

N° 179 . MAI 2020

HANDISPORT

Revue officielle de la Fédération
Française Handisport / 12 €

LE MAG'

TOKYO 2020

PLUS FORTS EN 2021

LE DOSSIER

HANDICAPS INVISIBLES,
MIEUX LES COMPRENDRE

EXPÉRIENCE

GARDER LE LIEN
UNE PRIORITÉ

TESTÉ ET ADOPTÉ

SHOWDOWN : LE SENS
DE L'OPPOSITION

“LE PAPI-
LLO
LLON
C’EST DEVENU ”
MON TRUC.”



**BOSSE AVEC
DES GENS QUI TE
COMPRENENT**

REJOINS-NOUS SUR [@DECATHLONTALENT](#)   
ET RECRUTEMENT.[DECATHLON.FR](#)

DECATHLON

LA NAGE PAPILLON : Un style de nage où les bras sont ramenés en avant par dessus la surface de l'eau. Ça va faire des vagues !



HANDISPORT LE MAG' SPORTS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES POUR HANDICAPÉS PHYSIQUES, VISUELS ET AUDITIFS - Publication éditée par la Fédération Française Handisport - 42 rue Louis Lumière - 75020 Paris - Tél. 01 40 31 45 00 - n° CPPAP : 0111G87488 - ISSN. 0753-521 X.

La Fédération Française Handisport est Membre du Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF). Membre du Comité Paralympique et Sportif Français (CPSF). Membre du Comité International Paralympique (IPC). Membre de la Fédération Internationale de Sport pour Handicapés (ISOD). Membre de la Fédération Internationale de Sport pour les Personnes en Fauteuil roulant et Amputés (IWAS). Membre de l'Association Internationale de Sport pour les Aveugles (IBSA). Membre de l'Association Internationale de Sports pour les IMC (CIPISRA). Délégation Ministérielle. Arrêté du 31 décembre 1985 J.O. du 6 février 1986. Reconnue d'Utilité Publique le 17 juin 1983 (J.O. du 25 juin 1983).

Président fondateur Philippe Berthe † **Présidents d'honneur** Marcel Avronsart †, Yves Nayme †, Pierre Volait †, André Auberger, Gérard Masson

Directrice de la publication Guislaine Westelynck **Rédacteur en chef** Benoît Hétet **Rédactrice en chef adjointe** Angeline Guyon **Maquette originale** Agence ★ BRONX **Mise en page** Didier Echelard, Richard Cousin **Comité de rédaction** Guislaine Westelynck, Vincent Lassalle, Laurent Allard, Christian Février, Christophe Carayon, Cédric Garreau, Benoît Hétet, Angeline Guyon, Didier Echelard

En couverture "Marie Patouillet, Championnats du Monde de Paracyclisme sur piste à Milton (Canada), février 2020" © Jean-Baptiste Benavent **Crédits photos** Jean-Baptiste Benavent, Didier Echelard, Marie-Eve Heer, Luc Percival, Florent Pervillé, Grégory Picout, Kevin Bogetti-Smith, YP Médias. Remerciements aux Comités régionaux et départementaux Handisport. **Publicité** Marc Barkats, Gil Mardel, Tél. 01 40 31 45 27 **Impression** STIPA, 8 rue des Lilas, 93100 Montreuil

- 05 : **ÉDITOS**
- 06 : **LE BUZZ**
- 08 : **INSTANTANÉS**
- 20 : **LES INVITÉS DU MAG**
Nicolas Besombes – Jérôme Dupire :
esport, la compétition accessible à tous
- 24 : **L'ÉVÈNEMENT**
Tokyo 2020, encore plus forts en 2021!
- 28 : **LE DOSSIER**
Handicaps invisibles, mieux les comprendre
- 34 : **EXPÉRIENCE**
Garder le lien, une priorité
- 36 : **MOUVEMENT**
L'actu fédérale, Calepin, Rétro
- 40 : **RÉZO**
Succès : Le Club des partenaires handisport
Les News du réseau
- 43 : **DÉCALAGE**
Robert Citerne, l'expérience fait mouche
- 44 : **LES EXPERTS**
Psychologie : mieux vivre le confinement
- 48 : **TESTÉ ET ADOPTÉ**
Showdown, le sens de l'opposition
Coups de cœur
- 50 : **PROLONGATIONS**
Quizz, Abonnement

Ce numéro comporte un poster en encart



ffhandisport-boutique.fr

LA BOUTIQUE QUI NOUS RESSEMBLE !

20% DES VENTES POUR
LA PRATIQUE HANDISPORT



UN ACHAT SOLIDAIRE

En achetant sur cette boutique, vous contribuez au développement de la pratique handisport à hauteur de 20% par produit.

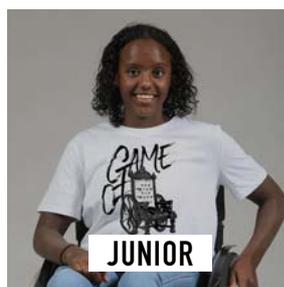
DÉCOUVREZ NOS COLLECTIONS



HOMME



FEMME



JUNIOR



ACCESSOIRES

La Fédération Française Handisport, grâce à tous les sportifs, bénévoles, encadrants, ami(e)s qui la composent, porte un message qui dépasse le cadre de ses missions premières, un modèle de société, une certaine idée de la personne.



SOLIDARITÉ VIRALE

Guislaine Westelynck, Présidente de la Fédération Française Handisport

Nous traversons une épreuve mondiale douloureuse et inédite avec la pandémie de Covid-19, qui entrave, parfois paralyse notre quotidien, nos projets, nos rencontres et nos priorités.

Mes premières pensées, avec l'appui des équipes de la Fédération, vont à celles et ceux touchés directement ou parmi leurs proches par ce virus, à celles et ceux qui luttent pour nous, le personnel soignant du milieu hospitalier, de la médecine de ville ou du secteur médico-social, aux guerriers de l'ombre, présents sur le front. Je pense aussi vivement à nos membres qui ont déposé leurs attributs de sport, pour se concentrer sur leur travail, remplir des missions indispensables, malgré le risque invisible et sournois. Avec ou sans masque, ces héros discrets n'attendent pas de projecteurs et n'auront aucun trophée

à la fin de ce combat. Merci à tous ces citoyens, admirables. Pour leur soutien et leur engagement dans cette tempête, je tiens à remercier les équipes fédérales et territoriales, les commissions sportives, la cellule de crise et toutes celles et ceux mobilisés en télétravail, sans relâche.

Resserrer les liens, accroître la vigilance et soigner la solidarité, sont des devoirs primordiaux dans ce contexte exceptionnel. Nous avons vu naître des initiatives remarquables et un fantastique esprit d'équipe virtuel ! Il faudra les entretenir pour permettre des lendemains radieux à notre mouvement, coude à coude avec le mouvement sportif et nos partenaires.

Si nous sommes unis face aux priorités sanitaires du moment, je veux témoigner ma compréhension et mes encouragements particuliers à nos sportifs et leurs staffs,

qui ont construit le projet 2020. Beaucoup ont été légitimement affectés par le report des Jeux. Je salue les solutions, l'assistance et la créativité mises en œuvre par notre cellule Performance pour faire face. Mobilisés et conquérants, nous le serons plus que jamais, pour vivre cette prolongation vers 2021 !

Notre écosystème sera profondément transformé, nous mettons tout en œuvre pour accompagner et soutenir nos structures, transformer cette épreuve collective en un apprentissage et une opportunité unique de réinventer notre vision et notre action.

Sans détour, avec une proximité retrouvée, un optimisme et un pragmatisme inébranlables, une fraternité ravivée, plus que jamais, pour nos pratiquants, nous gagnerons.

Prenons soin de tous.



POINT DTN



LE DVT, UNE AVENTURE COLLECTIVE

Christian Février, Directeur Technique National

La FFH a toujours participé culturellement, souvent dans l'ombre, avec ses fonds propres, au financement d'actions territoriales (vacances sportives, étoiles jeunes, jeunes à potentiel, formations, acquisition de matériel sportif, sports DV...)

La demande de l'État en 2020, de transférer à la fédération la gestion et la redistribution des subventions historiques du CNDS, a été l'opportunité de faire coïncider les moyens étatiques à ceux de la FFH pour soutenir davantage et équitablement les projets portés par les territoires, les clubs et sections. Près de 2 millions d'euros sont disponibles en 2020.

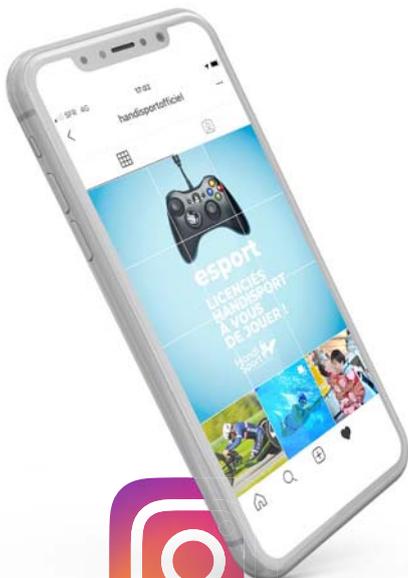
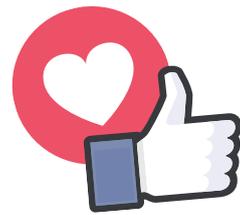
Le Dispositif de Valorisation Territoriale (DVT) est né d'une volonté de dialogue et de concertation. Faire rimer projet sportif fédéral, CAP24, priorités et spécificités locales pour développer nos pratiques est notre moteur, notre ambition commune. L'Agence Nationale du Sport (ANS) a validé la déclinaison des feuilles de route comme référentiel d'actions prioritaires éligibles aux subventions de CAP24 et d'initiatives locales. Elle a salué l'exemplarité du dispositif à la recherche de l'augmentation de nos licenciés. La mise en œuvre du DVT est le fruit de présentations multiples (JNH, tour de France de la présidence, séminaire des présidents de Comités Régionaux Handisport (CRH), formations de salariés de comités), d'un investissement conséquent administratif et technique des équipes fédérales et régionales.

L'actualisation de vos projets sportifs territoriaux et l'harmonisation des projets de développement des Comités Départementaux Handisport (CDH) ainsi présentés sont le reflet de cette réussite.

La première étape de la campagne DVT en direction des territoires rentre dans sa phase ultime (déclaration des montants à percevoir sur le compte asso), après de nombreux temps d'échanges en local qui ont permis d'ajuster et de finaliser les propositions à la commission nationale, dont je salue la rigueur et la bienveillance. La seconde étape est lancée en direction des clubs. Accompagnés par les CDH, ils peuvent présenter jusqu'à 3 actions de développement.

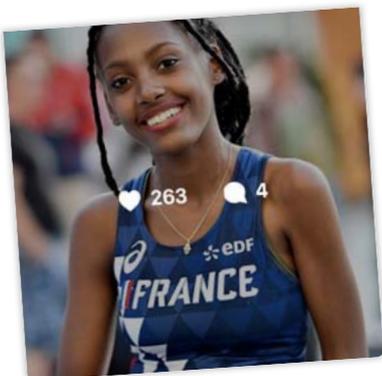
Le dispositif fera l'objet d'un suivi, d'une évaluation, de concertations pour être optimisé et régulé au fil des saisons. Restons mobilisés et profitons de cet élan qui n'est que le début d'une belle aventure collective !

ON EN PARLE RÉSEAUX SOCIAUX



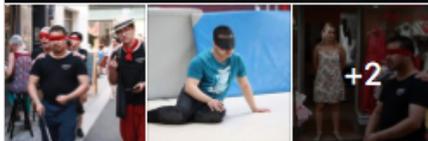
Instagram

Vous êtes plus de 4 000 à nous suivre!



