



→ Portrait

Championne !

Pour une inclusion réelle de toutes et tous dans le sport.

→ C'est plus drôle en BD!

#Autodétermination #ChoisirPourSoi



→ Zoom sur

Le HandiGuide des Sports



C'est un annuaire interactif des structures sportives pouvant accueillir des personnes en situation de handicap.

2006

Création à l'initiative du ministère des Sports, une démarche de modernisation du guide a été lancée en 2019 pour intégrer les dernières opportunités offertes par les évolutions numériques et rendre l'interface grand public plus attractive et plus accessible.

La base de données peut être filtrée en fonction du **lieu de résidence**, du **type de handicap** et de la **discipline sportive**.



À ce jour, ce sont près de

3000

structures et

4000

lieux de pratique répertoriés sur l'ensemble du territoire.



Vu sur Insta!



— @federation_apajh

— ESAT Les Ateliers Georges Lapiere (Taverny, 95)
— Journée olympique en présence de Jénia Grebennikov, champion olympique autour d'un tournoi de volley !

→ Le mot de

Jean-Louis Garcia,

président de la Fédération APAJH



— Les Jeux approchent et vous avez en main notre deuxième numéro d'INCLUSIF.

Qu'ils soient Olympiques ou Paralympiques, dans quelques semaines, ils seront là.

A Paris, ou dans d'autres villes de métropole et d'outremer.

Précédés par la flamme, arrivée à Marseille, et qui depuis parcourt notre pays, portée par de très nombreuses personnes dont beaucoup en situation de handicap.

Et après le premier numéro d'INCLUSIF dédié aux supporters, celui-ci est consacré aux sportifs.

Les Jeux approchent

De belles histoires humaines, de superbes engagements, et cette volonté d'agir, au-delà du handicap, avec le handicap, et l'autodétermination comme moteur d'action.

Sportifs de haut niveau, sportifs uniquement pour le plaisir, le sport permet à la femme, à l'homme, de se réaliser. Alors, individuellement, collectivement, allons-y !

Et pour celles et ceux qui bénéficient de nos accompagnements, c'est un engagement quotidien de l'ensemble de nos collaborateurs pour rendre les choses possibles.

Rêvons et réalisons !

De l'utopie à la réalité ! — 26 mai 2024



↑
Valérie de Swetschin, co-auteurice de « Championnes - 50 femmes qui ont marqué l'histoire du sport »

Les sportives changent les règles !



L'inclusion véritable signifie donner de la visibilité à toutes les femmes.



L'inclusion dans le sport ne se limite pas à l'accès aux terrains, elle concerne aussi la valorisation de la diversité sous toutes ses formes. Ainsi, alors que nous progressons vers une société plus inclusive, il est crucial de reconnaître le rôle essentiel de toutes les femmes dans le monde du sport, les valides autant que celles en situation de handicap.

Ces dernières ont longtemps été marginalisées, leurs exploits trop souvent

occultés par un récit médiatique plus traditionnel. Il est temps de changer ce récit ! L'inclusion véritable signifie donner de la visibilité à toutes les femmes, quelle que soit leur situation, en reconnaissant et en célébrant leur détermination et leurs succès.

Créer des espaces où les femmes en situation de handicap se sentent à la fois acceptées et respectées, les représenter de manière équilibrée dans les médias, transformer les perceptions, sont les clés d'accès à un avenir où chaque femme, indépendamment de son handicap, peut intégrer pleinement et équitablement le monde du sport. C'est exigeant, mais nécessaire. C'est grâce à cette exigence que nous réaliserons pleinement le potentiel du sport comme vecteur de changement social, sociétal et résolument inclusif. Alors osons !

→ Téléx



LANCEMENT D'UNE COURSE ANNUELLE À SAINT-BRIEUC

Le 23 mars 2024 a eu lieu la première édition de la Course nature à Saint-Brieuc, qui a réuni 500 participants au total, pour un trail découverte, une course inclusive et une marche sportive. A quelques mois des Jeux Olympiques et Paralympiques, cet événement porté par les APAJH 22, 29 et 35 et le Dispositif d'Accompagnement Médico-Educatif (DAME) du Valais prône le sport pour tous ! Il a désormais vocation à avoir lieu chaque année.



UN CLUB DE FOOT INCLUSIF DANS LE GERS

Le Football Club Risclois, co-présidé par Alain Tollis, surveillant de nuit à l'ESAT APAJH des Charmettes (32), prône une pratique sportive inclusive ! Sept licenciés en situation de handicap, accompagnés par l'ESAT, participent aux entraînements, aux matchs avec des équipes externes et également à la vie locale, en organisant des événements tels que des vide-greniers et des lotos.



→ Découvrir l'interview de Alain Tollis



TOUS SUPPORTERS AU FC METZ !



Le Football Club de Metz a créé un collectif, regroupant notamment des membres de l'APAJH de Moselle, pour permettre aux supporters en situation de handicap d'accéder aux matchs et soutenir leur équipe. Le club a rendu accessible l'accueil et la billetterie, a mis en place un carnet de bord pour les supporters en situation de handicap, l'audiodescription des matchs pour les personnes aveugles et malvoyantes et une salle sensorielle.



