for the person to finish, rather than correcting or speaking for the person. If necessary, ask short or closed-ended questions that require short answers, a nod or shake of the head. Never pretend to understand if you are having difficulty doing so. Instead, repeat what you have understood and allow the person to respond. The response will clue you in and guide your understanding.

A reminder that it’s okay to not fully understand the nuances. Do not pretend that you do.

Building a relationship and trust with the participant or athlete is the best place to start. Once trust has been established, be open and honest in conversations and ask permission to seek more information by asking them questions.

Do not make assumptions.

DISABILITY GROUPS

Categorizing disability can be difficult, as language around it changes frequently and evolves. When putting a specific number of disability types, something is bound to be forgotten or missed. The Coaching Association of Canada breaks disabilities and impairments down into five different categories in their module Coaching Athletes with a Disability. It’s important to note that this is a general model of categorizing disabilities and that the International Paralympic Committee (IPC) uses different terminologies and definitions as it relates to classification categories as noted in the classification section.

Content adapted from Coaches Association of Canada’s Coaching Athletes with a Disability

Sensory impairment

- Visual impairment: Including blind, visually impaired, deafblind, and blind with additional disabilities.
- Hearing impairment: Limited or complete hearing loss
- Multisensory impairment: A diagnosed visual and hearing impairment with at least a mild loss in each modality or deaf blindness.

Behavioral disability is an emotional disability characterized by one or more of the following:

- Challenges in or difficulties with building or maintaining satisfactory interpersonal relationships with peers or supervisory adults
- Challenges or difficulties to learn that cannot be adequately explained by intellectual, sensory and/or health factors
- A consistent or chronic inappropriate type of behaviour or feelings under normal conditions
- A displayed pervasive mood of unhappiness or depression
- A displayed tendency to develop physical symptoms, pains and/or unreasonable fears associated with personal problems

Learning disability affects a person’s ability to understand written or spoken language. The person may have difficulty reading, writing, listening and/or speaking despite having an IQ level that is average or above average. Remember, challenges with verbal communication are not an indicator of intellect or ability.

Intellectual disability affects a person’s ability to think, problem-solve and/or take care of him/herself/themselves. A person with an intellectual disability has a below average IQ.

Physical disability impacts a person’s muscle function, mobility, physical capacity, coordination, stamina, dexterity and/or other movements. It may be visible or invisible. It may be permanent or fluctuating, congenital (at birth) or acquired (as the result of an illness or injury). Physical disabilities may include but are not limited to spinal cord





injuries, spina bifida, amputees, short stature, cerebral palsy, and limb differences. Physical disabilities can include impairments to different parts of the nervous system (both somatic (voluntary- muscle and sensory) and autonomic nervous systems (mainly unconscious- heart, respiratory, bladder/bowel, sexual function etc.) Some physical disabilities might include impairments to their autonomic system but not their somatic (muscle function).

WHAT IS THE DIFFERENCE BETWEEN DISABILITY AND IMPAIRMENT?

According to the World Health Organization, Disabilities is an umbrella term, covering impairments, activity limitations, and participation restrictions. An impairment is a problem in body function or structure; an activity limitation is a difficulty encountered by an individual in executing a task or action; while a participation restriction is a problem experienced by an individual during involvement in life situations.

Disability can be related to conditions that are present at birth or acquired later in life and may affect functions later in life, including cognition (memory, learning, and understanding), mobility (moving around in the environment), vision, hearing, behavior, and other areas. An impairment in body structures and functions impacts one's ability or function in sport-related movements.



IMPORTANCE OF SPORT FOR PEOPLE WITH DISABILITIES

People with a disability get involved in sport for the same reasons most athletes do. The National Coaching Certification Program (NCCP) identifies four reasons all people participate in sport.

- **Achievement:** A wish to improve, master new skills and pursue excellence
- **Affiliation:** A desire to have positive and friendly relations with others
- **Self-direction:** A wish to feel a sense of control, to feel in charge
- **Sensation:** A desire to experience the sights, sounds and physical feelings surrounding a sport or the excitement in a sport

In addition, the Canadian Disability Participation Project (CDPP) in their Quality of Participation Blueprint, speaks to six building blocks that lead to positive sport experiences for people with disabilities:

- **Belonging:** Feeling part of a group, included, accepted, and/or respected by others
- **Autonomy:** Having independence, choice, and control
- **Mastery:** Experiencing achievement, competence; having a sense of accomplishment
- **Challenge:** Feeling appropriately tested
- **Engagement:** Feeling focused, in-the-moment, and absorbed; experiencing flow
- **Meaning:** Contributing toward obtaining a personal or socially meaningful goal; feeling a sense of responsibility to others.

What makes a positive experience for one athlete is unique and individuals will place importance on different areas.

INTEGRATION AND INCLUSION MODELS

There are few differences with the general approach of supporting athletes with a disability compared to able-bodied athletes.

Para athletes want access to the same opportunities as their non-disabled counterparts, with the focus on their abilities. That said, taking the time to learn more about each athlete as an individual, while including their unique needs, will help you support them in a safe, inclusive, and effective way. Although each athlete is different, there are some general considerations to be aware of for different impairment types.

Integrated (Open): Training/Programming takes place within a ski club without modification or Para-specific coaching

Included (Modified): Training/Programming takes place within a ski club with modifications and coaching specific to your needs

Parallel: Training/Programming takes place alongside the ski club (same time and place), but with modification and a dedicated Para Coach

Separate: Training takes place and is supported by the ski club but is Para focused and takes place at a different time and place

Disability Sport: Training/Programming is supported entirely by a Disability Sport Organization



IMPORTANCE OF AWARENESS AND FIRST INVOLVEMENT

Being aware of opportunities to participate in sport is crucial to the process of getting involved in that sport. The first few introductions to the sport are also very important to determining whether someone will stay involved. For individuals with a disability, we need to consider additional barriers that may exist for a person with a disability. Barriers start with trying to find information on programs, transportation to that program, having access to facilities, having appropriate equipment, the opportunity to connect with a trained and supportive leader or coach, and finding a sport they enjoy. If all these barriers are not addressed and they try the sport, a negative experience may quickly turn them off and they may give up sport all together.

Sport for Life offers some additional information on the importance of these two stages and checklists to address Awareness and First Involvement. www.sportforlife.ca

Supporting athletes with a disability at all levels of your organization, at the core, is the same: Focus on their abilities but understand their unique needs; provide a safe and supportive environment to train, compete and flourish as an athlete; guide them along the pathway to the level they want to reach.



PART 2: BECOMING PARA READY

The Steadward Centre's original version of 'Becoming Para Ready' (BPR) was developed in collaboration with the Athletics community in Alberta. It was developed as an introductory guide that could provide coaches and club administrators with knowledge, confidence, and tools to be more proactive – or “ready” – to do inclusion better.

This updated version of BPR (BPR 2.0) has been developed to be more user friendly, to reach a broader audience, and to be used across any sport. The 3 main categories (i.e., perspective, planning and programming) can be viewed as steps on your journey towards building an environment that is inclusive to athletes experiencing disability.

Organizations should take the key principles and P's from this guide and adapt them to ways that can best support the community they serve.

THE BPR PRINCIPLES:

The 5 BPR principles were created to support all stakeholders in the sport ecosystem (sport leaders, clubs, coaches, parents, athletes) to think about how they can collectively provide quality and safe experiences for all athletes with a disability. The principles are high level common threads that should be (re)considered when you are working through the entire BPR framework.

- 1. Be proactive.**
 - Plan for inclusion. **Take initiative** to improve inclusion and integration for your program and anticipate the needs of others.
 - All people benefit from an inclusive approach.
- 2. Include the voices and choices of people experiencing disability**
 - Center the disability community in the creation of inclusive programs
 - **Include people with lived experience at all stages** of your program and practice development.
- 3. Be reflective and purposeful in your actions**
 - You can have a positive impact; it takes **time and continued commitment** to improve inclusion and integration.
 - Your attitudes and behaviours set the tone for disability inclusion in your context.
- 4. Disability is one facet of identity**
 - Consider intersectionality: people experiencing disability have diverse backgrounds, life experiences, and perspectives.
- 5. Disability is a social construct and impairment is experienced on a continuum**
 - People experience impairments, that may seem similar, very differently.
 - **Disability has been created through social understandings** and it may vary by social, cultural, and individual interpretations.

STEP # 1 REFLECT ON THE BPR PRINCIPLES

A first step is to gain a sound understanding of the 5 BPR principles on the next page. These common threads will help you situate the BPR framework more effectively.

STEP # 2 UNDERSTAND THE P'S OF PARA READINESS

Go through each of three main P categories (perspective, planning, programming) in the BPR framework in order and consider which ones are most relevant to you and your unique sporting context.

STEP # 3 TAKE ACTION TOWARDS BPR

The BPR framework is to be used as a starting point. Some of the P's require relatively simple tasks (these can be done quickly or with few resources) and some require more complex tasks (these might take more time or resources). Decide on some actions you can take on to get started today.



BPR FRAMEWORK 2.0

The BPR framework (2.0) was created to simplify the P's into a more workable format. The hope is that the three main categories will make it easier to use across sports and all levels of stakeholders.