Fédération Française Handisport est avec Emmanuel Coutris.
26 février · 🌐

ILS FONT LE #MOUVEMENT
Chaque mois, nous allons à la rencontre de ces personnes qui donnent de leur temps à la Fédération Française Handisport et qui s'investissent chaque jour pour faire bouger les lignes, que ce soit dans un club ou un comité. Rencontre avec Emmanuel Coutris, touche à tout sportif et responsable d'un groupe de travail autour de la pratique du showdown.
#HandisportPanorama
👉 www.handisport.org/rencontre-avec-emmanuel-coutris/ ShowdownFrance Handisport



👍👍👍 96 5 commentaires 28 partages

Fédération Française Handisport
10 avril, 11:41 · 🌐

CHALLENGE HANDISPORT SE BOUGE AVEC ALEXANDRE
Direction les Pyrénées-Atlantiques au Pôle Espoir Paracyclisme Handisport où vivent nos deux champions Alexandre Leaute et Dorian Foulon... Vous n'avez pas de matériel ? Rassurez-vous ce n'est pas une excuse 😊. À prévoir : un sac de pommes de terre, du papier toilette, un sac à dos et une bouteille d'eau ! #MerciAlexandre

...
#AvousDeJouer 🙌 #RestezMotivés #HandisportSeBouge
Eclairons Le Sport Paris 2024 France Paralympique Ministère des Sports le coq sportif Handisport Cyclisme France



👍👍 228 4 commentaires 45 partages

Fédération Française Handisport
28 mars · 🌐

BON WEEK-END CHEZ VOUS ! 🏠
Merci Paris 2024 Florian Merrien et à tous nos sportifs ! 🙌
#Handisportsebouge
#Restezchezvous
#Bougezchezvous



Paris 2024
28 mars · 🌐

Parce que #RestezChezVous est essentiel, voici un petit guide pour #BougezChezVous ce we
👉 sarah ourahmoune vous propose quotidiennement des exercices pour to...
Afficher la suite

👍👍 65 11 partages

Fédération Française Handisport
7 976 abonnés
2 mois · Modifié · 🌐

Qualifiés pour Tokyo ! 🇫🇷

Grâce à leur victoire sur l'Allemagne (54-30) dans un match décisif, les #BleusHandisport valident leur ticket pour les Jeux Paralympiques de Tokyo.

Une qualification méritée pour l'équipe de France de Rugby Fauteuil qui s'est montrée soudée et conquérante.

#rugby #handisport

Société Générale
EDF
Groupe BlueLink
Verallia
Le Coq Sportif



👍👍 151 · 9 commentaires



facebook.com/
ffhandisport



twitter.com/
FFHandisport



instagram.com/
handisportofficiel



linkedin.com/
company/ff-handisport

Fédération Française Handisport
17 avril, 15:00 · G

DANSEZ 🎶 DANSEZ 🎶 DANSEZ 🎶
« Par la danse, on redécouvre son corps, peu importe le handicap ! Accessible à tous, c'est un formidable moyen d'évasion ». #DansezChezVous 🙌🏻🙌🏻🙌🏻 www.handisport.org/la-danse-une-activite-qui-se-marie-avec.../

149 3 commentaires 41 partages

Fédération Française Handisport
3 mai, 13:21 · G

RDV FACEBOOK #LIVE 📺 14h
Nos nageurs vous donnent rdv à 14h sur Natation Handisport pour échanger et avec des invités surprise ! A tout à l'heure 🥰 !

FACEBOOK LIVE DIMANCHE 3 MAI 14H - 17H
NATATION HANDISPORT Handi Sport

Fédération Française Handisport
14 avril, 11:18 · G

SÉRIE "LA MINUTE DOC" ? 🤔 #ÉPISEDEZ
« Quelque soit mon handicap, j'ai ma place pour faire du sport ? ». Frédéric Rusakiewicz, médecin fédéral national, répond en toute franchise et sans détour à nos questions ! Trouvez votre pratique 🙌🏻 www.handisport.org/tous-les-sports/#Handisport #Santé #BienÊtre ...
#EntrezDansLeMouvement Eclairons Le Sport Société Générale Renault Malakoff Humanis Handicap FIPHFP Decathlon France le coq sportif Ministère des Sports Agence nationale du Sport Paris 2024 France Paralympique Makiato Productions Bloghandicap Web-tv

63 33 partages

Fédération Française Handisport
19 mars, 04:53 · G

BOUGEZ CHEZ VOUS 🥰 !
Le Ministère des sports vous propose quelques applications et sites pour débiter une activité sportive à domicile, selon vos possibilités, avec quelques idées #handisport avec les supports imaginés et proposés par la FFH !
#HandisportSeBouge

Faire du sport à la maison en ligne

Ministère des Sports
18 mars, 11:29 · G

#BougezChezVous | Nous avons recensé pour vous des applications et des sites pour vous accompagner dans votre pratique sportive à la maison :
<http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/appsportliste1.pdf> 🙌🏻🙌🏻

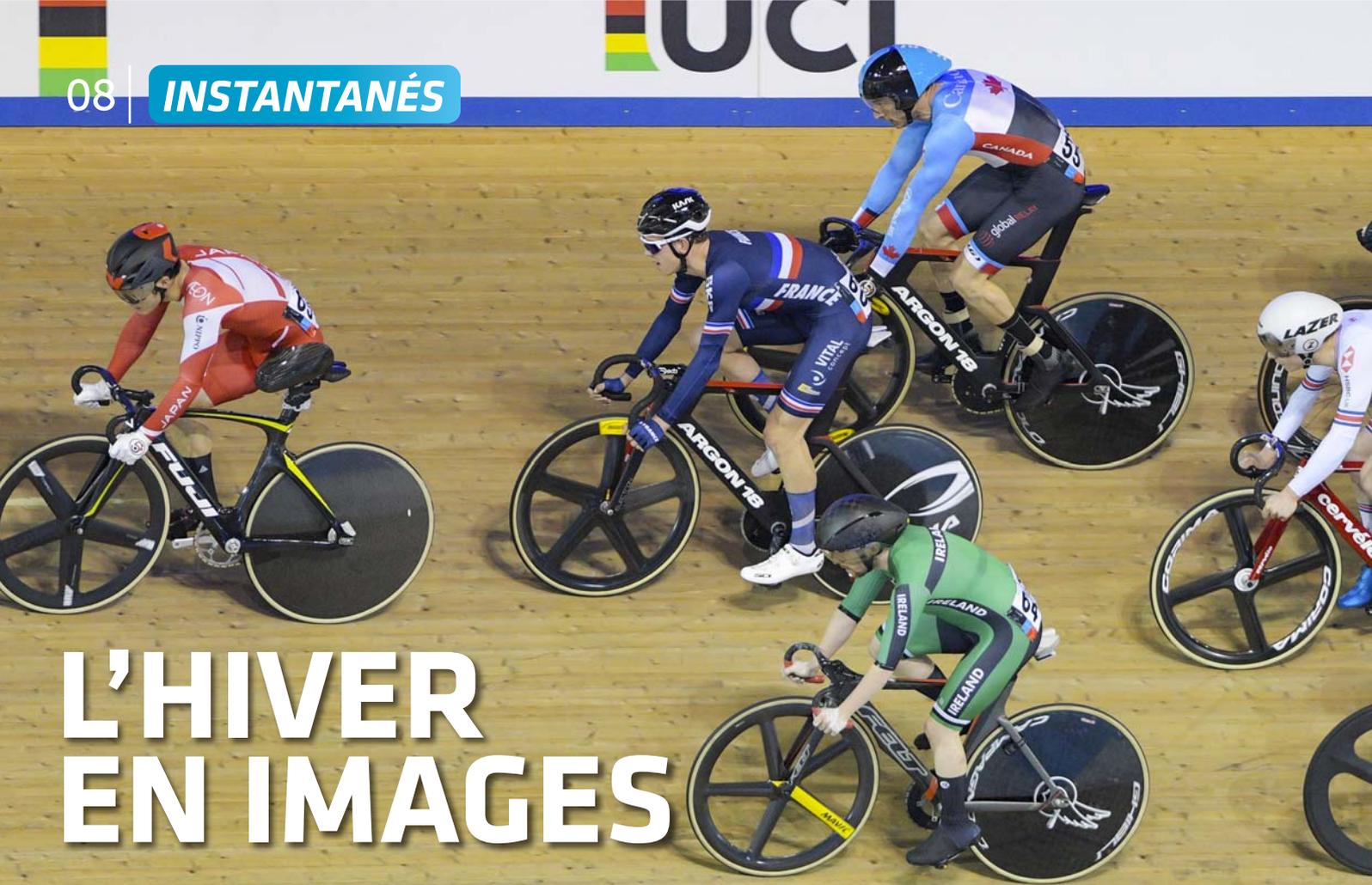
102 5 commentaires 52 partages

FFHandisport 🌈 @FFHandisport · 20 avr.

#Handisport s'associe pleinement à l'opération #TousEnBlanc pour soutenir le personnel de santé. Mention spéciale à tout le secteur médical et paramédical, qui œuvre tout au long de l'année auprès de la #Fédération et de ses #Comités. Faire un don 🙌🏻 tousenblanc.org/don

Ministère des Sports 🇫🇷 🇫🇷 et 8 autres

2 21 33



L'HIVER EN IMAGES

Huit français ont défendu fièrement les couleurs tricolores lors des Championnats du Monde de para cyclisme sur piste, à Milton au Canada du 30 janvier au 2 février. Bilan historique, la France termine 4^e au classement des nations avec neuf médailles (quatre d'or, trois d'argent et deux de bronze) ! © J-B.Benavent





Du 21 au 23 février à Hyères, plus de 70 joueuses et joueurs de boccia se sont disputés les titres de champions de France dans les quatre catégories BC et pré-élites. Au total, plus de 230 matchs et trois jours de compétitions intenses placés sous le signe de la convivialité !
© Marie-Eve Heer





Les pongistes handisport tricolores ont investi la Maison du Handball pour un stage international du 9 au 15 février. Les conditions y sont exceptionnelles et favorisent la haute-performance ! © H.Haverland





**ENGAGÉ DEPUIS TOUJOURS
DANS LE SPORT FRANÇAIS,
LE COQ SPORTIF EST FIER
D'ACCOMPAGNER LES ATHLÈTES
DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE
HANDISPORT.**

**LEUR ÉTAT D'ESPRIT,
LEUR MOTIVATION ET LEUR
HISTOIRE NOUS INSPIRENT
AU QUOTIDIEN.**



Du 24 au 28 février, 48 jeunes de 10 à 24 ans ont participé au stage régional Jeunes à Potentiel à Dinard, au Campus Sport Bretagne. Une semaine de stage multisports riche et intense pour ces jeunes, ayant pour objectif de détecter les futurs talents de demain dans les différentes pratiques proposées (tennis de table, athlétisme, natation, cyclisme et découverte de l'escrime fauteuil) en vue du stage JAP National organisé durant les vacances de la Toussaint. © D.Echelard





Le 29 février dernier, près de 120 athlètes étaient réunis à Aubière à l'occasion du Championnat de France en salle, premier grand rendez-vous de la saison ! © F. Pervillé





L'équipe de France de rugby fauteuil handisport a décroché son ticket pour les Jeux Paralympiques de Tokyo (24 août - 5 septembre 2021) lors du tournoi de qualification paralympique qui se déroulait au Canada du 2 au 10 mars. © Kevin Bogetti-Smith



PLUS ON AIME QUELQUE CHOSE PLUS ON LE FAIT AVANCER

Société Générale
est partenaire
de la Fédération
Française Handisport
depuis 2003.

Suivez-nous sur
[@TousHandisport](#)



Jonathan Hivernat,
Capitaine de l'Équipe de France
de Rugby Fautueil

**C'EST VOUS
L'AVENIR**



**SOCIÉTÉ
GÉNÉRALE**



Les 5 et 6 mars derniers, une trentaine de stagiaires ont participé à la première formation d'accompagnateur randonnée handisport en Île-de-France, à Théméricourt. Cette formation, organisée par le Pôle Formation Handisport, le Comité Départemental du Val d'Oise et la Commission randonnée handisport, a pour objectif de rendre accessible la randonnée à tous, partout en France, quelle que soit sa singularité. © CRIFH





Handicap : notre engagement pour une société plus inclusive

Notre Groupe se mobilise pour une société plus juste et plus inclusive. Il est historiquement engagé dans le soutien des personnes en situation de handicap. Outre une politique d'emploi très active au sein du Groupe, nous agissons, notamment au travers de notre fondation Malakoff Humanis Handicap, pour leur permettre un meilleur accès à la santé, à l'emploi, à la citoyenneté, à la culture et au sport.

Pour en savoir plus, rendez-vous sur malakoffhumanis.com

 Malakoff Humanis - Agir Ensemble /  @MalakoffHhandi

Malakoff Humanis est partenaire officiel de la Fédération Française Handisport et de la Fédération Française du Sport Adapté.