→ Découvrir l'histoire de l'accessibilité du stade p.28



Jules et son ergothérapeute Sophie au moment de l'arrivée du marathon

Jules, ses coéquipiers et son père avant le départ de la course



AUTODÉTERMINATION !

Le pouvoir de pratiquer un sport ou de l'apprécier.

L'autodétermination en matière de sport implique la possibilité d'accéder à l'activité de son choix et de la réaliser selon ses capacités et ses envies. Activité physique, activité sportive loisir ou compétition : il y a un parcours à écrire pour toutes celles et ceux qui choisissent de participer, de relever des défis et de persévérer malgré les obstacles.

Ce n'est plus un secret pour personne : le sport favorise la santé, l'autonomie et également la confiance en soi et l'inclusion sociale. Malgré tout, le choix de s'investir est libre ainsi que la manière. Soutenir une équipe ou un athlète est aussi un engagement fort !

Et si le sport offrait des perspectives infinies pour favoriser une société plus égalitaire ?

Jules a 14 ans et malgré son handicap moteur, il a réalisé, le 7 avril dernier, le marathon de Paris. A l'initiative du projet, Jules avait réussi à fédérer une équipe de 6 coureurs pour le pousser, dont 4 professionnels de l'IEM d'Eysines géré par l'APAJH de Gironde, où il réside. Retour sur cet exploit sportif avec Jules, ses parents et son ergothérapeute !

■ PARENTS DE JULES

Comment avez-vous réagi quand Jules vous a parlé de son projet ?

Nous avons trouvé l'idée belle mais nous avons pensé directement à la difficulté de mobiliser une équipe et nous pen-

sions qu'il n'y aurait personne d'assez « engagé » pour le pousser sur tout le parcours. Nous sommes restés éloignés du projet, pour le laisser aller au bout des choses. Nous nous sommes simplement chargés d'alimenter la publicité autour du projet.

Comment se sont passées vos retrouvailles sur la ligne d'arrivée ?

Nous l'avons trouvé en forme, on s'attendait à le voir plus fatigué sur le coup mais il y avait vraiment l'euphorie, l'adrénaline et la joie d'avoir réussi. C'était un vrai moment de partage avec son équipe à l'arrivée !

Qu'avez-vous ressenti lors de ce moment spécial ?

Beaucoup d'admiration pour Jules et pour son équipe aussi, ainsi que de la gratitude car nous n'aurions pas pu courir 42km avec lui.

■ JULES

Qu'est-ce que tu as ressenti de ton côté après la course ?

Il y avait tellement d'émotions que je ne pourrais pas les décrire. En tout cas on les a toutes vécues à 200% !



C'était un vrai moment de partage avec son équipe à l'arrivée !



Qu'est-ce que l'autodétermination ?

C'est le droit fondamental des personnes à exercer un contrôle sur les décisions qui les concernent dans tous les aspects de leur vie. Donc à faire des choix autonomes, exprimer leurs préférences et être les acteurs principaux de leur existence.

Quelle a été ton plus beau souvenir dans cette aventure ?

Je pense que le plus beau souvenir c'est vraiment l'aventure humaine. L'adrénaline n'était pas redescendue jusqu'à 2h après la course !

Qu'est-ce que cela t'a apporté d'imaginer un tel projet ?

Quand on commence à vivre ce genre d'aventure, c'est que déjà on est allé loin ! Le marathon a permis je pense de montrer que tout était possible. C'est ce qui permet d'ouvrir maintenant à plein d'autres projets. Mon rêve ultime dans la vie et là où je me dirais que j'ai vraiment réussi, c'est en montant une entreprise.



Quand on commence à vivre ce genre d'aventure c'est que déjà on est allé loin !



SOPHIE VERNIER, ERGOTHÉRAPEUTE À L'IEM D'EYSINES

Pourquoi avez-vous décidé de participer avec Jules au marathon ?

En tant qu'ergothérapeute, on intervient sur tous les pans de la vie quotidienne d'une personne. Accompagner Jules dans ce projet de marathon a donc fait partie de mes fonctions.

Comment s'est déroulée la course ?

La course est passée très vite, malgré les 5h16 et 15 secondes. Jules a vécu un moment avec de nombreux stimuli, mêlés à d'intenses émotions. Et puis, malgré sa super assise confortable, conçue sur mesure, il n'en reste pas moins que l'effort de l'endurance a été éprouvant. Le moment de l'arrivée a été incroyable. Ce fut une sensation très forte. J'ai même eu l'impression que les encouragements avaient redoublé à notre passage. Ce marathon a représenté une très belle aventure, qui nous aura marqués!

→ Sport en Établissements Sociaux et Médico-Sociaux (ESMS)

Renforcer l'activité physique et sportive pour les personnes accompagnées



2.02.22

La loi du 2 mars 2022 : instaure l'obligation de désigner un "réfèrent sport" parmi le personnel de l'établissement.