1 PERSPECTIVE: CHALLENGE YOUR PERSONAL PARADIGM

<p>Philosophy</p> <ul style="list-style-type: none"> Understanding your views on disability, sport, and society 	<p>Challenge: Create a personal statement about how you view and how you will implement an inclusive approach into your practice.</p>
<p>People</p> <ul style="list-style-type: none"> Inclusion can only be effective if everyone is on board with a common vision or understanding. 	<p>Challenge: Plan meetings to bring your personal inclusion philosophy or statement to all the key stakeholders within the club or program and encourage them to do the same!</p>
<p>Policy</p> <ul style="list-style-type: none"> After reflecting on various perspectives, it is time to write a Club/Coach Inclusion Commitment Statement, which should be made public and posted wherever possible: Club, social media, integrated in Code of Conduct, etc. 	<p>Challenge: Work with the club's board or management team to create an inclusion commitment statement</p>

2 PLANNING: PLAN FOR QUALITY AND SAFE EXPERIENCES FOR ALL

<p>Place</p> <ul style="list-style-type: none"> Facilities, parking, and accommodation (accessibility checklist) 	<p>Challenge: Conduct an accessibility review of your facilities to identify any potential barriers.</p>
<p>Promotion</p> <ul style="list-style-type: none"> Do not say you are inclusive if you are not Let people know who you are, what programs you have, and how your programs are inclusive (or not) and to whom. Communicate this messaging in person, through physical media, and online/digitally. 	<p>Challenge: Review your current promotional materials (brochures, website, social media accounts, etc.) and identify areas in which you could include wording or pictures that would help an individual recognize that your club/program is open to individuals with disabilities. Don't assume athletes will just show up!</p>
<p>Partnership(s)</p> <ul style="list-style-type: none"> Create your network: <ul style="list-style-type: none"> Disability/disability sport community Health and rehabilitation centres Parents and support workers 	<p>Challenge: Contact at least 3 organizations in your community who could help your club identify and/or support athletes with disabilities.</p>

<p>Price</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cost is a barrier for many people experiencing disability. • Consider various/variable fee structures and pay what you can. 	<p>Challenge: Discuss possible methods of reducing costs for athletes with disabilities with your board and/or research grants and other funding sources that may assist with the reducing the cost for athletes with disabilities.</p>
<p>Pathways</p> <ul style="list-style-type: none"> • Not all athletes will want to be Paralympians • Have multiple programming pathways to cater for different skill levels 	<p>Challenge: Review the Long Term Development model and identify how and when athletes with disabilities may enter and leave your sport. Then, review your programs to identify gaps in addressing the potential entry and exit points for athletes with disabilities.</p>

3 PROGRAMMING: EMPHASIZE COLLABORATION, VARIETY, AND CHOICE THROUGH PRACTICE

<p>Preference</p> <ul style="list-style-type: none"> • Making sure your programs offer different levels of integration and inclusion is important to give new (and existing) athletes choice 	<p>Challenge: Look at your programs and make sure you have offerings that reflect different levels of the inclusion spectrum.</p>
<p>Participation</p> <ul style="list-style-type: none"> • Quality parasport experiences should be at the forefront of all programming decisions (i.e., belonging, autonomy, mastery, challenge, engagement, meaning) • Have a broad understanding of athlete classification for competition, if applicable 	<p>Challenge: Review your programming to identify strengths and areas of improvement for addressing the 6 areas of Quality Participation. Or, learn about the classification process for your sport (your national sport organization would be a good place to start when looking for information).</p>
<p>Practice</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reciprocal mentorship (work in collaboration with athletes) is the cornerstone to coaching for parasport 	<p>Challenge: Familiarize yourself with practice adaptation frameworks (e.g., TREE, STEP, CHANGE IT) to (re)consider your practice design</p>
<p>Pedagogy</p> <ul style="list-style-type: none"> • Athlete centred coaching is critical when working with para athletes to ensure you are co-creating practices and sport experiences in partnership 'with' them (e.g., reciprocal coaching) • A coach's pedagogy should be focused on creating quality experiences through close athlete collaboration and the consideration of professional, sport and disability knowledge. 	<p>Challenge: Practice listening and co-creating practices with your athletes.</p>

For the full Becoming Para Ready Version 2.0 Resource created by The Steadward Centre, please visit <https://www.ualberta.ca/steadward-centre/resources/becoming-para-ready.html>



PART 3: PARA ALPINE IN CANADA

THE FIRST PARALYMPIC WINTER GAMES WERE HELD IN ÖRNSKÖLDSVIK, SWEDEN, IN 1976 AND HAD TWO PARA ALPINE EVENTS: SLALOM AND GIANT SLALOM. WITH SUPPORT FROM CADS (CANADIAN ADAPTIVE SNOWSPORTS) CANADA SENT SIX ATHLETES TO THESE GAMES, WINNING FOUR MEDALS (TWO GOLD AND TWO BRONZE)

In 2002, Alpine Canada, the national sport organization for Ski Racing in Canada, took on the high-performance programming of the Canadian Para Alpine Ski Team (CPAST) and over the last two decades the Canadian Para Alpine Ski Team, has evolved into a world-leading sports organization, with the same support and prestige of their alpine counterparts.

Today, athletes with a physical disability compete in five alpine events: downhill, alpine combined, super G, slalom, and giant slalom.

CLASSIFICATION

In order to safeguard the integrity of fair competition, all Para sports have a system in place which aims to ensure that winning is determined by sporting factors such as skill, fitness, power, endurance, tactical ability and mental focus, the same factors that account for success in sport for able bodied athletes.

This system is called classification.

Through classification, it is determined which athletes are eligible to compete in a sport and how those athletes are then grouped together for competition, to minimise the impact of those athletes' impairments on sport performance.

Classification is sport-specific because an impairment affects the ability to perform in different sports to a different extent. Therefore, an athlete may meet the criteria to compete in one sport but may not meet the criteria in another sport. Having an impairment is thus not sufficient for an athlete to compete in Para sport.

The groupings of athletes by the degree of activity limitation resulting from their impairments are called 'Sport Classes'. This, to a certain extent, is like grouping athletes by age, gender, or weight.

Classification across the Paralympic Movement is governed by the IPC Athlete Classification Code and Standards.

Classification is required to compete in Para Alpine at certain levels of competition, including National Championships and International competitions; however, people who may not classify can still enjoy Ski racing as well experience the benefits of participating in sport and staying active.

CLASSIFICATION IN PARA ALPINE SKIING

The details of classification in Para Alpine Skiing are set out in the classification rules.

Athletes must have one of the eligible impairments and meet the minimum impairment criteria for the sport, as set out in those rules, in order to be eligible to compete.

ELIGIBLE IMPAIRMENTS FOR PARA ALPINE SKIING

All athletes in Para Alpine Skiing have one or more of the following impairments:

- Impaired Muscle Power
- Limb Deficiency
- Leg Length Difference
- Hypertonia
- Ataxia
- Athetosis
- Impaired Passive Range of Movement
- Vision Impairment

A person may have a disability but not be eligible to compete in Paralympic Sport, including Para Alpine Ski Racing.



Current information on Para Alpine Classification and sport classes can be found on the Federation of Alpine Skiing (FIS) Website. FIS is the governing body for alpine and para alpine skiing globally.

<https://www.fis-ski.com/en/para-snowsports/para-alpine/about-para-classification>

THE ALPINE ADAPTIVE PATHWAY

Prior to becoming classified, or for skiers who are not eligible for classification, CADS Adaptive clubs and ski schools with certified CADS instructors provide recreational non-competitive options for those who wish to enjoy skiing as a lifelong sport.

CADS Clubs offer programming and instruction to guide athletes to be independent skiers.

Independence is vital step towards integration.

The CADS instructor training and certification curriculum, is designed to teach and empower beginner, intermediate and expert level skiers across four disciplines:

1. The CADS ASD/CI module certification is for instructors wishing to focus on teaching skiers with Cognitive Impairments including autism spectrum disorders. Instructors learn tools and skills to support neuro-diverse skiers who have social, sensory, communication and processing challenges.
2. The CADS Sitski module certification is for instructors wishing to focus on teaching skiers who are best suited to using a sitski. Instructors will learn tools and skills to support skiers to use a sitski.
3. The CADS VI module certification is for instructors wishing to focus on teaching skiers with visual impairments. Instructors will learn tools and skills to best support skiers who experience blindness or low vision.
4. The CADS 3-4 Track module certification is for instructors wishing to focus on teaching skiers with balance and mobility challenges. Instructors will learn tools and skills to best support skiers who require outriggers.



The CADS Instructor Certification program encompasses CSIA & CASI teaching methodologies and

the Alpine Canada Long-Term Skier Development recommendations. It also Encourages succession planning for Course Conductors, and senior Examiners, while fostering continued development.

CADS certification levels and course information can be found at https://cads.ski/en/evaluation_registrations.

CADS – CANADIAN ADAPTIVE SNOWSPORTS

In 2016 Alpine Canada Signed a Memorandum of Understanding (MOU) with CADS to make CADS an official provider of development programs for the Canadian Para Alpine Ski Team.

CADS is committed to breaking down barriers for individuals with disabilities, so they can experience the joy and freedom of Snowsports. It is comprised of a network of over 60 clubs, with 3100 volunteers across 11 provincial divisions and territories. This network supports and encourages over 2100 participants living with physical, visual and cognitive impairments to ski & snowboard, from beginner to expert abilities.

CADS also has a comprehensive ski and snowboard instructor certification program that trains and certifies over 1,000 instructors yearly.

More information on CADS development, education and sport can be found at <https://cads.ski/en>.



THE PARA ALPINE PERFORMANCE PATHWAY



AWARENESS

Athlete learns that skiing is available for people with disabilities, they find a club and also learn about the Paralympics.

INVOLVEMENT

Athlete gets involved with skiing. Depending on their situation this could be with an adaptive club, ski school, family or local race club.



INDEPENDENCE

Once an athlete is an independent skier, they may be ready for integration into a race program or carving the future event.

CARVING THE FUTURE

Carving the future events are an introduction to racing. For independent skiers, athletes may attend as many "CTF" events as they wish. The primary goal of these camps is to help athletes integrate into either an adaptive program or a local ski club.

INTEGRATION

Participants join others of the same skill level and proceed through the "LTAD" within that program.



PROSPECT

Athletes attend ACA training camps throughout the season. ACA takes on the role of program advisor and assists with coach education, integration support and long-term planning.



NEXT-GEN

Next-Gen athletes are dedicated to ski races, have demonstrated sufficient ability and a desire to race at a high level. Programming is provided by ACA with the goals of Qualifying athletes to the we and Paralympic Games.

WORLD CUP

There is full time summer and winter programming provided by ACA. The goal for athletes at this level is to medal in World Cups, World Champions and the Paralympic Games.