 **malakoff
humanis**
SANTÉ - PRÉVOYANCE - RETRAITE - ÉPARGNE

On aime vous voir sourire

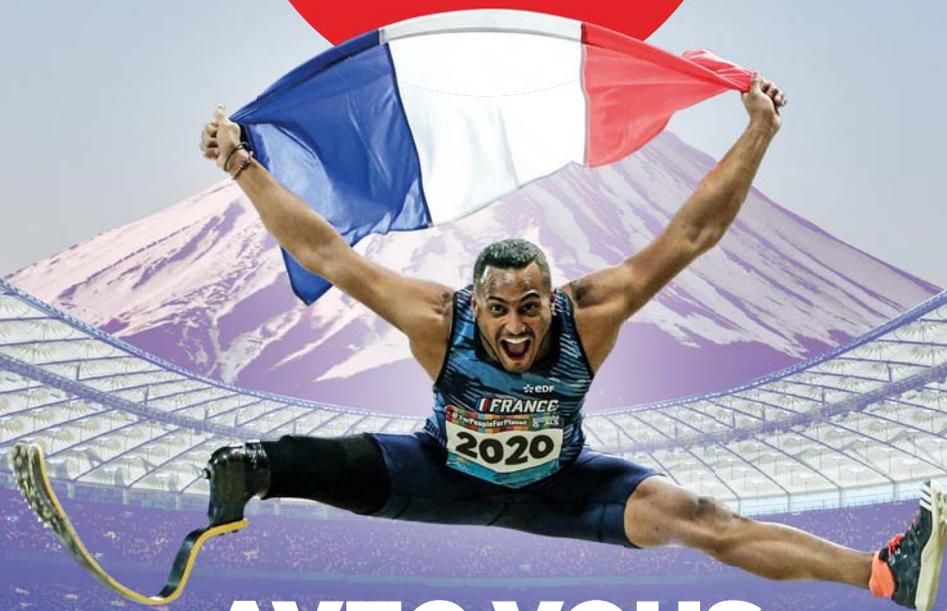


Le championnat de France de ski alpin handisport a eu lieu dans la station savoyarde de Peisey-Vallandry du 7 au 9 mars. © C.Combier/YP Médias
Malgré une saison raccourcie, les équipes de France de ski et de snowboard ramènent quatre globes de cristal pour la saison 2019-2020.



CAMPAGNE NATIONALE DE SOUTIEN AU MOUVEMENT HANDISPORT

**GAGNONS
TOKYO**
AVEC HANDISPORT



**AVEC VOUS
REMPORTONS BIEN PLUS QUE DES MÉDAILLES !**

PLUS QUE JAMAIS SOUTENEZ

La préparation des équipes de France Handisport pour les Jeux en 2021
Les grands projets nationaux en faveur du sport pour tous • L'action des clubs sur le terrain

**VENTE DE TICKETS PROLONGÉE
JUSQU'AU 31 OCTOBRE 2021**

Auprès des associations et réseaux
partenaires ou sur internet.

Ticket : 2€ / Carnet : 20€

GRAND TIRAGE EN NOVEMBRE 2021

**+ DE 100 LOTS
À GAGNER**

Une voiture Renault, un séjour au Japon pour
deux personnes, des voyages, des tenues
équipe de France, des ordinateurs,
smartphones, drones, consoles, caméras...

La vente de e-tickets est ouverte !

SOUTENEZ HANDISPORT ET L'ASSOCIATION DE VOTRE CHOIX SUR

gagnonstokyo.handisport.org



LIONS CLUBS
INTERNATIONAL



NICOLAS BESOMBES – JÉRÔME DUPIRE

ESPORT, LA COMPÉTITION ACCESSIBLE À TOUS

La Fédération Française Handisport, accompagnée par son partenaire historique EDF et l'association CapGame, proposent un nouveau service à ses licenciés : le esports. Activité mainstream incontournable, elle séduit plus de 1.3 millions de pratiquants réguliers et 7.3 millions de consommateurs en France. Véritable outil social, la FFH et ses partenaires partagent le leitmotiv de rendre la pratique accessible à ses licenciés. Rencontre avec Jérôme Dupire, président de l'association CapGame et Nicolas Besombes, vice-président de l'association France Esports.



Comment définiriez-vous l'esport pour celles et ceux qui ne connaissent pas ?

Nicolas BESOMBES : C'est la pratique compétitive du jeu vidéo. Comme pour le sport, on trouve une pratique loisir, amateur, pro et de spectacle. La pratique loisir, c'est jouer juste pour le fun sans se classer par rapport aux autres, amateur englobe les personnes qui font des compétitions mais qui n'en vivent pas et il y a le professionnel qui constitue l'élite de l'esport dont c'est le métier (moins de 200

joueurs en France). Enfin, on a une pratique un peu marginale : l'esport-spectacle. Il s'agit de joueurs qui pratiquent des jeux compétitifs dans le but de se mettre en scène sur les plateformes de streaming.

Jérôme DUPIRE : C'est l'équivalent de la compétition dans le sport traditionnel. On amène un contexte qui n'est plus simplement celui du plaisir de jeu, mais également compétitif, de performance.

Que répondre à celles et ceux qui opposent l'esport à l'activité sportive classique invitant à la mobilité ?

J-D. L'activité sportive, au sens que l'on entend habituellement, est un peu transposée. On ne va pas avoir la même activité physique certes, mais il y a une vraie sollicitation psychomotrice. On est en situation de perception de l'information, de son traitement, de la compréhension des enjeux, des partenaires, adversaires, de stratégies

et d'objectifs à atteindre. On a les mêmes mécaniques cognitives et perceptives. Les valeurs du sport traditionnel se retrouvent dans le sport électronique au-delà de la pratique pure : la notion d'équipe, d'objectif commun, d'accomplissement, de performance, de respect de l'adversaire.

N-B. Ce qui détermine une activité physique, n'est pas l'énergie dépensée mais bien plus la performance motrice qu'on met afin d'être meilleur que son adversaire.

“
Les valeurs
du sport
traditionnel
se retrouvent
dans le sport
électronique,
au-delà de
la pratique
pure.”

Quels sont les atouts majeurs de la pratique sportive ?

N-B. Comme pour le sport, chaque discipline va permettre de développer des compétences. Le jeu vidéo nécessite des compétences physiques, cognitives et sociales. Au niveau physique, on va pouvoir retrouver de la dextérité, récupérer des degrés de liberté sur certaines articulations ou du souffle pour certains.

J-D. Son côté dématérialisé et son côté adaptable. Le côté dématérialisé fait que c'est un objet avec une plasticité importante. On n'est pas contraint par un terrain, on peut être chez soi, transporter un ordinateur ou une console facilement. Le côté multijoueur permet une sociabilisation à moindre coût et à moindre effort.

Nous avons une représentation du jeu vidéo un peu caricaturale au niveau de ses pratiquants, que l'on imagine forcément jeunes. Qu'en est-il ?

N-B. On retrouve le plus de joueurs parmi la génération Y ou Z, les 12-35 ans. Après, tout le monde peut jouer, ce ne sera simplement pas les mêmes jeux, les mêmes usages, les mêmes modalités de pratique.

J-D. C'est un a priori qu'il faut aujourd'hui dépasser.

Le public en situation de handicap a-t-il toute sa place dans l'esport ?

N-B. Oui, mais ils sont confrontés à des obstacles, car tous les jeux ne sont pas adaptés.

J-D. Il est illusoire de croire que nous allons rendre un esport accessible ou inclusif sans besoin d'un travail en amont sur le jeu vidéo. Le premier travail porte évidemment sur son accessibilité, puis on s'intéressera aux autres questions, comme celle de l'inclusion. Il faut que les personnes en situation de handicap soient convaincues que leurs différences en termes de capacités ne sont pas un frein à la pratique du jeu vidéo.

Quels intérêts pour une personne en situation de handicap que de s'adonner à l'esport ?

J-D. Ne pas être exclue de cette dynamique culturelle majeure. Les budgets mondiaux des jeux vidéo ont dépassé ceux du cinéma. Tout le monde joue, que ce soit sur téléphone, PC ou console.

NOS INVITÉS



JÉRÔME DUPIRE

Président de l'association CAPGAME



NICOLAS BESOMBES

Vice-président de l'association FRANCE ESPORTS



Y avoir accès, c'est avoir accès à des communautés de joueurs, à des expériences communes avec son entourage, sa famille, ses amis, élargir son cercle social, à quoi s'ajoutent tous les bénéfices du sport traditionnel retrouvés dans l'esport. ►►

► Comment rendre les jeux plus accessibles ?

N-B. Il y a d'abord l'action menée par CapGame auprès des créateurs de jeux vidéos. Dès la conception, l'association aide le créateur à optimiser l'accessibilité, par exemple avec des niveaux de difficulté simplifiés ou avec des vitesses de jeux différentes, les possibilités d'adaptations sont nombreuses. Il y a aussi des initiatives pour adapter le matériel, notamment pour rendre les manettes plus accessibles en les personnalisant en fonction du handicap. Nous sensibilisons aussi les organisateurs d'événements à travers des guides pour favoriser l'inclusion et la diversité (rampes d'accès, places de parking PMR, gratuité pour les accompagnateurs). Enfin, avec CapGame on met en place des compétitions inclusives handi-valides.

Comment sont accueillis ces tournois inclusifs par le public ?

N-B. Les initiatives sont appréciées, mais nous sommes sur une pratique en marge, plus sur de la découverte, de l'initiation.

On est loin du haut niveau. On sensibilise le grand public, nos organisateurs et les équipes à prendre en considération cette possibilité de compétitions inclusives en montrant qu'il est possible d'en faire un outil social. Entre la première édition de la *Paris Games Week 2018* et la seconde en 2019, on a triplé le nombre de compétiteurs en situation de handicap.

Quelles adaptations existent ou doivent exister dans la conception des jeux pour les proposer au plus grand nombre ?

J-D. On a un premier sujet : pour certains, le combo clavier-souris-manette. L'idée est de détourner ou fabriquer du matériel permettant de donner l'accès aux interactions du jeu telles qu'elles ont été conçues par les développeurs. Le deuxième sujet, c'est l'accessibilité du jeu. Comment le rendre accessible pour un joueur déficient visuel, par exemple. Aujourd'hui, nous n'avons pas de réponse. On se questionne sur le design : comment peut-il servir l'accessibilité ? Nous menons des expérimentations où l'on teste des propositions pour permettre à des joueurs en situation de handicap visuel de participer de manière équivalente.

N-B. On commence à avoir des adaptations, mais elles peuvent rester onéreuses. On observe également des obstacles qui ne sont pas liés à l'esport mais à notre société : l'accessibilité des lieux et des espaces. Les compétitions se passent parfois dans des espaces non accessibles, les organisateurs ne pensent pas forcément à faire de la traduction en langue des signes...

D'autres fédérations se sont également engagées dans l'esport, eu quoi la démarche de la FFH est-elle novatrice ?

N-B. Les autres fédérations voient l'esport comme un outil marketing. Pour la FFH, il s'agit d'une approche plus globale. Au-delà d'être un outil marketing, l'esport peut avoir un réel impact social. Elle montre en quoi la pratique est inclusive, un produit éducatif ou encore un outil de détection.

// Propos recueillis par Angeline Guyon

Plus d'infos : esport.handisport.org



CAPGAME

CapGame est une association née en 2013, suite au constat de ses fondateurs : des solutions techniques (logicielles ou matérielles) existaient, mais n'étaient pas connues par les joueurs en situation de handicap. Depuis 2017, l'association s'est réorganisée en 5 axes thématiques :

Solution : anime une veille technologique.

Testing : évalue les jeux grand public au niveau de leur accessibilité.

R&D : travaille sur les innovations.

Consulting : accompagne des professionnels du jeu vidéo et du médico-social.

Esport : dédié à toutes les questions d'une pratique esportive accessible et inclusive.

Plus d'infos : www.capgame.fr



FRANCE ESPORTS

France Esports est une association créée en avril 2016, portée par les pouvoirs publics. Le secrétariat d'État chargé du numérique avait besoin d'un interlocuteur principal pour toutes les questions qui concernaient l'esport sur le territoire français.

Ses missions sont de structurer de manière durable et responsable l'esport sur le territoire, tout en réunissant l'ensemble des acteurs de l'écosystème ou du secteur, des acteurs associatifs aux acteurs économiques. Cela va des joueurs, aux équipes en passant par les organisateurs d'événements et les éditeurs et créateurs de jeux. L'association est aujourd'hui l'interlocutrice principale des pouvoirs publics (ministères et collectivités territoriales). Aujourd'hui l'association donne tout son savoir-faire et son expertise en conseillant la Fédération Française Handisport dans la pratique esportive handisport. Plus d'infos : www.france-esports.org



esport

**LICENCIÉS
HANDISPORT
À VOUS
DE JOUER !**

REJOIGNEZ NOTRE LIGUE OFFICIELLE

esport.handisport.org

Handi
Sport 
FÉDÉRATION FRANÇAISE

REPORT DES JEUX PARALYMPIQUES TOKYO 2020

ENCORE PLUS FORTS EN 2021!

24 mars 2020. Le CIO et le Comité Paralympique International (IPC) annoncent le report des Jeux 2020. Six jours plus tard, un nouveau rendez-vous est fixé pour les Paralympiques, ils auront lieu finalement du 24 août au 5 septembre 2021. Déception pour certains, soulagement pour d'autres, la nouvelle repousse d'un an ce moment décisif dans la vie des sportifs et des staffs qui se préparaient pour Tokyo depuis plus de trois ans. Circuits de compétitions, sélections, performances, confinement, impacts psychologiques... Quelles sont les conséquences pour nos sportifs ?