2 missions

- Le réfèrent sport a deux missions :
- Informer les personnes accompagnées par l'établissement et leurs proches sur l'offre d'activité physique et sportive.
 - Développer, structurer et animer l'offre d'activité physique et sportive pour les personnes accompagnées par l'établissement. Il doit proposer une Activité Physique Adaptée (APA).

53%



Seulement 53% des adultes en situation de handicap accompagnés par un établissement pratiquent des Activités Physiques et Sportives¹.



1500€

c'est l'aide financière du Comité Paralympique et Sportif Français à destination des ESMS pour développer un projet sportif avec un club de proximité (minimum 15 séances d'initiations). Si le projet se renouvelle, 500 euros supplémentaires sont accordés. Le dispositif est appelé « ESMS&CLUBS ».

¹ Enquête sur la pratique des APS dans les ESSMS accueillant des PSH (santé.gouv.fr)

Vi- déo

Chaud devant ! En cuisine durant les Jeux

VENUS DES QUATRE COINS DE LA FRANCE, DIX TRAVAILLEURS D'ESAT APAJH ONT VÉCU UNE EXPÉRIENCE UNIQUE EN DEVENANT COMMIS DE CUISINE POUR LES ÉQUIPES SODEXO LIVE!, PENDANT LES INTERNATIONAUX DE FRANCE EN 2023, CÉLÈBRE TOURNOI DE TENNIS SUR TERRE BATTUE.

Durant trois semaines, il s'agissait d'un véritable défi à relever pour Jessica, Cylia, Maciré, Stéphane, Francisco, Gérald, Fabrice, Gaëtan, Corentin et Beaguy.

Départ à l'aube pour être à leur poste de travail à 7h, prêts à remplir leurs missions du jour avec leurs collègues de Sodexo. Déballage, assemblage, cuisson et mise en présentoir des paninis, conception de planches de charcuteries et de fromages...

Un défi réussi pour tous qui permet de voir plus grand ! Cet été, ils seront 65 à rejoindre les cuisines exclusives des Jeux de Paris 2024.

Une aventure pro à suivre prochainement...



→ Découvrez les coulisses sur YouTube en scannant ce QR Code



Eva Gosselin a 18 ans et est accompagnée depuis 2018 par l'Institut Médico-Educatif de la Suisse Normande (APAJH Calvados). Elle pratique le kayak avec passion depuis 5 ans.

Depuis 2017, l'IME, situé à Saint-Rémy sur Orne (14), mène un projet d'inclusion par le sport en partenariat avec la section canoé kayak de Pont-d'OUILLY. Un projet dont le but est l'intégration sociale des jeunes en situation de handicap en milieu ordinaire, dans un club sportif.

Eva a commencé le kayak en 2019, encouragée par ses éducateurs

Rencontre avec Eva, championne de para canoé-kayak adapté

pour l'aider à améliorer sa concentration et à canaliser son énergie. Aujourd'hui elle remporte des médailles et pratique une à deux séances par semaine minimum. Depuis 2021 elle participe tous les ans au Championnat de France de para canoé-kayak adapté ainsi qu'aux compétitions qualificatives pour intégrer l'équipe de France. Elle y rencontre des jeunes de tous horizons et prend petit à petit confiance en elle. Entre slalom et course en ligne sur 1000 mètres, Eva s'engage pleinement malgré les performances physiques longue durée, le froid en hiver et l'appréhension de tomber dans l'eau.

Le kayak est un sport qui lui apporte beaucoup et à plusieurs niveaux : *« L'effort m'aide à me concentrer et à travailler ma mémoire. Grâce au kayak je me sens plus apaisée »*. Les compétitions lui permettent de voyager à travers le pays : Poses, Val-de-Reuil, Brive-la-Gaillarde et l'Ardèche avec l'équipe de France.

Sylvie, sa mère, est très impliquée et encourage Eva à faire des stages dès que possible maintenant qu'elle a trouvé sa voie.

Une sportive complète puisqu'Eva fait également de la marche et de la natation. Et le sport, elle ne le vit pas seulement à travers sa pratique ! Elle a déjà prévu d'aller voir le para-athlétisme durant les Jeux de Paris 2024. Sans parler du kayak, du judo et de la gymnastique qu'elle va suivre à distance. Encore jeune pour construire son projet professionnel, Eva sait néanmoins qu'elle voudrait travailler en espace vert et bien sûr continuer le kayak !

• Compétition •

2021

- 4 titres de Championne de France.
- 1 titre de Championne fédérale (National 2).
- 1 médaille de bronze.

2022

- 5 titres de Championne de France.
- 1 titre de Vice-championne de France.

2023

- Championnat de France de course en ligne en milieu ordinaire (athlète handikayak).
- Sélection en équipe de France para canoé et participation au marathon international des Gorges de l'Ardèche.
- 4 titres de Championne de France. 2 titres de Vice-championne de France.



→ Visionner le reportage "Partout Solidaires" - Focus sur la pratique du kayak par les jeunes de l'IME de la Suisse Normande.