THE PARA ALPINE PERFORMANCE PATHWAY IS DESIGNED TO PROVIDE SUPPORT FOR COACHES AND ATHLETES AT ALL LEVELS OF DEVELOPMENT FROM AWARENESS TO WORLD CUP AND PARALYMPIC SUCCESS.

More information on the performance pathway as well as the Para Alpine Long Term Athlete Development Plan Can be found on the ACA website.

<https://alpinecanada.org/community/carving-the-future>



For current ski coaches looking for more training within a Para Alpine context ACA offers a Para Alpine coaching eModule through the Coaching Association of Canada "The Locker"

Access to the module is available under the eLearning tab of the Locker by selecting alpine skiing on the left-hand side.

<https://thelocker.coach.ca/>

More information on Para Alpine coaching and the coaching pathway can be found on the ACA Website.

<https://ltad.alpinecanada.org/coaches/coach-education>



PART 4: CARVING THE FUTURE, PARA ALPINE DEVELOPMENT AND GROWTH

THE CARVING THE FUTURE PROGRAM STARTED AS A CHANCE TO PROVIDE SKIERS WITH PHYSICAL DISABILITIES THE OPPORTUNITY TO TRY SKI RACING FOR THE FIRST TIME AND HAVE A CHANCE TO WORK DIRECTLY WITH NATIONAL TEAM COACHES. THE PROGRAM NOW PROVIDES SUPPORT TO PROGRAMS AT ALL LEVELS ALONG THE PARALYMPIC PATHWAY

The Carving the Future program is a multidimensional approach to athlete development and focuses on three main pillars:

1. **Equity, Diversity, Inclusion and Integration:**

Carving the Future provides opportunities for Canadians with a disability to try ski racing with a national team coach and helps the facilitation of athlete development at all levels. It aims to break down barriers of participation for all levels of sport, from grassroots to High Performance.

2. **Alignment of the Para Alpine system:**

Carving the Future aims to bring together ski hills, ski clubs and adaptive ski programs from Coast to Coast to Coast with Alpine Canada, to introduce racing to athletes, coaches, volunteers, and families.

3. **Athlete Identification:**

Carving the Future works closely with Para Alpine stakeholders across Canada to identify potential next-generation Paralympic Winter Games Athletes, and to provide support to those athletes in their development.



CARVING THE FUTURE EVENTS

These events are offered in conjunction with a local ski hill, ski clubs, and adaptive organizations. By partnering with these organizations, ACA can give participants at all levels a chance to interact and ski with national team athletes and coaches. For independent skiers, there is also an opportunity to be coached directly by members of the CFAST coaching staff, and next to national team athletes.

These camps also play a role in helping to evaluate a participant's readiness for **integration** into a full-time race program.



GLOSSARY OF TERMS

Able-bodied: Used to describe non-disabled persons or may be used in reference to an Olympic-stream sport (i.e., able-bodied club, able-bodied Ski Club). Avoid using words like mainstream or normal when referring to the counterpart of Para sport.

Ableism / Disablism: Disablism and ableism are words that are used to describe disability discrimination and prejudice. Like sexism and racism being used to describe discrimination against women and different races or ethnic groups, respectively. Both terms describe disability discrimination, but the emphasis is different. Disablism emphasizes discrimination against disabled people. Ableism emphasizes discrimination in favour of non-disabled people.

Athletes / participants: "Athlete(s)" is used most frequently within this resource. Not everyone may consider themselves an athlete and some grassroots sport programs may refer to their members as participants. For the purpose of this resource, they are interchangeable.

Athlete with a disability / Para athletes: These are used interchangeably. Para athletes is commonly used in reference to athletes who partake in sports that are part of the Paralympic program such as Para Alpine

Disability: Implies a social component and is a general umbrella term. A person's disability may or may not be caused by an impairment.

Impairment: Refers more to the medical condition that affects one's function and ability to do certain activities or how they interact with the world around them.

Disability Sport Organizations (DSO) or Adaptive Sport Organizations (ASO): Organizations in some Provinces and Territories that manage the development of single or multiple sports specific to athletes with disabilities.

CADS: Canadian Adaptive Snowsports. CADS is a volunteer based organization that provides opportunities for people with physical and cognitive impairments to experience the joy of participating and competing in adaptive snowsports. CADS is an official feeder into the competition stream in para alpine skiing.

Disability sport: Is most often used in reference to sport or recreational activities for people with disabilities that may or may not be part of the Paralympic program or involve a competition component.

Para sport: Means any sport in which people with a disability participate and which has classification rules compliant with the IPC Athlete Classification Code.

People / Persons with a disability: When speaking generally, person-first language is preferred and will be addressed earlier in the document.

LTAD: Long Term Athlete Development Model

ACA LTAD: Alpine Canada Alpin Long Term Athlete Development Model. A sport specific LTAD model formulated by Alpine Canada Alpin to guide coaches, administrators, program directors, and parents on the scientific and holistic approach to long term athlete development within alpine ski racing, para alpine, and ski-cross

Physical Literacy: Refers to the mastering of fundamental movement skills and fundamental sport skills.

PSO: Provincial Sport Organization

Stages of development: Refers to the various stages within the LTAD in which a participant progresses.

IPC: International Paralympic Committee

ACA: Alpine Canada Alpin

Acquired Physical Impairment: Refers to an individual who has been physically impaired through injury or illness. These and individuals who prior to injury or illness were considered able bodied participants.

Adaptive Equipment: A mobility device which assists in the performance of physical activities.

Age of experience: Refers to the number of years a participant has been exposed to a ski training environment.

Congenital Impairment: Refers to a person who has had an impairment since birth, but is not necessarily hereditary.

CPAST: Canadian Para Alpine Ski Team



ALPINE CANADA IS THE NATIONAL GOVERNING BODY FOR ALPINE, PARA-ALPINE AND SKI CROSS RACING IN CANADA. WITH THE SUPPORT OF VALUED CORPORATE PARTNERS ALONG WITH THE GOVERNMENT OF CANADA, OWN THE PODIUM AND THE CANADIAN OLYMPIC COMMITTEE, ALPINE CANADA DEVELOPS OLYMPIC, PARALYMPIC, WORLD CHAMPIONSHIP AND WORLD CUP MEDALLISTS TO STIMULATE VISIBILITY, INSPIRATION AND GROWTH IN THE SKI COMMUNITY.



FORGER L'AVENIR



DEVENIR PRÊT POUR LE PARA

UN GUIDE POUR
L'INCLUSION ET L'INTÉGRATION
AU SKI DE COMPÉTITION



CARVING THE FUTURE



FORGER L'AVENIR

DEVENIR PRÊT POUR LE PARA

VOUS AIDER LES CLUBS DE SKI À

FAVORISER UNE MEILLEURE INCLUSION.

Canada Alpin croit en l'importance d'un modèle d'inclusion et d'intégration au sein des clubs de ski locaux à mesure que les participants progressent dans le Modèle de développement à long terme de l'athlète (DLTA).

L'intégration est le processus consistant à combiner ou réunir deux choses pour créer un tout.

L'intégration en ski de compétition permet aux para-athlètes d'intégrer un club et un programme de compétition déjà bien établis. ACA a toujours travaillé directement avec les personnes et les clubs afin de promouvoir et de faciliter l'intégration des para-athlètes partout au Canada.

Forger l'avenir : Devenir prêt pour le para doit être vu comme une référence, c'est-à-dire un point de départ et un guide pour que le ski de compétition adopte une approche intégrée et inclusive.

Il repose sur le guide *Becoming Para Ready: Version 2.0 – A Guidebook for Sports Organizations, Leaders, Teachers, Coaches and Administrators* (The Steadward Centre, 2023), et s'inspire aussi du document *Devenir prêt pour le para : guide des ressources d'inclusion et d'intégration du para-athlétisme au Canada* (Athlétisme Canada, 2021).

Cette ressource est conçue principalement pour les entraîneurs, les administrateurs de clubs de ski et les responsables de programmes qui appuient le ski para-alpin de compétition au Canada, mais elle sera aussi très utile à toute personne impliquée dans un programme de ski adapté. Le document a pour but d'aider les organisations et les programmes à devenir plus inclusifs, à mieux comprendre le ski para-alpin et à mieux soutenir les athlètes ayant un handicap.



THE STEADWARD CENTRE
UNIVERSITY OF ALBERTA

TABLE DES MATIÈRES

PARTIE 1: **COMPÉTENCE PARA**..... 2

Le modèle médical du handicap
Le modèle social du handicap
Le modèle socio-relational du handicap
Le langage et les interactions
Les catégories de handicaps
L'importance du sport pour les personnes ayant un handicap
Les modèles d'intégration et d'inclusion
L'importance de la prise de conscience et de la première participation

PARTIE 2: **DEVENIR PRÊT POUR LE PARA** 7

Les principes Devenir prêt pour le para (DPP)
Le cadre DPP 2.0
Perspective
Philosophie
Personnes
Politique
Planification
Place
Promotion
Partenariats
Prix
Parcours
Programme
Préférence
Participation
Pratique
Pédagogie

PARTIE 3: **LE SKI PARA-ALPIN AU CANADA** 10

La classification
Le cheminement du ski adapté
Le cheminement de performance en ski

PARTIE 4: **FORGER L'AVENIR**..... 13

Le développement et la croissance en ski para-alpin
Les événements *Forger l'avenir*

Glossaire de termes généraux14

PARTIE 1: COMPÉTENCE PARA

LES DIRIGEANTS SPORTIFS SONT SOUVENT COMPÉTENTS EN MATIÈRE D'ENCADREMENT D'ATHLÈTES, DE POLITIQUES, DE RÈGLES ET DE RÈGLEMENTS. CES COMPÉTENCES SONT LE FRUIT D'ANNÉES D'EXPÉRIENCE, DE FORMATION ET DE PRATIQUE. IL EN EST DE MÊME LORSQU'IL S'AGIT DE TRAVAILLER AVEC DES ATHLÈTES AYANT UN HANDICAP ET DANS LE CADRE DU PARASPORT QUI PRÉSENTE UN CONTEXTE UNIQUE. AFIN DE MIEUX COMPRENDRE LES CONTEXTES DU SPORT ADAPTÉ, IL EST IMPORTANT D'EXAMINER D'ABORD COMMENT LE HANDICAP EST COMPRIS DANS NOTRE SOCIÉTÉ. UNE AUTRE FAÇON DE VOIR LES CHOSSES CONSISTE À COMPRENDRE LES OPTIQUES OU LES POINTS DE VUE DES PERSONNES HANDICAPÉES D'UNE MANIÈRE PLUS LARGE QUE DANS UN CONTEXTE SPORTIF.