Le confinement marque un arrêt brutal dans le rythme de vie des sportifs. « Ils sont aujourd'hui sur du maintien, de l'entretien de leur capital forme, mais il faudra être prêt à la sortie du confinement à reprendre rapidement un rythme d'entraînement plus cohérent avec les exigences de la haute performance, puis le circuit de compétitions », précise Christian Février, Directeur Technique National de la Fédération.

« Le calendrier international va être bouleversé. Les fédérations internationales connaissent les nouvelles dates des Jeux, elles vont remettre en place leur circuit de compétitions d'ici à 2021. Ce n'est pas exclu que des compétitions de références soient très vite reprogrammées. Il faudra être prêt. »

ENCORE PLUS FORT EN 2021

Après s'être préparés pour une échéance 2020, les sportifs ont désormais plusieurs mois supplémentaires pour davantage s'entraîner. Accompagnement des sportifs au quotidien avec leurs entraîneurs, rassemblements des équipes de France, planification accompagnée... Christian Février est ferme : *« le processus mis en place cette année ne changera pas, mais se décalera »*. Un processus décalé et prolongé donc, qui n'est pas une fatalité et permettra aux sportifs tricolores handisport d'être encore meilleurs en 2021. *« Un point positif », pour le DTN. « Sur le plan collectif, l'équipe de Cécifoot s'est reconstruite en très peu de temps. Elle est allée gagner sa qualification sur les championnats d'Europe. Elle s'est construite rapidement. Cela va lui donner le temps de mieux se préparer pour les Jeux, pour monter en puissance. De même pour l'équipe de rugby fauteuil, qui est allée chercher sa qualification à Vancouver. Dans un an, avec tout l'accompagnement que l'on met en place avec l'Agence Nationale du Sport, cette équipe sera forcément meilleure. Sur le plan sportif on est persuadé que c'est une chance pour être encore plus fort en 2021 pour tous nos sportifs ».*



AU CAS PAR CAS

Le report entraîne également un profond bouleversement dans le parcours de vie des sportifs de haut-niveau. Pour ceux qui avaient prévu de mettre un terme à leur carrière à la fin des Jeux 2020, les mois supplémentaires pourront peser psychologiquement. D'autres ont des emplois du temps aménagés avec leur carrière professionnelle, des parcours adaptés sur le plan scolaire ou encore des années blanches où les jeunes élites ont décidé de mettre leur année scolaire entre parenthèse à l'approche des Jeux. *« Il faudra échanger avec les entreprises, les écoles. Ce n'est pas sans conséquences. Des discussions au cas par cas sont engagées avec nos sportifs et leur entourage »,* précise le DTN.

DES JEUX QUI S'ENCHAÎNENT

Les Jeux de Tokyo et de Paris ne seront qu'à trois années d'intervalle. Le calendrier international va être bouleversé. *« On a toujours une année un peu "creuse" au lendemain des Jeux ou à N+2. Elle est nécessaire au point de vue physique et psychologique. On est dans une année de relâche. Cette année n'aura peut-être pas lieu poussant les athlètes à penser 2024, sans année de transition. Psychologiquement, la pause sera certes plus courte, mais n'aura pas d'impact sur leur potentiel aux Jeux en 2024 »,* conclut Christian Février. // **A.Guyon**

Plus d'infos sur tokyo2020.org



ENTRETIEN AVEC PIERRICK GIRAUDEAU, DIRECTEUR DU PÔLE PERFORMANCE

Le pôle performance de la Fédération Française Handisport a pour but de permettre aux équipes de France des 12 disciplines paralympiques d'été et 3 d'hiver de réaliser le meilleur classement possible. Il travaille sur différents axes : la détection de futurs talents, la consolidation des structures d'entraînements du PAS* et PES*, le développement des compétences des cadres du PAS et PES, la structuration d'une unité autour de chaque sportif identifié du PES et la gestion des équipes de France pour les disciplines paralympiques.

Comment accompagnez-vous les sportifs dans cette période de confinement ?

Depuis le tout début du confinement, la fédération, par le biais de la cellule Performance et des équipes techniques disciplinaires est encore davantage à l'écoute et au service des sportifs. Au-delà des impacts attendus sur le plan énergétique et technique de l'arrêt d'une pratique intensive, il y a également une dimension psychologique et mentale que nous prenons en compte dans la gestion de cette période si exceptionnelle, pour les sportifs comme pour les cadres. Plusieurs canaux d'informations ont été définis pour partager, échanger et faciliter le travail d'identification des sportives et sportifs ayant des besoins renforcés d'accompagnements. Nous avons impulsé et soutenu une dynamique de contacts réguliers avec les sportifs : les headcoachs et les directeurs sportifs ont été invités à rester sur un format au moins hebdomadaire de contacts "formels" avec l'ensemble des sportifs. Nous avons insisté sur la nécessité d'avoir des temps d'échanges individuels au moins une fois par semaine, en plus des groupes *WhatsApp* qui existent dans chaque discipline, et des réunions qui s'organisent dans certains sports plutôt collectifs. Le directeur des équipes de France prend le relais, si besoin, pour une mise en réseau, en contact, entre des profils de sportifs qui ont laissé entrevoir des difficultés et des experts. Nous avons également relayé à nos sportifs



une étude sur l'impact du confinement, proposée par l'Université de Toulon avec laquelle nous coopérons dans le cadre du projet "Paraperf". Sur la base de leur consentement, on aura la possibilité d'identifier les freins, les difficultés auxquels ils se seront confrontés et proposer des réponses adaptées à chacun. D'autres études menées par l'Université de Nantes et l'INSEP ont également pu être partagées avec certains sportifs et/ou certains collectifs.

Enfin, différents outils au service des sportifs de haut niveau (SHN) ont été proposés, notamment des visioconférences à l'initiative du Réseau Grand INSEP.

Quels seront les enjeux du déconfinement ?

En complément de l'accompagnement psychologique, il y a tout l'accompagnement stratégique qui s'est mis en place en anticipation du post-confinement. Les entraîneurs et headcoaches retravaillent la cohérence du puzzle sportif pour que les sportifs puissent arriver en pleine forme aux Jeux Paralympiques. Nous travaillons actuellement, comme toutes les fédérations, avec les services du Ministère des Sports, à anticiper au mieux la reprise des entraînements pour permettre à nos sportifs de retrouver, dès que possible, des conditions d'entraînement satisfaisantes. Je pense plus particulièrement à nos nageuses et nageurs mais aussi à tous nos sports de duels, d'opposition, nos sports collectifs. Le déconfinement sera en tout état de cause progressif et pourrait durer jusqu'à la fin de l'année et s'articuler autour de doctrines sanitaires et médicales. L'identification par le gouvernement de ces doctrines par discipline sportive devrait nous fixer les règles de reprise progressive d'activité par famille de sport. Les doctrines sanitaires plus spécifiquement sur les conditions d'ouverture des installations sportives (format de réouverture, vestiaires, ouverture des espaces et enceintes sportives, public ou non, etc..) seront importantes pour préparer le retour au terrain.

Une fois les sportifs retournés à leurs entraînements quotidiens ou bi-quotidiens, avec un maximum de précautions pour leur santé, des questions plus fines se poseront comme, par exemple, l'impact du confinement sur la vie de groupe avec un contexte de contraintes nouvelles de distanciation sociale. Une fois de plus, la fédération et ses cadres auront à cœur d'accompagner la singularité de chacun de nos sportifs puisqu'il y aura autant de situations particulières que l'on a de sportifs. En effet, cette période de confinement aura été vécue de manière très différente selon la culture, l'éducation, le lieu de vie ou encore l'entourage de chacun.

Qu'en est-il des modalités de qualifications et du programme de compétition 2020-2021 ?

Il y a encore énormément d'incertitudes. Pour ce qui est des ajustements des règles de qualifications internationales aux Jeux Paralympiques de Tokyo, nous sommes toujours dans l'attente des mises à jour proposées par les fédérations internationales sur les règles et les dates de compétitions qui permettront de finaliser la ventilation des quotas paralympiques. Ces données constitueront un des points clés de la programmation de chacun des sportifs sur la saison à venir.

On ne sait toujours pas sur la saison qui va venir quelles seront les compétitions reportées ou annulées, quelles seront les échéances clés, celles déterminantes dans le calendrier qui compteront pour les Jeux. Si les incertitudes sont encore fortes pour une majorité de sportifs et staffs, elles le sont moins pour ceux qui avaient déjà "validé" leur billet pour Tokyo (3 nageurs, 6 athlètes, les équipes de France de cécifoot, de rugby-fauteuil et de boccia BC3). Ils vont pouvoir se projeter, avec du temps, sur cet objectif majeur que représente la quête du graal paralympique pour un sportif de notre mouvement !

// Propos recueillis par Angeline Guyon

REPÈRES

Deux parcours stratégiques

PAS : PROGRAMME D'ACCESSION AU SPORT DE HAUT NIVEAU

Concerne les comités, sportifs, cadres et structures investis dans l'accès au circuit compétitif, la détection et la formation du sportif. Cette phase doit être au cœur de la préoccupation des acteurs territoriaux du mouvement pour des performances élevées des équipes de France demain, à échéance 2024.

PES : PROGRAMME D'EXCELLENCE SPORTIVE

Concerne quant à lui les acteurs et structures en lien avec les sportifs membres d'un Collectif France. Les acteurs nationaux sont davantage responsabilisés sur cette phase d'accompagnement des sportifs mais les acteurs territoriaux peuvent/doivent également y trouver une place de choix. ■





La snowboardeuse Cécile Hernandez-Cervellon, Jeux Paralympiques de PyeongChang 2018.

LE DOSSIER

HANDICAPS INVISIBLES, MIEUX LES COMPRENDRE

Si la Fédération Française Handisport accueille principalement des sportifs présentant des handicaps moteurs ou sensoriels, ces déficits peuvent être accompagnés par des troubles associés non visibles. Ceux-ci touchent principalement les personnes présentant un handicap d'origine neurologique (*cerveau ou moelle épinière*). L'éventail des déficiences est large allant des troubles cognitifs (*mémoire, comportement, émotion*) aux difficultés musculaires (*paralysie ou au contraire spasticité*) en passant par des problèmes de coordination musculaire. Il existe donc une grande hétérogénéité de l'impact de ces troubles associés sur la performance d'un athlète ayant un handicap non visible. **Dossier réalisé par J. Soyer**

Lundi 12 mars 2018. Jeux Paralympiques d'hiver de PyeongChang, demi-finale du snowboardcross. Cécile Hernandez-Cervellon est contrainte de patienter avant de se lancer. Le système électronique de la porte de départ est tombé en panne. La course est retardée. Une attente lourde de conséquences pour la snowboardeuse française, éliminée en demi-finale alors qu'elle venait chercher l'or. La fatigue s'est imposée à celle qui a aussi décroché l'argent en slalom lors de ces Jeux coréens. Inéluctablement. Au fil des heures qui passent, sa force diminue...

La journaliste de formation, 46 ans en juin, présente un handicap invisible lié à la sclérose en plaques. Une maladie neurodégénérative qui cause des déficiences imperceptibles pour l'entourage. « *Montrer et démontrer l'invisible est très difficile* », lance cette mère de famille, qui mène ce combat sur les pistes comme dans la vie (elle est l'égérie d'une campagne de sensibilisation dédiée à cette cause). Pourtant, la maladie touche son cerveau et sa moelle épinière.

« *Tout mon corps est handicapé. Dès que je cours un peu, je ressens des contractions du diaphragme qui m'obligent à arrêter au bout de quelques mètres* », développe-t-elle. « *Au fil des heures, mes aptitudes diminuent. Je vois moins bien, je tremble davantage, je peux de moins en moins bien fléchir mes jambes, je perds de la force et de l'énergie* », énumère-t-elle. « *Je dois aussi composer avec une grande fatigabilité.* » Un déficit que le repos ne suffit pas à gommer comme pour tout à chacun.

Toute sa vie est orchestrée en fonction de cela. « *Je ne peux pas faire de séances trop longues parce que sinon je risque de tomber en arrière faute d'équilibre, ni même randonner avec l'équipe de France, lors des phases de récupération.* » Pourtant, Cécile Hernandez-Cervellon, contrairement à la majorité de ses adversaires, généralement amputées, possède toutes les parties de son corps. Elle ne porte pas de prothèse, se déplace sans guide et de temps en temps, seulement, avec l'aide d'une canne. « *C'est aussi difficile parfois avec des entraîneurs qui me demandent plus d'efforts, par méconnaissance des limites inhérentes à la maladie* », ajoute-t-elle.

