



Voyager en train lorsqu'on a une BPCO est tout à fait possible. Seulement, cela peut nécessiter un peu d'organisation en amont, tout particulièrement si vous utilisez de l'oxygène. Nos conseils pour bien préparer votre déplacement et partir en toute sérénité.

Accès Plus : un service d'aide en gare

La SNCF propose différentes prestations, depuis l'**accueil en gare** (accompagnement jusque dans le train, service gratuit), jusqu'à une **prise en charge de votre domicile jusqu'à votre lieu d'arrivée** (prestation payante). Ces services sont proposés à toute personne ayant une carte d'invalidité (taux d'incapacité \geq à 80%). Le service prévoit le portage d'un seul bagage, de 15 kilos maximum. Attention : **il s'agit d'une aide à la personne et non d'un service médical.**



- **Si la mention d'accompagnement n'est pas indiquée sur votre carte d'invalidité (\geq à 80%) :** vous paierez le train normalement mais avec la possibilité d'être accompagné et cet accompagnateur ne paiera que 50% du prix de son billet.
- **Si la mention d'accompagnement est indiquée sur votre carte d'invalidité (\geq à 80%) :** vous paierez le train normalement mais avec la possibilité d'être accompagné et cet accompagnateur ne paiera pas son billet mais paiera la réservation (TGV).

Arriver en gare 30 minutes, au minimum, avant le départ du train est indispensable.

La réservation Accès Plus peut être faite en gare ou en boutique SNCF **au moment de l'achat du billet.**

POUR JOINDRE CE SERVICE

Téléphone : 0 890 640 650 (contactez-les au moment de la réservation de votre train).

Courriel : accesplus@sncf.fr — **Site internet :** www.oui.sncf/services/acces-plus

Vérifier si la gare où vous vous rendez propose le service Accès Plus : [ICI](#)

Voyager avec l'oxygène

Grâce à certains dispositifs, il est tout à fait possible de voyager en train avec son oxygène :

- **Soit avec un concentrateur d'oxygène** : à condition de calculer très largement la durée du trajet, en tenant compte d'éventuels retards et en partant avec des batteries remplies au maximum.
- **Ou avec un portable d'oxygène liquide** si la personne se gère bien. Il est recommandé de le transporter en position verticale.



Important : la SNCF décline toute responsabilité en cas d'arrêt prolongé sur une voie ayant pour conséquence un épuisement des réserves d'oxygène.

Conseils avant votre départ

- ✓ Organiser votre déplacement dès la réservation de vos billets de train.
- ✓ Votre matériel viendra s'ajouter à vos bagages habituels. Ne pas oublier que cela entraîne un **poids supplémentaire** (par exemple : un extracteur seul avec petite batterie : 2.3 kilos environ)
- ✓ **Utiliser un sac en bandoulière, un sac à dos, voire un petit chariot pour vous déplacer avec votre oxygène.**
- ✓ Les trains sont de plus en plus souvent équipés de **prises électriques** mais vous devez vous en assurer avant le départ : un branchement peut être nécessaire selon le type de batterie que vous utilisez et le débit.
- ✓ **Informez votre prestataire suffisamment à l'avance pour l'oxygène liquide.** Il vous demandera certaines informations : dates de votre séjour, adresse de là où vous vous rendez, votre numéro de téléphone pour vous contacter, le matériel dont vous aurez besoin etc. Il pourra, en fonction de votre projet, tout mettre en oeuvre pour que votre déplacement/séjour, se passe dans les meilleures conditions et vous assurer le service d'oxygène dont vous avez besoin pendant votre déplacement et là où vous vous rendez. N'oubliez pas de le contacter en cas de modification de vos dates de séjour.
- ✓ **Informez votre médecin traitant ou pneumologue qui suit votre BPCO** de votre projet de déplacement. Il pourra vous donner son avis et vous conseiller en fonction du lieu où vous vous rendez (climat, altitude etc.) et votre état de santé. **Cette mesure de précaution est d'autant plus importante que vous êtes oxygéno-dépendant 24h/24.**
- ✓ **Arriver en gare suffisamment à l'avance pour pouvoir monter dans votre train sans vous créer d'inquiétude ou de stress** (l'accès aux voies est généralement donné 20 min avant le départ du train).



Plus de fiches pratiques sur www.sante-respiratoire.com