CHANGER LES POINTS DE VUE EN COMPRENANT LE HANDICAP

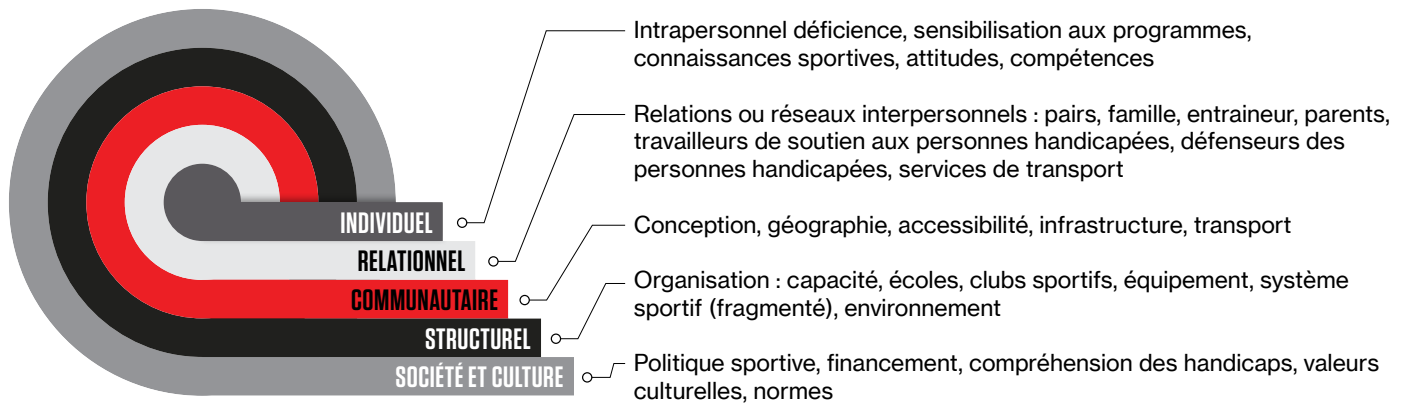
La notion de handicap dans la société peut être comprise de différentes manières, dont trois modèles sont abordés ci-après.

1. **Le modèle médical du handicap** met l'accent sur le handicap de la personne, fait le lien entre le corps et un diagnostic, et focalise sur l'intervention médicale comme moyen de résoudre ou d'éliminer la déficience ou la condition (Leduc, Disfigured, 2020). La déficience est considérée comme le problème et comme quelque chose qui doit être corrigé au lieu de trouver des moyens d'éliminer les obstacles et de chercher à rendre la société plus accessible. En para-alpin, cela peut se manifester sous forme de fausses idées sur ce que l'athlète peut ou ne peut pas faire en raison de son handicap ou de son diagnostic et en voulant le caser dans un moule déjà existant.
2. **Le modèle social du handicap** remet en question le modèle médical et nous amène à nous intéresser davantage au handicap des personnes victimes d'obstacles systémiques, à l'exclusion et à la discrimination à l'égard des handicaps qu'aux limitations réelles de la déficience. Par exemple, devenir un skieur en fauteuil-ski et réussir en ski para-alpin pourrait avoir des contraintes pour une personne non parce qu'elle utilise un fauteuil roulant, mais à cause des obstacles à l'accessibilité ou d'un manque d'accès à l'équipement. Ce modèle cherche à améliorer l'accès en réduisant les obstacles, indépendamment de la personne.
3. **Le modèle socio-relational du handicap** vise à trouver un juste milieu (c.-à-d. relationnel) entre les effets de la déficience et la façon dont les structures sociales peuvent restreindre l'impact d'une pleine inclusion. En se rapprochant trop d'un modèle social, le regard d'une personne sur le handicap peut faire abstraction des « expériences vécues » par les personnes handicapées. Il est essentiel de reconnaître et de comprendre le vécu des personnes vivant avec un handicap. Aussi, il n'est pas toujours possible d'éliminer un obstacle dans un environnement social. Cependant, en discutant avec la personne concernée dans un climat de confiance, cela permet de déterminer les obstacles qui peuvent être éliminés et ce qui peut être fait pour améliorer son expérience en entraînement et en compétition. En se rapprochant trop du modèle médical, on accorde trop d'importance à l'impact du handicap sur la personne ou sur ce qu'elle ne peut pas accomplir à l'entraînement ou en compétition à cause de sa condition. Il est important de trouver un équilibre entre les deux modèles afin d'offrir le meilleur soutien à l'athlète pendant son cheminement. **Une discussion ouverte et une planification collaborative permettent d'éliminer les obstacles auxquels se heurte un athlète tout en tenant compte de l'impact de son handicap sur son entraînement.**

Comprendre le handicap, c'est aussi comprendre le capacitisme et le handicapisme. « Le capacitisme est la discrimination et les préjugés sociaux à l'encontre des personnes ayant un handicap qui reposent sur la croyance que les capacités habituelles sont supérieures. Dans son essence, le capacitisme est ancré sur l'hypothèse que les personnes handicapées ont besoin d'être "réparées" et définit les personnes par leur handicap. Comme le racisme et le sexisme, le capacitisme classe des groupes entiers de personnes comme étant "inférieurs" et inclut des généralisations préjudiciables envers les personnes handicapées. »

<https://www.accessliving.org/newsroom/blog/ableism-101/>

Maintenant que vous en savez plus sur la perception du handicap dans la société, il est important de reconnaître comment le sport adapté s'insère dans d'autres institutions sociales.



La recherche portant sur les contextes du sport adapté démontre clairement qu'il existe plusieurs facteurs sociaux, culturels, organisationnels, économiques, communautaires, interpersonnels et intrapersonnels qui doivent être pris en compte par les clubs, les gestionnaires et les entraîneurs

Pour bâtir une communauté de ski de compétition « prête pour le para » au Canada, il faut examiner nos politiques, nos structures de programmes et nos environnements (y compris virtuels) afin d'éliminer les obstacles et de concevoir des solutions globales à la participation, au développement et à la performance. Le terme « personnes handicapées » est utilisé pour désigner un groupe ou une population. Il est important de se rappeler que ces personnes ne forment pas un groupe homogène, mais plutôt un groupe diversifié ayant des besoins et des désirs différents. Deux personnes ayant le même type de handicap ou de déficience peuvent se heurter à des obstacles différents et avoir des besoins différents. Certains handicaps sont invisibles ou plus difficiles à percevoir. La communication est essentielle pour comprendre pleinement les besoins de chaque personne. Les nouveaux résultats de l'Enquête canadienne sur l'incapacité (ECI) de 2022 révèlent que 27 % de la population canadienne âgée de 15 ans ou plus, soit 8 millions de personnes, présentaient au moins une incapacité qui les limitait dans leurs activités quotidiennes. Le taux d'incapacité au Canada a augmenté de 5 points de pourcentage depuis 2017, année où 22 % des Canadiennes et Canadiens, soit 6,2 millions de personnes, avaient une ou plusieurs incapacités. (Statistique Canada, 2022)

LE LANGAGE ET LES INTERACTIONS

Les mots ont de l'importance et le langage fait partie intégrante de l'inclusion, tant du point de vue du handicap que dans d'autres domaines de la diversité et de l'inclusion. L'utilisation de termes désobligeants, désuets ou liés au capacitisme pour décrire ou interagir avec des athlètes handicapés renforce les stéréotypes irrespectueux.

Chacun a ses préférences quant à la manière dont il s'identifie et certains athlètes peuvent préférer un langage centré sur l'identité (c.-à-d. personne sourde, personne autiste, personne handicapée, personne aveugle). Cette préférence est de plus en plus fréquente, mais la façon dont une personne s'identifie est personnelle et diffère donc d'une personne à l'autre.

Le langage centré sur la personne met l'accent sur la personne et non sur le handicap. Par exemple, athlète ayant un handicap, personne ayant une déficience visuelle, etc.

Il est recommandé de commencer en utilisant le langage centré sur la personne, puis de discuter avec l'intéressé pour connaître ses préférences. Il est important de respecter ce choix et de s'y conformer. Le mot « handicap » n'est pas forcément un mauvais mot ou un mot à éviter.

D'autres lignes directrices à prendre en compte sont adaptées du National Center for Disability & Journalism (2021) et traduites ci-dessous :

Ne mentionnez le handicap que lorsqu'il est pertinent de le faire. Demandez-vous s'il est nécessaire de parler d'une personne en utilisant son handicap comme descriptif.

Dans la mesure du possible, demandez à l'athlète comment il aimerait être décrit. Assurez-vous que la confiance et la relation sont bien établies avant. Vous pouvez aussi demander à un membre de la famille en qui vous avez confiance ou à une organisation compétente qui travaille avec lui ou qui le connaît mieux.

Évitez d'utiliser des mots inventés comme « diversifiable » et « handicapable », à moins de les utiliser dans des citations directes ou pour faire référence à un mouvement ou une organisation. De plus, les expressions comme « besoins spéciaux, déficients, etc. » ne sont pas recommandées.

Évitez les comparaisons qui font référence aux personnes sans handicap comme étant « normales » et aux sports pratiqués par ces personnes comme étant des sports « normaux ». L'utilisation du terme « personne handicapée » par opposition à « personne sans handicap » est appropriée.

Adressez-vous directement à la personne handicapée, et non à son accompagnateur, son partenaire d'entraînement ou guide, ses parents ou son interprète gestuel. Si la personne ne répond pas immédiatement, cela ne signifie pas qu'elle ne peut pas ou ne veut pas répondre.