L'encadrement de ces sportifs demande une expertise pointue et de l'écoute pour adapter les entraînements et les pratiques. Le caractère évolutif, dans certains cas, ajoute un handicap supplémentaire : celui de s'adapter à ses nouvelles facultés.



“
Montrer et démontrer l'invisible est très difficile.”

LES HANDICAPS SENSORIELS

Tout comme la cécité, la surdité compte aussi parmi les handicaps invisibles. Les personnes sourdes ou malentendantes, sont souvent sujettes à des pertes d'équilibre. « *Elles ont tendance à pencher d'un côté ou de l'autre* », pose Davy Lacroix, directeur sportif du bowling sourd. « *Elles compensent mais c'est une réalité. Les appareils auditifs remettent à niveau ce genre de problème. Mais pour les compétitions FFH, dans un souci d'équité, tout se joue sans appareil.* »



Les sportifs malvoyants ont aussi des limites indétectables à l'œil nu. Capables, dans la majorité des cas, de se déplacer sans guide, sans canne, leur handicap est souvent minimisé et mal identifié. « *Il est très difficile pour un malvoyant d'expliquer son handicap et de le faire comprendre. Certains vont voir parfaitement droit devant eux mais ne vont rien voir sur les côtés (vision tubulaire)* », explique Charly Simo, référent des pratiques pour les personnes déficientes visuelles à la FFH.

En cécifoot, par exemple, si la catégorie B1 est dédiée aux personnes non-voyantes (évoluant tous avec un bandeau), les catégories B2 et B3, non paralympiques, sont réservées aux personnes malvoyantes. « *Elles évoluent toutes sans bandeau. En revanche, on met des ballons à grelots, de couleur différente de la surface de jeu. Et on ajoute souvent des barrières latérales.* » Charly Simo, également directeur sportif du cécifoot, se souvient : « *Un jour, j'ai positionné un joueur sur le flanc droit parce qu'il était gaucher et pouvait rentrer sur son bon pied pour frapper directement. Mais il était inefficace défensivement. À la pause, il m'a expliqué qu'il ne voyait pas sur les côtés. Quand je l'ai changé de côté, il a été extra.* » D'autres vont être aveuglés par la luminosité, quand certains ont une vision trouble en permanence. « *Il faut aussi distinguer le champ visuel et l'acuité visuelle* », pointe aussi le référent fédéral. ▶▶

PARALYSIE CÉRÉBRALE ET TROUBLES COGNITIFS

Une difficulté que ne connaissent pas les 3 000 sportifs de la FFH ayant une paralysie cérébrale ou des troubles cognitifs, quand ce ne sont pas les deux... Si ceux-ci n'altèrent pas toujours davantage les fonctions locomotrices, ils perturbent la pratique et l'apprentissage. Ce sont des facteurs aggravants. « *Les causes peuvent être variées (infections, AVC...)* », estime Frédéric Rusakiewicz, médecin fédéral national de la FFH. Les cérébro-lésés peuvent parfois se retrouver à concourir contre des adversaires présentant apparemment les mêmes handicaps physiques mais possédant des symptômes associés très hétérogènes. Aucun cas n'est identique, en dépit même d'un tableau clinique très proche. « *Les troubles et handicaps peuvent influencer sur la concentration, la mémoire, l'attention et peuvent aussi provoquer de l'inhibition. Cela pose un problème, tout comme, à l'inverse, les troubles de l'initiative* », énumère Louise Debry, neuropsychologue au centre médical

et pédagogique Jacques-Arnaud à Bouffémont, dans le Val-d'Oise. « *L'ouïe, la vue, l'élocution, le langage peuvent aussi être impactés...* »

DES TROUBLES INVISIBLES TRÈS VARIÉS

L'encadrement doit absolument tenir compte de ces différentes déficiences dans son approche avec les sportifs. Patrick Ardon, haltérophile de l'équipe de France handisport, présente une importante spasticité des membres inférieurs. Un signe lié à une paralysie cérébrale qui gêne son équilibre. Mais à le voir soulever une barre de 150 Kg, personne ne peut imaginer ses difficultés à réaliser des élévations latérales avec des haltères beaucoup moins lourdes. « *Intégrer chaque nouveau geste lui demande de nombreuses répétitions et beaucoup d'efforts en termes de coordination* », précise Alexis Quérou, son entraîneur depuis 2010 et professeur d'EPS à l'Institut d'Éducation Motrice de Gonesse (Val-d'Oise) depuis 14 ans.

« *Le trouble spatio-temporel est également récurrent* », ajoute Louise Debry. En athlétisme, rester dans son couloir peut demander à certains un an d'entraînement. Sylvie Talmant et Jo Maisetti, cadres de la commission athlétisme de la FFH, suivent Mandy François-Elie, 30 ans. Médaillée d'or aux Jeux paralympiques de Londres 2012 et d'argent à Rio, sur 100 m, l'enfant du Lamentin, licenciée au Foyal Club Handisport (Fort de France - Martinique), a été victime d'un AVC à 18 ans. Des troubles invisibles s'ajoutent à la paralysie de son côté droit. « *Au fil des séances, Mandy a réussi à bien s'intégrer au collectif d'entraînement.* » Prendre le temps de bien expliquer aux autres membres du collectif permet de lutter contre l'isolement et la marginalisation des sportifs cérébro-lésés. La championne paralympique a également participé à un stage avec son groupe. Ses progrès en collectivité sont spectaculaires. « *Quand elle dépasse les bornes, je le lui dis et elle va s'excuser* », apprécie Sylvie Talmant. « *Aujourd'hui, tous ses partenaires d'entraînement la connaissent. Ils comprennent ses réactions et ses besoins. Ainsi, lors des déplacements, la bienveillance est de mise.* »

REPÈRES

LEXIQUE MÉDICAL

Paralysie cérébrale : handicap résultant de lésions irréversibles survenues sur le cerveau du fœtus ou du nourrisson (avant 2 ans), dues à la destruction de cellules du cerveau en développement. Ces lésions provoquent un ensemble de troubles du mouvement ou de la posture, souvent accompagnés de difficultés cognitives ou sensorielles, qui durent toute la vie.

Troubles cognitifs : désigne un trouble mental qui affecte la mémoire, la gestion des émotions et du comportement, entre autres...

Lésions cérébrales acquises : lésion du cerveau ou de la moelle épinière. Celle-ci survenant en péri natal, c'est la paralysie cérébrale ou, après leur 2 ans (à distance) par les causes suivantes : traumatisme crânien (causé par une chute), accident vasculaire cérébral (embolie cérébrale ou rupture d'un vaisseau sanguin), tumeur cérébrale et/ou son exérèse, anoxie (le cerveau est privé de l'oxygène dont il a besoin) ou encore agent infectieux ou toxique provoquant la destruction des cellules nerveuses.

Spasticité : contraction permanente du muscle responsable des attitudes rigides des membres supérieurs ou inférieurs des personnes cérébro-lésées. Une spasticité est présente jusque dans un tiers des accidents vasculaires cérébraux et jusqu'à deux-tiers des patients ayant une sclérose en plaques.

Maladies neurodégénératives : ce sont des maladies chroniques invalidantes à évolution lente et discrète. Elles provoquent généralement une détérioration du fonctionnement des cellules nerveuses, en particulier les neurones, pouvant conduire à la mort cellulaire (ou neurodégénérescence). Les troubles induits par les maladies neurodégénératives sont variés et peuvent être d'ordre cognitivo-comportemental, sensoriel et moteur.

Champ visuel : cela représente l'espace qu'un œil fixant droit devant lui peut distinguer.

Acuité visuelle : capacité d'accommodation de l'œil pour percevoir une image nette, de loin, comme de près. ■■■



© F.Perville

FORMER ET INFORMER LES STAFFS

Sur la piste, la donne a aussi changé.

« *Maintenant, lorsque nous effectuons les exercices d'équilibre et de franchissement de haies pour assouplir les hanches, Mandy montre l'exemple* », se réjouit la coach.

Sylvie Talmant apporte également une aide administrative à Mandy François-Elie, dont la mémoire fait défaut. Ces déficits mnésiques, troubles de la mémoire, peuvent avoir des conséquences importantes dans d'autres pratiques. Celles notamment où les sportifs doivent effectuer des reconnaissances de parcours (ski, cyclisme,...).

L'émotivité est souvent exacerbée. « *Le discours doit apporter des corrections sans piquer au vif* », résume Laurence Le Franc, kiné de la commission boccia. Il ne faut pas négliger ou sous-estimer un ressenti exprimé. La fatigabilité est aussi un élément déterminant. « *Lutter contre des gestes parasites demande énormément d'énergie et de concentration* », souligne-t-elle.

Les recettes : donner des consignes précises, concises et imagées. Avancer pas à pas et s'assurer de la bonne compréhension du sportif. « *En général, ils ne disent pas qu'ils n'ont pas compris. Cela génère donc un stress et une situation d'échec* », précise Marie-Pierre Le Blanc, entraîneuse nationale de la boccia, pratiquée par des personnes en situation de grand handicap physique et d'origine neurologique. « *Bien connaître le sportif et son environnement, échanger régulièrement avec son entourage permet de mesurer son état de forme. De mieux anticiper, de s'adapter et d'utiliser ses points forts pour compenser ses déficits. Comme utiliser un code couleur pour aider un joueur à maîtriser le jeu long et le jeu court.* » Former et informer les staffs est donc primordial.

L'attitude et la posture à adopter face aux personnes cérébro-lésées sont codifiées et doivent être bien appréhendées. « *Cela ne s'improvise pas, sinon on est vite débordés* », affirme Frédéric Rusakiewicz. ■

En savoir plus : Les Cahiers des Experts, "La Prévention des facteurs de risque Handisport"
<http://mediatheque.handisport.org>

TÉMOIGNAGE



Michel SCHALLER

À 50 ans, Michel Schaller a porté les couleurs de l'équipe de France de tennis de table entre 1995 et 2012. Le pongiste, hémiparalysé côté gauche lié à une paralysie cérébrale, a participé aux Jeux Paralympiques à Atlanta (1996), Sydney (2000) et Athènes (2004, photo). Médaillé d'argent par équipe en 2000 et 2004, il est également champion du monde par équipe en 1998 et 2002 et deux fois médaillé de bronze en simple aux championnats d'Europe 1995 et 2003. Il évoque les conséquences des troubles cognitifs liés à sa paralysie cérébrale légère.

« *Enfant, je n'ai commencé à parler qu'à l'âge de 3 ans et j'ai été suivi par un orthophoniste durant 10 ans. Je me souviens que l'apprentissage me demandait davantage d'efforts à l'école. Il me fallait parfois 10 ou 15 minutes pour enregistrer ce que d'autres assimilaient en 5 minutes. Au tennis de table, acquérir et maîtriser de nouveaux gestes passait par beaucoup de répétitions, beaucoup de paniers de balles. Il me fallait aussi répéter, fréquemment, des schémas de jeu pour bien les intégrer et en faire des automatismes. Outre les problèmes d'équilibres liés à mon handicap physique, j'avais aussi quelques difficultés de coordination, notamment au service. Mais le sport m'a beaucoup aidé à progresser et à gommer quelques gestes parasites. En revanche, je n'ai pas connu de problème de fatigabilité et assez peu de difficultés à rester concentré sur la durée. Je gérais également assez bien mes émotions.* » ■





ENTRETIEN AVEC VINCENT FERRING

Responsable des kinésithérapeutes à la Fédération Française Handisport, il explique les enjeux de la classification lorsqu'il s'agit de handicaps invisibles.

Pourquoi certains handicaps invisibles sont éligibles et pas d'autres ?

Il y a deux caractéristiques principales : d'une part les troubles et d'autre part leur nature. Hors, seuls dix déficits ouvrent droit à participer aux Jeux. D'autres n'entrent pas en considération alors qu'ils sont très handicapants.

Par exemple, la douleur n'entre pas en compte. Ces déficiences sont très complexes à évaluer et il est difficile de mesurer leur impact sur la pratique sportive. En somme, tout ce qui n'est pas mesurable a du mal à entrer dans les codes et le propos même du mouvement paralympique. La classification est la porte d'entrée dans le mouvement paralympique.



Mais certains sportifs, déficients visuels par exemple, peuvent être dans certains cas éligibles, mais pas dans d'autres ?

Il y a en effet toujours une limite, un seuil. C'est le minimum de "handicap". Si un déficient visuel a plus d'1/10^e au meilleur des deux yeux, il n'est pas identifié comme

“
Les handicaps les plus visibles ne sont pas forcément ceux qui impactent le plus les sportifs.”

“assez” handicapé. Cela procède donc toujours de la même analyse : y-a-t-il une famille de déficience qui ouvre droit à, et ensuite le déficit est-il suffisant pour que la personne soit éligible ?

