

LE SPORT AU-DELA DE LA DIFFERENCE

Focus sur la pratique des activités physiques et sportives à la Fondation Jacques CHIRAC

A l'heure où la France s'apprête à fêter le sport avec l'organisation des Jeux Olympiques, la Fondation Jacques CHIRAC a souhaité faire un focus sur les activités physiques et sportives proposées aux personnes en situation de handicap qu'elle accompagne et accueille au sein de ses établissements.

C'est la loi de février 2005 qui inscrit définitivement le droit à la pratique des activités physiques et sportives pour toutes les personnes en situation de handicap. Les bienfaits, tant physiques que psychiques, de ces activités sont aujourd'hui démontrés et les propositions de pratiques sont de plus en plus nombreuses.

La Fondation Jacques CHIRAC n'a pas attendu la loi de février 2005 pour reconnaître les bienfaits de la pratique du sport et mettre en place des activités physiques et sportives diverses et variées quel que soit le handicap et son degré.

Désormais ces activités font partie intégrante du projet personnalisé de chaque personne accompagnée ou accueillie. La Fondation a d'ailleurs mis le sport à l'honneur lors de son 8^{ème} colloque le 8 décembre dernier.

Cet accompagnement aux activités physiques et sportives pour tous commence aussi par la professionnalisation des personnels. Aujourd'hui ce sont 14 éducateurs sportifs qui encadrent ces activités au sein de la Fondation et au fil des années notre offre de service s'est largement élargie. Nous proposons aussi bien des activités individuelles que collectives (des activités motrices, de l'escrime au basket en passant par le paddle...).

LE SPORT,
EQUIPIER DE
L'AUTONOMIE



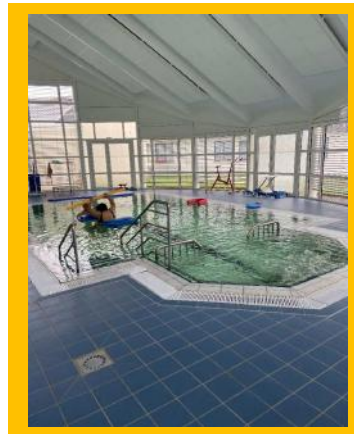
Notre territoire est aussi un terrain de jeux pour de nombreuses activités de plein air telles que la randonnée, le VTT, le canoë-kayak, le paddle...



Nous pouvons aussi compter sur nos structures internes et les structures des collectivités territoriales avec sport nature, les mairies et enfin les associations sportives qui proposent de faire découvrir leurs activités... les personnes en situation de handicap font désormais partie intégrante de ces associations...

Bienfaits des Activités Physiques et Sportives (APS)

Régulière et adaptée, elle participe à l'amélioration des fonctions sensorimotrices et cognitives (représentation du schéma corporel, maîtrise du corps, traitement des informations sensorielles, automatisation de certaines actions) ainsi que de la coordination et de la précision des gestes. C'est un facteur déterminant de l'amélioration de la sociabilité et des interactions positives avec les "Autres" !



Quelles APS pour les personnes en situation de handicap ?

Certaines difficultés peuvent apparaître chez les personnes présentant une déficience mentale, un handicap psychique, des troubles du neuro-développement ou polyhandicapées et ces particularités doivent être prises en compte dans l'élaboration du projet sportif. Les éducateurs sportifs doivent alors adapter l'activité sportive à chaque cas : types de handicap, degrés d'autonomie, pathologies associées et aspirations propres à chacun...

Le but principal étant de favoriser l'autonomie des personnes en situation de handicap. Il est également noté une baisse des traitements médicamenteux grâce à la pratique régulière de ces activités.



Le choix de la pratique sportive

Le choix du sport doit tenir compte, au-delà de ses capacités physiques, du souhait et de la motivation de chacun et des bénéfices recherchés par la pratique sportive.

Les sports individuels

Différentes activités sont proposées favorisant la coordination, la notion de position du corps dans l'espace (activités motrices, natation, escalade, tir à l'arc, pétanque, vélo...).

L'équitation est également très appréciée. C'est un sport d'échange avec l'animal favorisant coordination et équilibre.



Les sports duels

Ils permettent de découvrir que l'autre existe, qu'il réagit à ses propres actions et que les actions ne peuvent s'effectuer que par rapport à lui (escrime, tennis et tennis de table...). Ces activités réclament coordination, précision et vivacité.

Grâce à la pratique des sports duels, on note aussi une amélioration des gestes de la vie quotidienne.



Les sports collectifs

Le problème le plus difficile dans les sports collectifs est la compréhension des règles du jeu ainsi que les interactions avec les autres dans les différentes phases de jeu.

Les personnes en situation de handicap peuvent pratiquer parmi des associations sportives ou au sein des établissements une multitude de sports collectifs : rugby, football, volley-ball, basket-ball, hockey...



Les activités physiques et sportives artistiques

La danse ou l'expression corporelle qui associe les mouvements du corps et la musique favorise l'équilibre et la coordination, exacerbe la sensibilité, aide à faire passer des sentiments. Des spectacles sont mis en place. L'effet sur la socialisation, le sentiment d'appartenir à un groupe est ici évident.



Les séjours sportifs



Les établissements et services de la Fondation proposent différents séjours sportifs pour tout type de handicap et tout niveau : activités motrices, raquettes, randonnée... Ces séjours permettent à chacun de se dépasser mais aussi de faire une parenthèse dans leur quotidien.



Les championnats

Nous avons aussi parmi les résidents des établissements de véritables « compétiteurs » et pour certains des champions qui collectionnent médailles et trophées... En effet, de nombreux résidents participent aux différents championnats organisés par la Fédération Française de Sport Adapté (FFSA) dans diverses activités (canoë kayak, pétanque, VTT...). Ces épreuves au-delà du dépassement de soi sont aussi l'occasion de rencontres et de partage...



Conclusion

L'activité physique et sportive pour « tous » est depuis longtemps une réalité à la Fondation Jacques CHIRAC !

La pratique des activités physiques et sportives est non seulement possible chez les personnes en situation de handicap mais est indispensable pour leur santé, leur qualité de vie et leur autonomie. Au-delà de la performance sportive il s'agit aussi de maintenir l'autonomie des personnes, éviter les chutes, retarder pour certains la perte de mobilité et le passage en fauteuil roulant. Les éducateurs sportifs sont partie prenante du projet personnalisé des personnes accompagnées au sein des établissements et services de la Fondation.

LA FONDATION VOUS SOUHAITE DE BELLES FETES DE FIN D'ANNEE

www.fondationjacqueschirac.fr

Nous avons besoin de votre soutien. Vos dons, vos legs et votre mécénat sont les bienvenus.

Faites un don sur le site de la fondation :
www.fondationjacqueschirac.fr/faire-un-don/
ou en consultant le bulletin ci-joint

Fondation reconnue d'utilité publique
16 Boulevard de la Sarsonne - 19200 USSEL
Tél. 05 55 46 32 00
Mail siege.ussel@fondationjacqueschirac.fr

Rejoignez La Fondation Jacques
CHIRAC sur les réseaux