Si vous n'êtes pas certain de la façon dont vous devez interagir avec une personne handicapée, vous n'avez qu'à lui demander. Ce n'est pas parce qu'une personne a un handicap qu'il faut en déduire qu'elle a besoin d'aide. Ne lui donnez pas d'aide sans lui demander d'abord si elle en a besoin. Vous pouvez lui demander si elle veut de l'aide, mais ne lui demandez pas de manière répétée et ne nuancez pas sa réponse en lui demandant si elle en est sûre. Respectez son choix, même si la personne semble avoir des difficultés. Si la situation est dangereuse, aidez-la comme vous le feriez pour toute autre personne sans handicap.

Lorsque vous faites la connaissance d'une personne handicapée, il est approprié de lui serrer la main. Une personne dont l'usage des mains est limité ou qui porte un membre artificiel peut habituellement donner une poignée de main. (Serrer la main gauche est une salutation acceptable.) Vous pouvez aussi lui tendre le poing ou le coude.

Lorsque vous rencontrez une personne malvoyante, identifiez-vous toujours, ainsi que les autres personnes qui vous accompagnent. Lors d'une conversation de groupe, n'oubliez pas d'identifier la personne à laquelle vous vous adressez.

Ne soyez pas mal à l'aise s'il vous arrive d'utiliser des expressions courantes comme « on se voit plus tard » ou « j'ai l'impression d'être toujours en train de courir » qui semblent avoir un lien avec le handicap de la personne.

L'équipement d'aide à la mobilité d'une personne, comme un fauteuil roulant, un quadriporteur ou une canne, fait partie de son espace personnel. Il convient de ne pas le toucher ni le déplacer sans autorisation, même si la personne l'a déposé ou l'a laissé quelque part. S'appuyer sur le fauteuil roulant d'une personne revient à s'appuyer sur son épaule. Ne vous asseyez pas et n'utilisez pas le fauteuil roulant ni l'équipement de mobilité d'une personne. Il est essentiel que le propriétaire sache toujours où se trouve son équipement.

Écoutez attentivement lorsque vous parlez avec une personne ayant des difficultés d'élocution. Soyez patient et attendez que la personne termine, sans la corriger ou parler à sa place. Au besoin, posez des questions courtes ou fermées qui demandent une réponse brève ou un hochement de tête pour dire oui ou non. Ne faites jamais semblant de comprendre si vous ne comprenez pas bien. Répétez plutôt ce que vous avez compris et laissez la personne répondre. La réponse vous éclairera et guidera votre compréhension.

N'oubliez pas qu'il est normal de ne pas comprendre toutes les nuances. Ne faites pas semblant de comprendre la personne. Établir une relation et un climat de confiance avec le participant ou l'athlète est le meilleur point de départ. Une fois la confiance établie, soyez ouvert et honnête dans vos conversations et demandez la permission d'obtenir plus d'informations en lui posant des questions.

Ne faites pas de suppositions.

LES CATÉGORIES DE HANDICAPS

Il est parfois difficile de catégoriser le handicap, car le langage qui l'entoure change fréquemment et évolue. Lorsque l'on définit un nombre précis de types de handicaps, il y a inévitablement des éléments qui sont oubliés ou négligés. L'Association canadienne des entraîneurs (ACE) répartit les handicaps et les déficiences en cinq catégories différentes dans son module *Entraîner des athlètes ayant un handicap*. Il faut savoir qu'il s'agit d'un modèle général de catégorisation des handicaps et que le Comité international paralympique (IPC) utilise une terminologie et des définitions différentes en ce qui concerne les catégories de classification, comme il est indiqué dans la section Classification.

Le contenu ci-dessous est adapté du document *Entraîner des athlètes ayant un handicap* de l'ACE.

Les déficiences sensorielles

- La déficience visuelle : comprend la cécité, la vision partielle, la surdité et la cécité avec déficiences supplémentaires.
- La déficience auditive : absence partielle ou totale de la perception des sons.
- La déficience multisensorielle : déficience visuelle et auditive diagnostiquée avec au moins une légère perte de chaque fonction, ou encore surdité.

La déficience comportementale est une déficience d'ordre émotionnel caractérisée par un ou plusieurs éléments suivants :

- Difficulté à bâtir ou maintenir des liens interpersonnels satisfaisants avec ses pairs ou avec des adultes dans des rôles de supervision.
- Difficulté à apprendre des choses qui ne peuvent être expliquées adéquatement par des facteurs intellectuels, sensoriels ou liés à la santé.
- Manifestation constante ou chronique d'un comportement ou de sentiments inappropriés dans des conditions normales.
- Manifestation d'une humeur triste ou dépressive.
- Tendance manifeste à développer des symptômes physiques, de la douleur ou des peurs déraisonnables associés à des problèmes personnels.

Le trouble d'apprentissage affecte la capacité d'une personne à comprendre le langage écrit ou parlé. La personne peut avoir du mal à lire, écrire, écouter ou parler même si elle a un quotient intellectuel (QI) moyen ou supérieur à la moyenne. N'oubliez pas que des difficultés à communiquer verbalement ne sont pas nécessairement un indicateur de l'intelligence ou des capacités.

La déficience intellectuelle affecte la capacité d'une personne de réfléchir, de résoudre des problèmes et/ou de prendre soin d'elle-même. Une personne ayant une déficience intellectuelle a un QI inférieur à la moyenne.

Le handicap physique a une incidence sur la fonction musculaire, la mobilité, la capacité physique, la coordination, l'endurance, la dextérité et/ou d'autres mouvements d'une personne. Il peut être visible ou invisible. Il peut être permanent ou irrégulier, congénital (à la naissance) ou acquis (à la suite d'une maladie ou d'une blessure). Les handicaps physiques peuvent inclure, entre autres, les lésions de la moelle épinière, le spina-bifida, les amputations, les petites tailles, la paralysie cérébrale et les différences entre les membres. Ils peuvent





aussi inclure des déficiences au niveau de différentes parties du système nerveux, à la fois le système somatique (mouvements volontaires et perception sensorielle) et le système nerveux autonome (fonctions automatiques de l'organisme – rythme cardiaque, respiration, digestion, fonction sexuelle, etc.). Certains handicaps physiques peuvent inclure des déficiences du système autonome, mais pas du système somatique (fonction musculaire).

QUELLE EST LA DIFFÉRENCE ENTRE HANDICAP ET DÉFICIENCE?

Selon l'Organisation mondiale de la Santé, le terme « handicap » est un terme générique qui regroupe les déficiences, les limitations d'activité et les restrictions de participation. Une déficience est un problème de fonction ou de structure corporelle. Une limitation d'activité est une difficulté éprouvée par une personne lors de l'exécution d'une tâche ou d'une action. Une restriction de participation est un problème éprouvé par une personne dans le cadre de ses activités de la vie courante.

Le handicap peut être lié à des conditions présentes à la naissance ou survenu plus tard dans la vie et peut avoir une incidence sur les fonctions plus tard dans la vie, notamment la fonction cognitive (mémoire, apprentissage et compréhension), la mobilité (déplacement dans un milieu), la vision, l'audition, le comportement et d'autres fonctions. Une déficience de la structure et du fonctionnement corporel a un effet sur la capacité ou la fonction d'une personne dans les mouvements liés au sport.



L'IMPORTANCE DU SPORT POUR LES PERSONNES AYANT UN HANDICAP

Les personnes ayant un handicap participent au sport pour les mêmes raisons que la plupart des athlètes. Le Programme national de certification des entraîneurs (PNCE) a recensé quatre raisons pour lesquelles les personnes pratiquent un sport.

- **L'accomplissement** : un désir de s'améliorer, de maîtriser de nouvelles compétences et de viser l'excellence.
- **L'appartenance** : un désir d'avoir des relations positives et amicales avec les autres.
- **L'autonomie** : un désir de ressentir un sentiment de contrôle, de prendre sa vie en charge.
- **Les sensations** : un désir d'expérimenter les images, les sons et les sensations physiques entourant un sport ou de vivre l'enthousiasme d'un sport.

En outre, le Projet canadien pour la participation des personnes handicapées (CDPP), qui a élaboré un plan pour développer une participation de qualité, évoque six éléments fondamentaux qui donnent lieu à des expériences sportives positives et agréables pour les personnes ayant un handicap.

- **L'appartenance** : se sentir inclus, accepté et respecté et avoir l'impression de faire partie du groupe.
- **L'autonomie** : être indépendant, avoir le choix et le contrôle.
- **La maîtrise** : avoir vécu des succès, ressentir un sentiment de réussite et de compétence.
- **Le défi** : avoir l'impression d'être mis à l'épreuve de manière appropriée.
- **L'engagement** : vivre le moment présent et être concentré, absorbé et passionné.
- **Le sens** : Contribuer à l'atteinte d'un objectif significatif sur le plan personnel ou social, ressentir un sentiment de responsabilité par rapport aux autres.

Ce qui rend une expérience positive pour un athlète est unique et les individus accorderont de l'importance à différents éléments.

LES MODÈLES D'INTÉGRATION ET D'INCLUSION

L'approche générale en matière de soutien aux athlètes handicapés diffère peu de celle pour les athlètes sans handicap.

Les para-athlètes veulent avoir accès aux mêmes possibilités, mais en les adaptant à leurs capacités. Ainsi, en prenant le temps d'en apprendre davantage sur chaque athlète en tant qu'individu, tout en tenant compte de ses besoins uniques, vous serez en mesure de le soutenir en toute sécurité, de manière inclusive et efficace. Bien que chaque athlète soit différent, certaines mesures générales s'appliquent en fonction des différents types de déficiences.

Intégré (ouvert) : L'entraînement/programme a lieu dans un club de ski sans apporter de modifications ni d'encadrement particulier aux para-athlètes.

Intégré (adapté) : L'entraînement/programme a lieu dans un club de ski et comprend des modifications et de l'entraînement propre aux besoins des para-athlètes.