Cela vaut aussi par exemple pour la sclérose en plaques. Parfois la plaque peut se situer sur une partie du cerveau ou de la moelle épinière et causer une perturbation du tonus musculaire, la spasticité qui est l'une des déficiences reconnues. Cela génère des frustrations pour ceux qui ne sont pas dedans. S'il faut justifier d'être porteur d'une maladie pour pouvoir être classifié, aujourd'hui, la classification est davantage une classification fonctionnelle. Parfois quand la déficience est invisible, il n'y a pas d'impact locomoteur et le sport se joue majoritairement sur cet aspect.

Le système de classification repose donc sur des aspects démontrables ?

Il faut que la maladie soit bien identifiée. Qu'elle produise un des dix déficits dont on a parlé. Ensuite, lors des tests de classification, on mesure si le déficit produit un impact suffisant sur l'activité pour que la

personne soit éligible. Il y a aussi ce qui est vraiment invisible et ce que l'on ne veut pas voir parce qu'on le comprend mal. À ce titre, la classification repose désormais le plus possible sur des tests validés scientifiquement.

Il est donc primordial, encore plus dans l'optique de Paris 2024, de bien expliquer ces subtilités liées à la classification ?

Il faudra donner une visibilité, une explication à la hauteur de ce que le grand public attend via des petites capsules vidéos comme les « Paralymquoi ». Il faut expliquer les règles et la classification. Tout ça est nécessaire pour regarder avec plaisir une activité sportive à la télé, faute de quoi on ne comprend pas le sens à donner aux performances. Si la compétition est incomprise, elle n'est pas regardée. Il faut donc bien souligner que les handicaps les plus visibles ne sont pas forcément ceux qui impactent le plus les sportifs d'une même activité. Les apparences sont parfois trompeuses. // **Propos recueillis par J. Soyer**



PARALYMQUOI ?

Pour mieux comprendre ou expliquer les sports et les classifications, retrouvez toutes les vidéos "Paralymquoi ?" sur notre chaîne Vimeo.

<http://paralymquoi.handisport.org>

SpeediCath® Compact Eve

5 ans au service des femmes

La sonde urinaire pensée et conçue pour accompagner les femmes dans leur quotidien

Échantillons
GRATUITS
+ CADEAU



• **Discrète et facile à utiliser** ^{1,2}



• Une **forme triangulaire** pour permettre une meilleure prise en main

• Une **ouverture facile** ¹ en un seul geste

• Une qualité de **lubrification unique** ³



• **Fermeture sécurisée** ⁴ après utilisation

• Une **couleur douce, élégante** et féminine

Pour être sereine, pensez bien à vous sonder avant de débiter une activité sportive.

SpeediCath Compact Eve : sondage intermittent. Ce dispositif médical est un produit de santé réglementé destiné au sondage intermittent qui porte, au titre de cette réglementation, le marquage CE. Fabricant : Coloplast A/S. Pour utiliser ce produit, vous devez avoir été préalablement initiée à l'auto-sondage. Lire attentivement la notice d'instructions avant utilisation. Pour plus d'informations, consultez votre professionnel de santé. Document réservé à l'usage des patientes.

1. Recommendations European Association of Urology Nurses (EAUN) 2013 - Evidence-based Guidelines for Best Practice in Urological Health Care: Urethral intermittent catheterization in adults. Page 26: "les sondes compactes permettent le sondage no-touch".
2. Usability study report. Enquête conduite en 2013 auprès de 18 participantes, dont 6 avec une dextérité manuelle réduite. 17/18 participantes ont noté Très Bonne/Bonne la facilité d'utilisation (ouverture, manipulation, fermeture) et l'usage intuitif. 15/18 ont noté Très Facile/Facile la connexion à une poche à urine.
3. Lubrification SpeediCath brevetée - Sondes prêtes à l'emploi.
4. Verification Laboratory Report SpeediCath Compact Eve, 2014; Page 5. Le test "Fermeture sécurisée après utilisation" consistait à ouvrir et refermer la sonde, l'agiter et la placer dans un filtre charbon pendant 1 minute et observer les fuites. 14 sondes testées. Résultats : aucune fuite observée.



www.coloplast.fr Le logo Coloplast est une marque enregistrée par Coloplast A/S, DK - 3050 Humlebaek.
© Tous droits réservés aux Laboratoires Coloplast 312 328 362 RCS Bobigny - Janvier 2020 - PA

ESSAI GRATUIT
Demandez vos
échantillons au :

0 800 01 58 68 Service & appel
gratuits

ou retournez le coupon
réponse ci-dessous

Taille réelle

SpeediCath® Compact Eve

www.coloplast.fr/sonde-eve

Nom : _____ Prénom : _____
Adresse : _____
Code postal : _____ Ville : _____
Téléphone : _____
Email : _____
Charrière utilisée : 10 12 14 NSP

Pour recevoir vos échantillons gratuits, conformément à la politique de Gestion des Données personnelles dont vous avez pris connaissance (en savoir plus sur www.coloplast.fr/donnees-personnelles) merci de cocher l'une des options suivantes :

- J'accepte la collecte et le traitement de mes données de santé pour répondre à ma demande ET recevoir des communications de la part de Coloplast en lien avec ma situation.
- J'accepte la collecte et le traitement de mes données de santé pour répondre à ma demande uniquement.

DEMANDEZ VOS
ÉCHANTILLONS
GRATUITS ET
VOTRE TROUSSE



> en retournant ce coupon sous enveloppe
SANS AFFRANCHIR à : Laboratoires Coloplast
6 rue de Rome - Gamme SpeediCath
Autorisation 40773
93119 Rosny-sous-Bois Cedex

Les Laboratoires Coloplast vous informent que vos données à caractère personnel recueillies ci-dessus font l'objet d'un traitement informatique ayant pour finalité la gestion des relations avec les utilisateurs de nos produits (réclamations, envoi d'échantillons, informations sur les produits et services de Coloplast). A cet effet, vos données seront conservées pendant la durée de la relation avec les Laboratoires Coloplast et sont destinées à COLOPLAST, plus spécifiquement au département service relations utilisateurs, ainsi qu'aux sous-traitants de COLOPLAST. Conformément à la réglementation en vigueur vous disposez d'un droit d'accès, de rectification, d'opposition et de suppression de vos données à caractère personnel, de solliciter une opposition/limitation du traitement, à la portabilité, à l'oubli et à l'effacement numérique que vous pouvez exercer auprès du service de COLOPLAST: contact.france@coloplast.com ou par courrier à : Département SRU - Laboratoires Coloplast, 6 rue de Rome 93561 Rosny-sous-Bois cedex. Vous disposez d'un droit d'introduire une réclamation auprès de la CNIL et pouvez contacter le délégué à la protection des données de COLOPLAST à : dataprotectionoffice@Coloplast.com

CONFINEMENT

GARDER LE LIEN, UNE PRIORITÉ

À situation exceptionnelle, initiatives exceptionnelles. **Mathieu Defosse**, moniteur de sport de l'Armée de l'air et en charge du collectif France Relève d'athlétisme pour la FFH, a animé une séance de sport quotidienne sur Instagram.

Charly Simo, directeur sportif du cécifoot et son staff ont, eux, maintenu un lien permanent avec le collectif France pour ne laisser personne au bord de la route.



Jamais Mathieu Defosse n'avait donné de cours collectifs de sport sur Instagram. Pendant le confinement, il a innové et transformé son compte - mathieu.defosse - en salle de sport !

« Tout le monde ressentait des difficultés pour pratiquer seul, alors que les déplacements étaient très restreints et que les salles de sport étaient fermées », explique l'ancien guide de Stéphane Bozzolo, médaillé de bronze en relais 4x100 aux Jeux Paralympiques de Pékin. Au menu, cardio, activités musculaires via du renforcement, étirements, relaxation et repos. « Je m'appuie sur les TOP (Techniques d'Optimisation du Potentiel), une boîte à outils pour se relaxer, se dynamiser ou réguler son niveau d'activité. » Cela limite le stress et permet de lutter contre l'isolement.

PARTAGER L'ACTIVITÉ, C'EST MOTIVANT !

Il adapte aussi ses séances au plus grand nombre et répond aux spécificités des sportifs du mouvement handisport. « Les exercices de cardio, je mets un maximum de mouvements du haut du corps pour les personnes ayant une mobilité réduite. Et j'adapte les exercices de renforcement. » Chacun pratique en fonction de son niveau et de ses possibilités. L'intérêt est de sortir des routines. De lutter contre les envies de rester devant l'ordinateur ou la télé à grignoter. Rien de tel qu'une séance en direct, à heure fixe (de 16 h à 17 h). « L'interaction est plus grande et plus forte que devant un cours enregistré que l'on se met sur Youtube », affirme-t-il. « Cela permet de garder la part sociale du sport et de partager l'activité. » Le lien, l'interaction sont aussi les maîtres mots des staffs des collectifs France de la FFH.

Charly Simo, directeur sportif du cécifoot, et son staff s'appuient sur le groupe créé sur la messagerie instantanée Whatsapp reliant le collectif élargi et l'encadrement.

« On délivre le même message à tous en même temps », développe-t-il. « Chaque problème est solutionné. Chaque doute est levé. »

UNE INTERACTION SALUTAIRE

Pour les déficients visuels (DV), cette relation est primordiale. « Le confinement n'arrange pas les choses parce que les DV luttent contre l'isolement », insiste Charly Simo. « Par ces échanges, ils font part de leurs interrogations. Cela facilite aussi le suivi et l'application des

programmes d'entretien édictés par le staff. Des kits choisis par Frédéric Villeroux et le staff devraient être fournis par la FFH à chaque joueur. » L'interaction permet d'établir des programmes individualisés et cohérents par rapport à la réalité de chacun. « J'ai eu des échanges via Facetime pour optimiser l'espace », développe Charly Simo. « Il faut parfois délimiter le lieu de pratique avec des élastiques. Pour l'un d'eux qui effectuait ses exercices dans son parking, je lui ai conseillé d'utiliser deux postes de radio. Avec la voix de sa compagne, il y avait 3 points sonores. » Par téléphone, visio-conférence avec de petits groupes, en fonction des postes ou des besoins, le suivi est sur-mesure indispensable pour garder le lien, rester soudés et renforcer le collectif. // J.Soyer



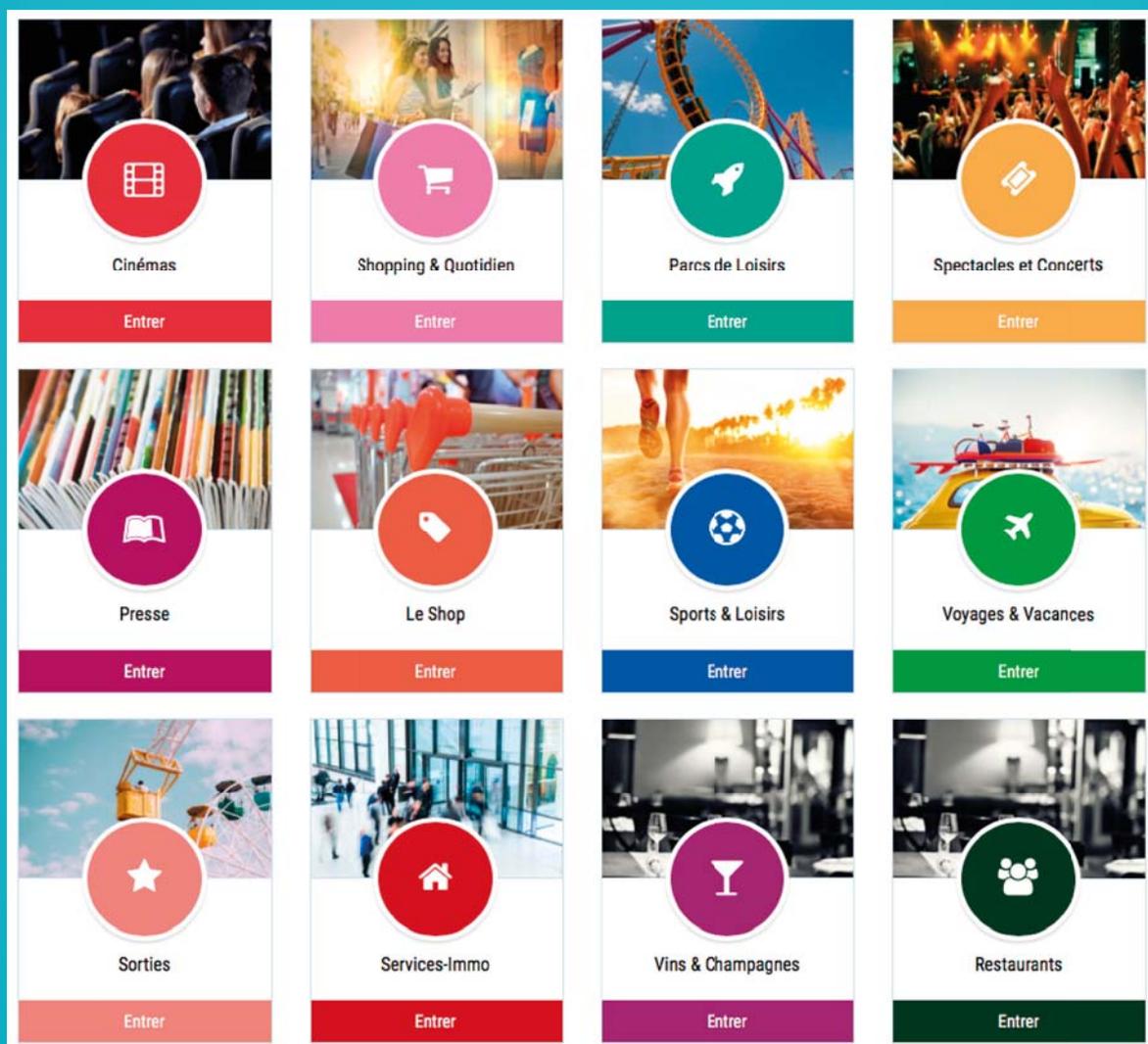
Retrouvez des idées d'activités à pratiquer à la maison, pour toute la famille, sur : www.sports.gouv.fr Et sur nos comptes Facebook et Instagram : #HandisportSeBouge

PROFITEZ DU CLUB AVANTAGES HANDISPORT.

NOUVEAU # Grâce à votre licence FFH, faites le plein de bons plans et d'économies toute l'année ! Découvrez plus de 200 000 offres proposées sur notre nouvel espace avantages : places de spectacles à prix réduits, voyages, sorties, activités de loisirs et un large choix de réductions pour la vie quotidienne !

club-avantages.handisport.org

Handi
Sport 



OFFRES EXCLUSIVES RÉSERVÉES AUX LICENCIÉS HANDISPORT : découvrez toute une gamme de produits et de services ! Le Club Avantages Handisport présente à son catalogue des réductions sur plus de 150 parcs de loisirs (Disneyland Paris, Parc Asterix...), ainsi qu'auprès de partenaires voyagistes, plus de 700 enseignes dédiées au sport et au bien-être ainsi que 500 enseignes grand public et des offres attractives sur du matériel high-tech... **Connectez-vous sur club-avantages.handisport.org**

L'ACTU FÉDÉRALE



Du 2 au 4 mars, le siège fédéral a accueilli la 1^{re} Commission d'évaluation du Dispositif de Valorisation Territoriale (DVT). Elle a pour but d'étudier les dossiers de candidat des comités régionaux et départementaux.

BAROMÈTRE

SAISON 2019/20
au 1^{er} mai 2020

135
nouvelles structures affiliées

4 600
nouveaux licenciés

+ de 12 300 licences
multisports loisirs

+ de 7 500 licences cadres

- ▶▶ 3 300 licences natation
- ▶▶ 3 000 licences boccia
- ▶▶ 2 165 licences basket
- ▶▶ 1 650 licences sarbacane
- ▶▶ 1 400 licences athlétisme
- ▶▶ 1 180 licences tennis de table

CRISE COVID-19

INFORMATIONS ET DISPOSITIONS FÉDÉRALES

▶▶ **Après plusieurs semaines de confinement, la Fédération, tout comme l'ensemble de la France et du Monde continuent de traverser une crise sanitaire majeure inédite aussi bien par son ampleur, que par ses conséquences dans notre quotidien.**

La fédération adresse tout son soutien à l'ensemble de ses membres touchés directement par ce virus, ou dans leur entourage, ainsi qu'à celles et ceux qui luttent au quotidien pour nous, sans relâche, ou qui, par leurs métiers souvent de l'ombre, permettent de maintenir de nombreux services indispensables en cette période de confinement. Enfin, la fédération adresse

un message de soutien aux sportifs, à leurs familles, aux associations, aux comités et aux nombreuses structures médico-sociales, centres de rééducations, qui traversent une période extrêmement difficile.

Dans le contexte de crise sanitaire, liée à la propagation du Coronavirus et dans la perspective d'un prolongement de la période de confinement et dans certains départements d'un début de déconfinement, sous certaines conditions, la Fédération Française Handisport, a pris plusieurs décisions et dispositions pour faire face à la situation depuis le début de la crise.

Retrouvez les dernières informations et consignes relatives à la crise sur le site officiel de la FFH et la page spécialement dédiée. Elle regroupe l'ensemble des informations pratiques et fiables face à la crise, sur de nombreux thèmes : les sites officiels où se renseigner, des conseils de psychologues, les aides aux associations, les numéros d'urgence, la lutte anti-dopage en période de crise ou encore les mesures fédérales exceptionnelles mises en place :

www.handisport.org/coronavirus

Pour contacter la cellule de crise FFH :
coronavirus@handisport.org

CALEPIN

JOURNÉES NATIONALES HANDISPORT

► En raison du contexte exceptionnel de crise sanitaire mondiale, la 9^e édition des Journées Nationales Handisport et l'Assemblée Générale 2020 se tiendront du jeudi 1^{er} octobre au dimanche 4 octobre à la Chapelle-sur-Erdre. Les inscriptions en cours restent valables. La période de réouverture des inscriptions et l'évolution du programme seront communiquées ultérieurement.

Infos : handisport.org/jnh-2020/

TOKYO 2020

► Le Comité International Olympique (CIO) et le Comité International Paralympique (IPC), ont officialisé les nouvelles dates des Jeux Paralympiques de Tokyo, prévus cet été mais reportés en raison du contexte exceptionnel de crise sanitaire mondiale. Rendez-vous du **24 août au 5 septembre 2021**, pour ce grand événement sportif mondial!

SUBVENTION DVT-ANS 2020 : OUVERTURE DU COMPTE ASSO

► La Fédération Française Handisport soutient les clubs et sections sportives qui lui sont affiliées. Ensemble ils composent la cheville ouvrière de notre mouvement, le contact direct avec nos licenciés. L'Agence Nationale du Sport a accordé à la FFH, sa pleine confiance pour gérer la part territoriale des crédits de développement du sport, analyser les demandes de subvention et lui transmettre les propositions de financement au travers du Dispositif de Valorisation Territoriale (DVT). La campagne 2020 est ouverte jusqu'au 15 mai.

Infos : handisport.org/le-dispositif-de-valorisation-territoriale-dvt/

SÉJOURS SPORTIFS ANCV

► Le partenariat FFH/ANCV permet aux clubs et comités qui organisent un séjour sportif durant l'année 2020 d'effectuer une demande d'aide financière pouvant aller jusqu'à 2 000 €. En 2020, tous les clubs et comités peuvent

RÉTRO



Portrait photographique d'Émile Littré (1801-1881) par Félix Nadar.

HANDISPORT, UNE HISTOIRE DE MOTS

Nous utilisons le terme « handisport », mais d'où vient-il ? Que signifie-t-il ? Voici quelques explications...

Handisport est la contraction des termes « Handicap » et Sport ». « Handicap » est un mot anglais qui tient son premier sens de la compétition interne de jeu. C'est une contraction de trois mots de la langue anglaise : « hand in cap » (ce qui signifie : la main dans le chapeau ou la casquette).

C'est au 16^e siècle, en Grande-Bretagne, qu'on le rencontre pour la première fois. Il sert à désigner un jeu de hasard dans lequel les partenaires se disputent des objets personnels dont le prix est fixé par un arbitre qui est chargé d'égaliser les chances, les mises étant placées dans un chapeau. L'usage du terme handicap est

passé progressivement du jeu de hasard aux courses hippiques puis au golf.

Ce mot est mentionné en France dans le *Littré* édité en 1877 et dans l'édition de 1935 du *Dictionnaire de l'Académie* avec le sens des courses à handicaps définies comme course ouverte à des chevaux dont les chances de vaincre, naturellement inégales, sont, en principe, égalisées par l'obligation faite aux meilleurs de porter un poids plus grand.

D'autres compétitions sportives ont adopté ce terme *handicap* pour classer les joueurs selon leurs performances. De la limitation des performances des meilleurs chevaux le terme est passé au fil de l'histoire à la limitation des capacités humaines...

// Alain Siclis



effectuer une demande en ligne sur l'extranet fédéral tout au long de l'année. Important : Cette aide est distincte du financement de vos actions au titre du dispositif de valorisation territoriale et viendra en complément.

Infos : handisport.org/appele-a-projets/

AIDE À L'ACQUISITION DE MATÉRIEL POUR LES CLUBS ET SECTIONS

► En 2020, seuls les clubs et sections peuvent candidater pour obtenir une dotation fédérale au titre du dispositif d'aide à l'acquisition de matériel. L'enveloppe globale disponible est en augmentation de 10 % par rapport à 2019 et s'élèvera à 65 000 €. En 2020 les clubs labellisés bénéficient d'un bonus. Vous êtes affiliés depuis 2018-2019 ? Candidatez jusqu'au 31 mai.

Infos : handisport.org/aides-financieres/

CAMPAGNE LABEL CLUB PROLONGÉE

► La labellisation FFH valorise les clubs et les sections, récompense la qualité de leur activité, encadrement, conditions de pratiques, services aux licenciés...

C'est une démarche volontaire de la part des structures qui se portent candidates.

En raison de la crise sanitaire actuelle la campagne de labellisation, initialement prévue jusqu'au 15 avril, est prolongée jusqu'à la fin du confinement.

Pour rappel, le renouvellement s'effectue tous les 2 ans. Tous les clubs labellisés ou qui ont renouvelé leur label en 2018 doivent faire leur demande de renouvellement dès à présent.

Infos : handisport.org/le-label-club-evolue-en-2020/

HOMMAGES

► **Cataldo Agnello** nous a quitté le 26 février dernier. Il a longtemps œuvré pour la mise en œuvre du système de classification jeunes Handisport et pour le rendre équitable, compréhensible et opérationnel au plus grand nombre. Il a également officié pendant plusieurs années en tant que classificateur international de la boccia. La Fédération Française Handisport a une pensée émue pour sa famille et ses proches.

► C'est avec une profonde tristesse que nous apprenons la disparition de **Paulin Félix**, président du Comité Régional Handisport de Guyane, lundi 30 mars. Un homme passionné de sport, de piano et d'une humanité sans faille, appréciée de tous, qu'il mettait au service des autres, à travers ses nombreuses responsabilités et engagements au delà du sport, au service des guyanais et guyanaises.

EDF ADN TOUR HANDISPORT

► En raison de la crise sanitaire actuelle, les étapes de l'EDF ADN TOUR HANDISPORT sont reportées entre la rentrée sportive de 2020 et l'été 2021. Les dates seront communiquées progressivement : Ré Tour (Charente Maritime), reportée au 12 et 13 septembre ; CAP à l'Ouest (Finistère) reportée au 19 et 20 septembre ; Raid L&G Handisport, reportée aux 26 et 27 septembre ; Raid Handi-Valide des Deux-Sèvres, reportée en 2021 ; Raid Handisport des Savoie, reportée en 2021 ; Raid Handisport 31, reportée en 2021 ; 10^e Challenge Fauteuil Tout Terrain Drôme, reportée en 2021

Retrouvez toutes les informations mises à jour sur le site de l'événement edfadntour-handisport.org

JEUX RÉGIONAUX DE L'AVENIR HANDISPORT

► Toutes les dates d'avril à mi-juin sont annulées et reportées à la saison sportive 2020-2021 pour les Pays de la Loire, la Bretagne, AURA, la Bourgogne Franche Comté, l'Île de France, les Hauts de France, la Normandie et l'Occitanie.

SALONS AUTONOMIC

► Le salon **Autonomic Grand Est** à Nancy, initialement prévu les 29 et 30 septembre est reporté aux mercredi 4 et jeudi 5 novembre. L'édition francilienne du salon consacré au handicap, prévue à Paris Expo Porte de Versailles est reportée aux 13, 14 et 15 avril 2021.

Infos : www.autonomic-expo.com

NOUVEAUX TALENTS

► **François Pervis**, sprinteur sur piste le plus médaillé au monde dans les épreuves individuelles et détenteur du record mondial du kilomètre, rejoint l'aventure handisport. Il devient le pilote de **Raphaël Beaugillet**, cycliste mal-voyant, dans la quête de la qualification paralympique. Du côté du basket fauteuil, deux nouveaux acteurs rejoignent la commission : Francis Dandine, manager de la performance des collectifs séniors et Karim El Gueddari, entraîneur de l'équipe de France masculine dans l'objectif Paris 2024.