Parallèle : L'entraînement/programme a lieu en parallèle avec le club de ski (c.-à-d. même heure et même lieu), mais des modifications sont apportées et un entraîneur est dédié aux para-athlètes.

Séparé : L'entraînement/programme est encadré et pris en charge par le club de ski, mais il est axé sur les para-athlètes et se déroule à un autre moment et dans un autre lieu.

Sport adapté : L'entraînement/programme est entièrement pris en charge par un organisme de sport adapté.



L'IMPORTANCE DE LA PRISE DE CONSCIENCE ET DE LA PREMIÈRE PARTICIPATION

Être conscient des possibilités de pratiquer un sport est crucial pour se lancer dans ce sport. Les premiers contacts avec le sport sont aussi très importants pour déterminer si une personne continuera à le pratiquer. Dans le cas des personnes handicapées, il faut tenir compte des obstacles supplémentaires qui peuvent exister pour elles. Ces obstacles commencent dès la recherche d'informations sur les programmes; c'est-à-dire le transport pour se rendre sur les lieux, l'accès aux installations, l'équipement pertinent, la possibilité de rencontrer un entraîneur formé et solidaire, et la recherche d'un sport que la personne aime. Même si tous ces obstacles sont abordés et que le participant finit par essayer un sport, une expérience négative risque de le décourager rapidement et de l'amener à abandonner le sport pour de bon.

L'organisme Le sport c'est pour la vie offre des renseignements supplémentaires sur l'importance de ces deux stades ainsi que des grilles de vérification pour aborder la prise de conscience et la première participation. www.sportpouirlavie.ca

Soutenir les athlètes ayant un handicap à tous les niveaux de votre organisation consiste essentiellement à : se concentrer sur leurs capacités tout en comprenant leurs besoins uniques; offrir un environnement sécuritaire et favorable pour s'entraîner; participer à des compétitions et leur permettre de s'épanouir comme athlète; et les guider sur la voie du niveau qu'ils veulent atteindre.



PARTIE 2: DEVENIR PRÊT POUR LE PARA

La version originale de *Becoming Para Ready* (BPR) du Steadward Centre a été élaborée en collaboration avec la communauté de l'athlétisme en Alberta. Il s'agissait d'un guide d'introduction destiné à fournir aux entraîneurs et aux administrateurs de club les connaissances, la confiance et les outils nécessaires pour être plus proactifs – ou «prêts» – à mieux faire l'inclusion.

La version actualisée du BPR (BPR 2.0) se veut plus conviviale, s'adresse à un public plus large et peut être utilisée dans n'importe quel sport. Les trois catégories principales (perspective, planification et programme) peuvent être vues comme des étapes sur la voie de la création d'un environnement inclusif pour les athlètes handicapés.

Les organisations devraient s'inspirer des principes clés et des «P» de ce guide et les adapter de manière à soutenir efficacement la communauté qu'elles desservent.

LES PRINCIPES DEVENIR PRÊT POUR LE PARA (DPP)

Les cinq principes DPP ont été élaborés pour aider tous les acteurs de l'écosystème sportif (c.-à-d. dirigeants sportifs, clubs, entraîneurs, parents, athlètes) à réfléchir à la manière dont ils peuvent collectivement offrir des expériences de qualité et sécuritaires aux athlètes handicapés. Ces principes sont des fils conducteurs de haut niveau qu'il convient de (re)considérer lorsque vous travaillez sur l'ensemble du cadre DPP.

1. Être proactif.

- Planifier l'inclusion. **Prendre l'initiative** d'améliorer l'inclusion et l'intégration dans votre programme et anticiper les besoins des autres.
- Toutes les personnes profitent d'une approche inclusive.

2. Inclure les voix et les choix des personnes ayant un handicap.

- Réunir la communauté des personnes handicapées à la création de programmes inclusifs.
- **Inclure les personnes ayant du vécu à tous les stades** de votre programme et du développement de la pratique.

3. Réfléchir et prendre des mesures judicieuses.

- Vous pouvez avoir un impact positif, mais il faut du **temps et un engagement continu** pour améliorer l'inclusion et l'intégration.
- Vos attitudes et vos comportements donnent le ton à l'inclusion des personnes handicapées dans votre contexte.

4. Le handicap est une facette de l'identité.

- Prendre en compte l'intersectionnalité. Les personnes handicapées ont des antécédents, des expériences de vie et des points de vue différents.

5. Le handicap est une construction sociale et la déficience s'inscrit dans un continuum.

- Les personnes vivent très différemment des déficiences qui peuvent sembler similaires.
- **Le handicap a été créé par des interprétations sociales** et peut varier selon les interprétations sociales, culturelles et individuelles.

ÉTAPE 1 RÉFLÉCHIR AUX PRINCIPES DPP

La première étape consiste à bien comprendre les cinq principes DPP présentés à la page suivante. Ces fils conducteurs vous aideront à mieux situer le cadre DPP.

ÉTAPE 2 COMPRENDRE LES P LIÉS À LA PRÉPARATION AU PARA

Examinez dans l'ordre les trois grandes catégories de P (perspective, planification, programme) du cadre DPP afin de déterminer les plus pertinentes à votre contexte sportif particulier.

ÉTAPE 3 AGIR EN FAVEUR DE DPP

Le cadre DPP doit être utilisé comme point de départ. Parmi les P, certains requièrent des tâches relativement simples (pouvant être réalisées rapidement ou avec peu de ressources) tandis que d'autres nécessitent des tâches plus complexes (pouvant nécessiter plus de temps ou de ressources). Déterminez des mesures à prendre pour commencer dès aujourd'hui.



LE CADRE DPP 2.0

La version 2.0 du cadre DPP a été élaborée pour simplifier les P dans une forme plus pratique. Les trois catégories principales devraient faciliter son utilisation dans tous les sports et pour tous les acteurs.

1 PERSPECTIVE: REMETTEZ EN QUESTION VOS PARADIGMES.

Philosophie

- Il s'agit de comprendre vos points de vue sur le handicap, le sport et la société.

Le défi : Rédigez une déclaration personnelle sur votre point de vue et sur la manière dont vous allez mettre en œuvre une approche inclusive dans votre pratique.

Personnes

- L'inclusion ne peut être efficace que si tout le monde est d'accord avec une vision ou une compréhension commune.

Le défi : Planifiez des réunions pour présenter votre philosophie ou déclaration personnelle sur l'inclusion aux principaux acteurs du club ou programme et encouragez-les à faire pareil.

Politique

- Après avoir réfléchi aux différents points de vue, il convient de rédiger une déclaration d'engagement du club ou de l'entraîneur en faveur de l'inclusion qui sera publiée et affichée partout où c'est possible (c.-à-d. club, réseaux sociaux, dans le code de conduite, etc.).

Le défi : Travaillez avec le conseil d'administration ou l'équipe de direction du club pour établir une déclaration d'engagement en faveur de l'inclusion.

2 PLANIFICATION : PLANIFIEZ DES EXPÉRIENCES DE QUALITÉ ET SÉCURITAIRES POUR TOUS.

Place

- Installations, stationnements et hébergements (grille de vérification sur l'accessibilité).

Le défi : Procédez à un examen de l'accessibilité de vos installations afin d'identifier tout obstacle possible.

Promotion

- Ne dites pas que vous êtes inclusif si vous ne l'êtes pas.
- Faites savoir qui vous êtes, quels sont vos programmes, comment ils sont inclusifs (ou non) et à qui ils s'adressent. Communiquez ces messages en personne, par le biais de médias physiques et en ligne.

Le défi : Passez en revue votre matériel promotionnel (brochures, site Web, comptes de médias sociaux, etc.) et identifiez les domaines dans lesquels vous pourriez inclure un libellé ou des images qui aideraient une personne à reconnaître que votre club ou programme est ouvert aux personnes handicapées. Ne vous attendez pas à ce que les athlètes arrivent sur-le-champ.

Partenariat(s)

- Créez votre réseau :
 - Communauté de personnes handicapées et de sport adapté;
 - Centres de santé et de réadaptation;
 - Parents et personnel d'encadrement.

Le défi : Contactez au moins trois organismes dans votre communauté qui pourraient vous aider à cibler des athlètes handicapés ou à les soutenir.

<p>Prix</p> <ul style="list-style-type: none"> Le coût est un obstacle pour de nombreuses personnes handicapées. Envisagez des barèmes de frais ou une structure «payez ce que vous pouvez». 	<p>Le défi : Discutez avec votre C. A. des méthodes possibles pour réduire les coûts pour les athlètes handicapés et/ou cherchez des subventions et d'autres sources de financement qui pourraient réduire les coûts pour les athlètes handicapés.</p>
<p>Parcours</p> <ul style="list-style-type: none"> Ce ne sont pas tous les athlètes qui veulent devenir paralympiens. Proposez divers cheminements de programmes pour répondre aux différents niveaux d'habiletés. 	<p>Le défi : Examinez le modèle de DLTA et déterminez à quel âge et comment les athlètes handicapés peuvent entrer dans votre sport et le quitter. Examinez ensuite vos programmes pour repérer les lacunes ayant trait aux points d'entrée et de sortie pour ces athlètes.</p>

3 PROGRAMME : METTEZ L'ACCENT SUR LA COLLABORATION, LA VARIÉTÉ ET LE CHOIX DANS LA PRATIQUE DU SPORT.

<p>Préférence</p> <ul style="list-style-type: none"> Il est important de veiller à ce que vos programmes offrent différents niveaux d'intégration et d'inclusion afin de donner le choix aux nouveaux athlètes (et à ceux déjà dans le programme). 	<p>Le défi : Examinez vos programmes et assurez-vous que vos offres reflètent les différents niveaux du spectre de l'inclusion.</p>
<p>Participation</p> <ul style="list-style-type: none"> Les expériences de participation de qualité doivent être au premier plan de toute décision en matière de programme (c.-à-d. appartenance, autonomie, maîtrise, défi, engagement et sens). Ayez une bonne compréhension de la classification des athlètes pour la compétition, s'il y a lieu. 	<p>Le défi : Passez en revue vos programmes afin de cibler les points forts et les points à améliorer dans les six volets de la participation de qualité. Vous pouvez aussi vous renseigner sur le processus de classification de votre sport (votre ONS est un bon point de départ pour trouver cette information).</p>
<p>Pratique</p> <ul style="list-style-type: none"> Le mentorat réciproque (c.-à-d. travail en collaboration avec les athlètes) est la pierre angulaire de l'entraînement en parasport. 	<p>Le défi : Familiarisez-vous avec les différentes méthodes pour accueillir les personnes handicapées (p. ex., TREE, STEP, CHANGE IT) en vue d'examiner la conception de votre programme.</p>
<p>Pédagogie</p> <ul style="list-style-type: none"> L'entraînement centré sur l'athlète est essentiel lorsque l'on travaille avec des para-athlètes afin de s'assurer que les séances d'entraînement et les expériences sportives sont établies en collaboration «avec» eux (p. ex., coaching réciproque). La pédagogie de l'entraîneur doit être axée sur la création d'expériences de qualité grâce à une collaboration étroite avec l'athlète et à la prise en compte des connaissances professionnelles, sportives et relatives au handicap. 	<p>Le défi : Exercez-vous à écouter vos athlètes et à concevoir des séances d'entraînement avec leur collaboration.</p>

Pour obtenir la version intégrale du guide Becoming Para Ready Version 2.0, élaboré par The Steadward Centre, consultez : <https://www.ualberta.ca/steadward-centre/resources/becoming-para-ready.htm>.



PARTIE 3: LE SKI PARA-ALPIN AU CANADA

LES PREMIERS JEUX PARALYMPIQUES D'HIVER ONT EU LIEU À ÖRNSKÖLDSVIK, EN SUÈDE, EN 1976 ET PRÉSENTAIENT DEUX ÉPREUVES DE SKI PARA-ALPIN, SOIT LE SLALOM ET LE SLALOM GÉANT. GRÂCE AU SOUTIEN DE SPORTS DE GLISSE ADAPTÉS CANADA (GADS), LE CANADA A ENVOYÉ SIX ATHLÈTES À CES JEUX ET A REMPORTE QUATRE MÉDAILLES, DONT DEUX D'OR ET DEUX DE BRONZE.

En 2002, Canada Alpin, l'organisme national de sport régissant le ski de compétition au Canada, a pris en charge le programme de haute performance de l'équipe canadienne de ski para-alpin (ÉCSPA). Depuis les deux dernières décennies, cette équipe est devenue une organisation sportive de premier plan, bénéficiant du même soutien et du même prestige que ses homologues en ski alpin.

Aujourd'hui, les athlètes ayant un handicap physique peuvent disputer cinq épreuves alpines : la descente, le combiné alpin, le super-G, le slalom et le slalom géant.

LA CLASSIFICATION

Afin de préserver l'intégrité de l'égalité des chances en compétition, tous les sports paralympiques ont mis en place un système visant à garantir que la victoire est déterminée par des facteurs sportifs tels que les habiletés, la condition physique, la puissance, l'endurance, les aptitudes tactiques et la concentration mentale, à savoir les mêmes facteurs liés au succès dans les sports pour athlètes sans handicap.

Ce système se nomme la classification.

Grâce à ce système, il est possible de déterminer les athlètes qui peuvent participer à une compétition sportive et de les regrouper pour la compétition afin de minimiser l'impact de leur handicap sur la performance sportive.

La classification est propre à chaque sport étant donné qu'une déficience affecte la capacité à réaliser des performances dans différents sports à des degrés différents. Par conséquent, un athlète peut être admissible à concourir dans un sport, mais peut être inadmissible dans un autre sport. Le fait d'avoir une déficience n'est donc pas suffisant pour qu'un athlète puisse concourir en parasport.

Les catégories d'athlètes en fonction du degré de limitation d'activité attribuable à leur déficience se nomment «catégories sportives». Dans une certaine mesure, cela revient à regrouper les athlètes en fonction de leur âge, de leur sexe ou de leur poids.

La classification au sein du mouvement paralympique est régie par le code de classification et les normes internationales de l'IPC.

La classification est requise pour concourir en ski para-alpin à certains niveaux de compétition, dont les championnats nationaux et les compétitions internationales. Cependant, les personnes qui n'ont pas de classification peuvent toujours faire de la compétition et profiter des avantages de la participation à un sport et de l'activité physique.

LA CLASSIFICATION EN SKI PARA-ALPIN

Les critères de la classification en ski para-alpin sont précisés dans les règles de classification.

Afin de pouvoir participer aux compétitions, les athlètes doivent présenter l'une des déficiences admissibles et satisfaire aux critères minimums de déficience pour le sport, tels qu'ils sont définis dans ces règles.

LES DÉFICIENCES ADMISSIBLES POUR LE SKI PARA-ALPIN

Les athlètes de ski para-alpin ont une ou plusieurs des déficiences suivantes :

- Déficience de la force musculaire
- Déficience au niveau des membres
- Inégalité de la longueur des jambes
- Hypertonie
- Ataxie
- Athétose
- Déficience dans l'amplitude passive des mouvements
- Déficience visuelle

Une personne peut avoir un handicap sans pour autant être admissible à la compétition dans les sports paralympiques, dont le ski alpin de compétition.



Les renseignements à jour sur la classification en ski para-alpin et les catégories sportives se trouvent sur le site Web de la Fédération internationale de ski (FIS). La FIS est l'organisme mondial qui régit le ski alpin et le ski para-alpin.

<https://www.fis-ski.com/en/para-snowsports/para-alpine/about-para-classification>

LE CHEMINEMENT DU SKI ADAPTÉ

Les écoles et clubs de ski adaptés CADS sont composés d'instructeurs certifiés de CADS afin d'offrir des options récréatives et non compétitives pour les participants souhaitant pratiquer le ski toute leur vie ou avant qu'ils obtiennent une classification paralympique, s'ils sont admissibles.

Les clubs CADS offrent des programmes d'enseignement pour guider les participants afin qu'ils deviennent des skieurs autonomes.

Cette autonomie est une étape essentielle vers l'intégration.

Le programme de formation et de certification des moniteurs de CADS est conçu pour enseigner aux skieurs débutants, intermédiaires et experts à faire du ski et à les encourager. Il compte quatre spécialités.

1. Le module de certification CADS TSA/DI s'adresse aux moniteurs qui souhaitent se concentrer sur l'enseignement aux skieurs ayant une déficience cognitive, dont les troubles du spectre de l'autisme. La formation leur permet d'acquérir les compétences et les outils nécessaires pour soutenir les skieurs neurodivers qui éprouvent des difficultés sociales, sensorielles, de communication et de traitement de l'information.
2. La certification du module SitSki de CADS s'adresse aux moniteurs qui souhaitent se concentrer sur l'enseignement aux skieurs utilisant un fauteuil-ski. La formation leur permet d'acquérir les compétences et les outils nécessaires pour soutenir ces skieurs.
3. La certification du module DV de CADS s'adresse aux moniteurs qui souhaitent se concentrer sur l'enseignement aux skieurs ayant une déficience visuelle. La formation leur permet d'acquérir les compétences et les outils nécessaires pour soutenir les skieurs aveugles ou malvoyants.
4. La certification du module 3-4 de CADS s'adresse aux moniteurs qui souhaitent se concentrer sur l'enseignement aux skieurs éprouvant des difficultés d'équilibre et de mobilité. La formation leur permet d'acquérir les compétences et les outils nécessaires pour soutenir les skieurs utilisant des stabilisateurs.



Le programme de certification des moniteurs de CADS est conforme aux méthodologies d'enseignement de l'AMSC, de l'ACMS et du développement à long terme de l'athlète de Canada Alpin. Il favorise également la planification de la relève pour les responsables de la formation et les examinateurs principaux tout en favorisant le développement continu.

Pour en savoir plus sur les stages et les niveaux de certification de CADS, consultez :

https://cads.ski/en/evaluation_registrations.

CADS – SPORTS DE GLISSE ADAPTÉS CANADA

En 2016, Canada Alpin a signé un protocole d'entente avec CADS pour en faire le fournisseur officiel des programmes de développement de l'équipe canadienne de ski para-alpin.

CADS a pour mission d'éliminer les obstacles auxquels se heurtent les personnes handicapées afin qu'elles puissent goûter à la joie et à la liberté que procurent les sports de glisse. Il regroupe un réseau de plus de 60 clubs et de 3 100 bénévoles répartis dans 11 divisions provinciales et territoriales. Ce réseau soutient et encourage plus de 2 100 participants ayant une déficience physique, visuelle ou cognitive à faire du ski et de la planche à neige, à partir du niveau débutant jusqu'au niveau expert.

CADS dispose également d'un vaste programme de formation pour les moniteurs de ski et de planche à neige et certifie plus de 1 000 moniteurs chaque année.

Pour en savoir plus sur les programmes de développement et de formation, consultez <https://cads.ski/fr>.



LE CHEMINEMENT DE PERFORMANCE EN SKI PARA-ALPIN



SENSIBILISATION

L'athlète apprend que le ski est accessible aux personnes avant un handicap. Il trouve un club. Il découvre le sport paralympique.

PARTICIPATION

L'athlète s'initie au ski. Selon sa situation, cela peut se faire dans un club adapté, une école de ski, un club de compétition ou avec la famille.



AUTONOMIE

Une fois que le skieur est autonome, il pourrait être prêt à intégrer un programme de compétition ou à participer à un événement forger l'avenir.

FORGER L'AVENIR

Les camps forger l'avenir (CFA) permettent d'initier les skieurs autonomes au ski de compétition. Les athlètes peuvent participer à ces camps autant de fois qu'ils le souhaitent. Les CFA permettent d'aider les skieurs à intégrer un programme de ski adapté ou un club de compétition.

INTÉGRATION

Les participants se joignent à d'autres skieurs de même niveau et progressent selon les stades du DLTA du programme.



ESPOIR

Les athlètes participent aux camps d'entraînement d'ACA pendant la saison. ACA adopte un rôle de conseiller de programme en aidant à la formation des entraîneurs, à l'intégration et à la planification à long terme l'athlète.



NEXT GEN

Les athlètes de l'équipe Next Gen se consacrent au ski de compétition et démontrent suffisamment d'habiletés et de désir pour compétitionner au niveau de l'élite. Le programme est assuré par ACA afin que les athlètes de la relève se qualifient pour compétitionner sur le circuit de la coupe du monde et aux Jeux paralympiques.

COUPE DU MONDE

Les athlètes s'entraînent à temps plein l'hiver et l'été et font partie du programme d'ACA. Leur objectif est de gagner des médailles en coupe du monde, aux championnats du monde et aux Jeux paralympiques.

LE CHEMINEMENT DE PERFORMANCE PARA-ATHLÈTE EST CONÇU POUR FOURNIR UN SOUTIEN AUX ENTRAÎNEURS ET AUX ATHLÈTES À TOUS LES NIVEAUX DU DÉVELOPPEMENT, SOIT DE L'INITIATION AU SKI À LA RÉUSSITE EN COUPE DU MONDE ET AUX JEUX PARALYMPIQUES.

Pour en savoir plus sur ce cheminement et le développement à long terme des para-athlètes, consultez le site Web d'ACA.

<https://alpinecanada.org/communaute/forger-l-avenir>



Pour les entraîneurs de ski qui souhaitent se perfectionner dans un contexte para-alpin, ACA propose un module d'apprentissage en ligne sur l'entraînement para-alpin par le biais de l'Association canadienne des entraîneurs (Le Casier).

Une fois connecté à votre Casier, cliquez sur l'onglet Apprentissage en ligne et sélectionnez Ski alpin dans le menu de gauche.

<https://lecasier.coach.ca>

Pour en savoir plus sur le métier et le cheminement de l'entraîneur de ski para-alpin, consultez le site Web d'ACA.

<https://ltad.alpinecanada.org/entraîneurs/cheminement-de-l-entraîneur>

PARTIE 4: FORGER L'AVENIR, DÉVELOPPEMENT ET CROISSANCE EN SKI PARA-ALPIN

AU DÉPART, LE PROGRAMME *FORGER L'AVENIR* PROPOSAIT UNE OCCASION AUX SKIEURS AYANT UN HANDICAP PHYSIQUE DE S'INITIER AU SKI DE COMPÉTITION EN TRAVAILLANT AVEC DES ENTRAÎNEURS DE L'ÉQUIPE NATIONALE. LE PROGRAMME OFFRE DÉSORMAIS DU SOUTIEN AUX DIFFÉRENTS PROGRAMMES À TOUS LES NIVEAUX DU CHEMINEMENT PARALYMPIQUE.

Le programme *Forger l'avenir* repose sur une approche multidimensionnelle du développement de l'athlète et est axé sur trois grands piliers.

1. **Équité, diversité, inclusion et intégration** : Le programme *Forger l'avenir* offre aux Canadiens et Canadiennes ayant un handicap la possibilité de s'initier au ski de compétition avec un entraîneur de l'équipe nationale et contribue à favoriser le développement de l'athlète à tous les niveaux. Il vise à éliminer les obstacles à la participation sportive dès l'initiation jusqu'au niveau de la haute performance.
2. **Alignement avec le système para-alpin** : Le programme *Forger l'avenir* vise à réunir les centres de ski, les clubs de ski et les programmes de ski adapté d'un océan à l'autre avec Canada Alpin afin de faire connaître le ski de compétition auprès des athlètes, des entraîneurs, des bénévoles et des familles.
3. **Dépistage de talents** : Le programme *Forger l'avenir* est dispensé en étroite collaboration avec les intervenants du ski para-alpin dans l'ensemble du pays afin de dépister les athlètes de la relève ayant le potentiel de prendre part aux Jeux paralympiques d'hiver et de fournir un soutien à ces athlètes au cours de leur développement.



LES ÉVÉNEMENTS FORGER L'AVENIR

Ces événements sont offerts en collaboration avec des stations de ski, des clubs de ski et des organismes de sport adapté. C'est grâce à ce partenariat qu'ACA peut offrir aux participants de tous les niveaux l'occasion de rencontrer et de skier avec des athlètes et des entraîneurs de l'équipe nationale. Les skieurs autonomes ont également la possibilité d'être encadrés par des entraîneurs de l'ÉCSPA et de côtoyer les athlètes de l'équipe nationale.

Ces camps permettent également d'évaluer si le participant est prêt à **intégrer** un programme de compétition à temps plein.



GLOSSAIRE DE TERMES GÉNÉRAUX

Sans handicap : S'utilise pour décrire les personnes n'ayant pas de handicap ou pour faire référence à un sport olympique traditionnel (c.-à-d. un club de ski ou sportif pour personnes sans handicap). Il faut éviter d'utiliser des mots tels que « régulier » ou « normal » lorsqu'on évoque le sport paralympique.

Capacitisme/handicapisme : Le capacitisme et le handicapisme sont des termes utilisés pour décrire la discrimination et les préjugés liés au handicap. Ces termes sont comparables au sexisme et au racisme, utilisés respectivement pour décrire la discrimination à l'égard des femmes et des divers groupes raciaux ou ethniques. Dans les deux cas, ces termes décrivent la discrimination fondée sur le handicap, mais l'accent diffère. Le handicapisme met l'accent sur la discrimination à l'égard des personnes handicapées, alors que le capacitisme met l'accent sur la discrimination en faveur des personnes non handicapées. www.scope.org.uk

Athlète/participant : Le terme « athlète » est utilisé plus fréquemment dans ce document. Comme ce n'est pas tout le monde qui se considère comme un athlète, certains programmes sportifs à l'échelle locale peuvent désigner leurs membres comme des participants. Dans le cadre de cette ressource, ces termes sont interchangeable.

Athlète ayant un handicap/para-athlète : Ces termes sont utilisés de manière interchangeable. Le terme para-athlète est couramment utilisé pour désigner un athlète qui pratique un sport faisant partie du programme paralympique comme le ski para-alpin.

Handicap : Il s'agit d'un terme générique qui comporte une composante sociale. Le handicap d'une personne peut être causé ou non par une déficience.

Déficience : Se rapporte davantage à la condition médicale qui affecte la fonction et la capacité d'une personne à effectuer certaines activités ou à interagir avec son environnement.

Organismes de sport adapté (OSA) : Organismes dans certaines provinces et certains territoires qui assurent le développement d'un ou de plusieurs sports dédiés aux athlètes ayant un handicap.

CADS : Canadian Adaptive Snowsports/Sports de glisse adaptés Canada. CADS est un organisme bénévole offrant aux personnes ayant une déficience physique, visuelle ou cognitive la possibilité de découvrir le plaisir de pratiquer des sports de glisse adaptés et de la compétition. L'organisme assure la relève du volet compétition en ski para-alpin.

Sport adapté : Ce terme est couramment utilisé pour désigner les activités sportives ou récréatives à l'intention des personnes ayant un handicap faisant partie ou non d'un programme paralympique ou d'un volet compétitif.

Parasport : Ce terme désigne tout sport auquel participent des personnes handicapées et dont les règles de classification sont conformes au code de classification des athlètes de l'IPC.

Personnes ayant un handicap/personnes handicapées : De manière générale, il est préférable d'utiliser un langage centré sur la personne, comme il a été abordé dans le document.

DLTA : Modèle de développement à long terme de l'athlète.

DLTA d'ACA : Modèle de développement à long terme de l'athlète d'ACA. Ce modèle propre au ski a été élaboré par ACA pour guider les entraîneurs, les administrateurs, les directeurs de programmes et les parents dans l'approche scientifique et holistique du DLTA en ski alpin, en ski cross et en ski para-alpin de compétition.

Savoir-faire physique : Désigne la maîtrise des habiletés liées aux fondements du mouvement et des habiletés sportives fondamentales.

OPTS : Organisme provincial/territorial de sport.

Stades de développement : Désigne les différents stades de progression du DLTA.

IPC : Comité international paralympique.

ACA : Alpine Canada Alpin.

Déficience physique acquise : Se rapporte à une personne qui a subi une déficience physique à la suite d'une blessure ou d'une maladie. Il s'agit de personnes qui, avant d'être blessées ou malades, étaient considérées comme des participants sans handicap.

Équipement adapté : Un dispositif spécial qui aide à la réalisation d'activités physiques.

Âge d'expérience : Désigne le nombre d'années pendant lesquelles un participant a été exposé à un milieu d'entraînement de ski.

Déficience congénitale : Se rapporte à une personne qui a une déficience depuis la naissance, mais qui n'est pas nécessairement héréditaire.

ÉCSPA : Équipe canadienne de ski para-alpin.



ALPINE CANADA ALPIN EST L'ORGANISME NATIONAL QUI RÉGIT LE SKI ALPIN, LE SKI PARA-ALPIN ET LE SKI CROSS DE COMPÉTITION AU CANADA DE MÊME QUE LES ENTRAÎNEURS DE SKI DU CANADA EN LEUR OFFRANT DE LA FORMATION, DES CERTIFICATIONS, DE L'ASSURANCE ET UN CODE DE CONDUITE DE L'ENTRAÎNEUR À RESPECTER. GRÂCE À L'APPUI DE PRÉCIEUX PARTENAIRES CORPORATIFS AINSI QUE DU GOUVERNEMENT DU CANADA, DU PROGRAMME À NOUS LE PODIUM ET DU COMITÉ OLYMPIQUE CANADIEN, CANADA ALPIN FORME DES ATHLÈTES OLYMPIQUES, PARALYMPIQUES, DE CHAMPIONNATS MONDIAUX ET DE COUPE DU MONDE AFIN DE STIMULER LA VISIBILITÉ, L'INSPIRATION ET LA CROISSANCE AU SEIN DE LA COMMUNAUTÉ DE SKI.