NOMINATION DS FOOTBALL SOURDS

► Le comité directeur de la FFH a confirmé la nomination de **Stéphane Tuccilo**, comme directeur sportif de football sourds handisport jusqu'à la fin de la paralympiade.

Contact : foot-sourds@handisport.org et sur Facebook : FootballSourdsOfficiel

ARBITRE BASKET FAUTEUIL

► La commission basket fauteuil recrute de nouveaux arbitres pour la prochaine saison. Vous êtes intéressés pour rejoindre le mouvement handisport ? Remplissez ce formulaire de contact à l'adresse : <https://urlz.fr/canr>

EN FORME PENDANT LE CONFINEMENT

► Les commissions handisport s'adaptent au confinement avec créativité, en proposant du sport à la maison. Plusieurs proposent sur leur site ou réseaux sociaux des fiches d'exercices, des séances en ligne pour garder une activité physique :

Basket fauteuil : francebasketfauteuil.org/se-maintenir-en-forme/

Boccia : chaque jour des vidéos sur facebook @bocciafrance.handisport

Cyclisme : participez au Confi'Tour sur Facebook @handisportcyclismeFrance



#HANDISPORTSEBOUGE

► Chaque jour, sur la page Facebook de la Fédération Française Handisport, retrouvez nos sportifs handisport autour d'exercices physiques ou encore de conseils bien-être en vidéos. Partagez vous aussi vos exercices physiques, recettes ou activités avec #HandisportSeBouge
Facebook : @ffhandisport
Envoyez-nous vos vidéos à : communication@handisport.org

OPÉRATION SOLIDAIRE

GAGNONS TOKYO : LA TOMBOLA EST PROLONGÉE JUSQU'AU 31 OCTOBRE 2021 !



Avant chaque édition des Jeux Paralympiques, la Fédération Française Handisport organise durant plusieurs mois avant l'événement, une grande opération solidaire sous forme de tombola nationale, afin de soutenir la préparation des équipes de France et l'ensemble des actions du mouvement au niveau national, mais aussi local, grâce à la mobilisation de ses clubs et des réseaux partenaires associés. Avec le report des Jeux de Tokyo en 2021, la campagne Gagnons Tokyo garde tout son sens dès 2020,

plus que jamais, pour soutenir les associations affiliées et les comités en cette période difficile. Pour cela, l'opération est exceptionnellement prolongée d'un an, jusqu'au 31 octobre 2021!

Votre mobilisation est essentielle !

Dans le contexte actuel, les trois objectifs de l'opération Gagnons Tokyo sont plus que jamais d'actualité pour soutenir :
- la préparation des équipes de France qui est rallongée jusqu'en 2021

- les grands projets de « sport pour tous » mis en œuvre dès 2020 et 2021
- la vie des associations et comités handisport, dans leur quotidien, leur développement, leur action indispensable de terrain, en cette période difficile et pour les prochaines saisons !

Prolongement jusqu'en 2021

La Fédération a décidé de modifier les échéances de l'opération, la clôture des ventes de **tickets papier** et **e-tickets** (initialement prévue le 31 octobre 2020), ainsi que le tirage au sort (initialement prévu le 19 novembre 2020) jusqu'en 2021, au lendemain des Jeux Paralympiques, reportés en 2021.
Clôture des ventes : prolongée jusqu'au 31 octobre 2021.

Ticket 2 € / Carnet de 10 tickets : 20 €

À savoir, 50% de votre participation revient directement à l'association locale ou au

comité que vous avez souhaité soutenir. Tirage au sort reporté en novembre 2021, sous contrôle d'huissier (la date sera déterminée prochainement).

Vente en ligne ouverte : plus de 100 lots à gagner

Si la vente des tickets papier est retardée et ne pourra se faire qu'après la période de confinement, vous pouvez dès maintenant acheter vos e-tickets en ligne et soutenir l'une des associations participantes ou votre comité régional ou départemental. Plus d'une centaine de lots sont à gagner dont un voyage au Japon pour deux personnes, une voiture Renault, des séjours de vacances, des consoles, drones, smartphones, ou encore des places pour des parcs d'attraction... Bonne chance !

Rendez-vous sur : gagnonstokyo.handisport.org

LES NEWS DU RÉSEAU

SUCCÈS



BIENTÔT LA CB SOCIÉTÉ GÉNÉRALE - HANDISPORT !

► La Société Générale renforce son soutien auprès du mouvement handisport en proposant une carte bancaire, disponible en MasterCard et Gold MasterCard, aux couleurs de la Fédération Française Handisport. Disponible à partir de juin, cette carte coûtera 10€ à l'obtention. En contrepartie, notre partenaire bancaire historique, s'engage à reverser 0,05€ à la FFH pour chaque paiement effectué avec ces cartes. De nombreuses surprises et avantages seront présentés à son lancement !



CLUBS & COMITÉS, BÉNÉFICIEZ DU PARTENARIAT LE COQ SPORTIF - FFH

► Au-delà du partenariat fédéral pour la ligne des équipes de France Handisport, le Coq Sportif s'ouvre aux Comités régionaux et départementaux ainsi qu'aux associations affiliées FFH, en proposant des produits à des tarifs attractifs via ses distributeurs agréés, ainsi qu'un service d'accompagnement dédié.

Une question ? Contactez le service Marketing et Communication de la FF Handisport : mk@handisport.org

LE LANCEMENT DU CLUB DES PARTENAIRES HANDISPORT !

Jeudi 27 février, plus de 30 marques engagées auprès du mouvement Handisport se sont retrouvées pour la première édition du « Club des Partenaires Handisport ». Un moment placé sous le signe de la convivialité, de l'échange et des synergies dans les locaux de la Fédération Française Handisport.

À l'initiative de Guislaine Westelynck, Présidente de la Fédération, cette première rencontre a eu pour but de renforcer le lien du mouvement qui existe entre les entreprises partenaires et les équipes de la FFH, mais également de permettre aux 30 marques, qui partagent des valeurs communes en étant engagées à nos côtés, de se rencontrer et de pouvoir échanger entre elles.

À chaque édition, des projets fédéraux seront présentés, afin que les partenaires puissent découvrir plus encore les raisons de leur engagement auprès du mouvement. Pour cette première édition du Club des Partenaires Handisport, les programmes « Jeunes » de la FFH, ont été mis en lumière, avec l'éclairage des experts fédéraux, Sami El Gueddari, directeur Sportif de la natation

handisport, et Charles Hordenneau, chargé du développement de la pratique jeune.

Alexandre Boullera, responsable du Pôle marque et sponsoring chez EDF, a rappelé à cette occasion l'engagement du partenaire historique de la FFH, et présenté la nouvelle grande tournée 100% sport nature, l'EDF ADN Tour Handisport, dont le lancement a été depuis, reporté à la rentrée 2020.

Enfin, les invités ont pu s'essayer au tennis de table handisport.

Le coup d'envoi du Club des Partenaires handisport a été une réussite, avec la présence de plus de 70 personnes.

Rendez-vous pour une deuxième édition dans les locaux d'EDF !

Pour que
emploi
et handicap
ne fassent qu'un.



Le FIPHFP est partenaire de la Fédération Française Handisport depuis 2016.

Ensemble, ils facilitent l'accès à l'emploi des athlètes handisport au sein des trois fonctions publiques.



Créé par la loi du 11 février 2005, le Fonds pour l'insertion des personnes handicapées dans la fonction publique finance les actions de recrutement, de maintien dans l'emploi, de formation et d'accessibilité des personnes en situation de handicap dans les trois fonctions publiques. Il intervient sur l'ensemble du territoire et pour tous les employeurs publics en proposant des aides ponctuelles sur sa plateforme en ligne, ou par l'intermédiaire de conventions pluriannuelles avec les employeurs et dans le cadre du programme accessibilité.

WWW.FIPHFP.FR



RENAULT
La vie, avec passion

Nouvelle gamme Renault **TECH**

On n'en fera jamais assez pour s'adapter à votre mobilité.



RENAULT, PARTENAIRE
DE LA FÉDÉRATION
FRANÇAISE HANDISPORT.

Avec Renault TECH, Renault propose un programme de solutions adaptées pour offrir aux personnes handicapées davantage de mobilité grâce à une gamme étendue. Chaque jour, les équipes de Renault mettent tout en œuvre pour permettre aux personnes handicapées de conquérir une plus grande autonomie par des adaptations de véhicules particuliers et collectifs, des aménagements d'aide à la conduite et au transfert. Tous les véhicules adaptés sont homologués et respectent les standards qualité du groupe Renault.

Renault recommande 

  [renault.fr](https://www.renault.fr)

ROBERT CITERNE

L'EXPÉRIENCE FAIT MOUCHE



À 59 ans, Robert Citerne est le doyen de l'escrime handisport. Depuis ses débuts dans les années 80, il ne cesse de remporter des titres tout en enflammant le public avec sa joie de vivre et son charisme. Son ultime objectif, se qualifier pour les Jeux de Paris 2024. Il participerait alors à ses 10^{es} Jeux Paralympiques ! Rencontre...

Trois mots pour te définir ?

Cool, sympa, gaucher.

Quelle est ta devise ?

Perdre c'est gagner.

Qu'est-ce que cela fait d'être le doyen en escrime handisport ?

J'arrive encore à mener la barque !

Quels ont été tes Jeux préférés ?

Séoul (1988), Barcelone (1992) et Sydney (2000).

Dans la peau de qui aimerais-tu passer 24h ?

Franck Dubosc.

Ton surnom ?

En 1988, les coréens m'appelaient le "TGV". Maintenant, c'est "Bob le ouf". En compétition, j'adore m'amuser et amuser les autres !

À quoi te dopes-tu ?

Je m'auto-dope ! Mon dopage c'est mon énergie.

Si tu avais un pouvoir magique, ce serait lequel ?

Me transporter dans tous les pays du monde !

Un moment que tu n'oublieras jamais ?

La finale de Rio en 2016.

Un moment que tu aimerais oublier ?

Aucun. Il faut rebondir, tout ce qui est mauvais peut se transformer en positif.

Le champion des champions ?

Teddy Riner, pour son nombre de médailles et Tony Estanguet pour ses valeurs !

Une autre discipline à essayer, ce serait laquelle ?

La boccia !

Un rituel particulier avant les compétitions ?

En 2004 aux Jeux d'Athènes, le rituel par équipe était de se faire des bisous sur la bouche... Et bing ! Médaille d'or. En individuel, j'ai des rituels selon les compétitions. Pour les para et les championnats du monde, j'aime donner de la joie au public.

Comment te sens-tu avant une compétition ?

Impatient et excité.

Ton arme de prédilection ?

L'épée, c'est l'arme de duel. C'est la première arme que j'ai maniée.

Où te vois-tu dans quelques années ?

Je ne sais pas. Après les Jeux de 2024, je serai en retraite sportive et en 2023 en retraite professionnelle. Je me laisse porter selon les envies, les opportunités, les rencontres...

// Propos recueillis par A. Guyon

BIO EXPRESS

59 ans, né le 10 février 1961.

Profession : Directeur Sportif et événementiel du Levallois Sporting Club.

Club : Levallois Sporting Club. Licencié à la FFH depuis 1980.

PALMARÈS PARALYMPIQUE

1988 : Or en épée individuel et fleuret par équipe et médaille d'argent en épée par équipe aux Jeux de Séoul

1992 : Or en épée par équipe et bronze en fleuret individuel aux Jeux de Barcelone

1996 : Bronze en épée par équipe et argent en fleuret individuel aux Jeux d'Atlanta

2000 : Or en épée par équipe et bronze en fleuret individuel, Jeux de Sydney

2004 : Or en épée par équipe aux Jeux d'Athènes

2016 : Or en épée par équipe, Jeux de Rio

PSYCHOLOGIE**MIEUX VIVRE
LE CONFINEMENT**

La situation actuelle de confinement nous amène à revoir nos habitudes de vie. Elle nécessite d'être attentif à nos ressentis et à ceux de nos proches lorsque c'est possible pour nous. Caroline Olejnik, psychologue clinicienne, nous livre quelques éléments clés pour mieux vivre le confinement, aussi bien dans notre vie professionnelle que personnelle.

STRESSER EST UNE RÉPONSE NORMALE

Il est normal d'être stressé ou anxieux face au fait de rester hospitalisé ou chez soi confiné. La première étape pour aller mieux est de le reconnaître et de l'accepter. Certains ressentiront le besoin de parler, d'autres auront besoin de se distraire ou de s'isoler.

AVOIR UNE BONNE HYGIÈNE DE VIE

Il est essentiel lorsque cela est possible de garder un rythme de vie : se lever et se coucher à heures fixes pour préserver son sommeil. Le repos de la nuit permet une stabilisation de son humeur mais aide aussi le corps à renforcer ses défenses immunitaires. Par ailleurs, limiter les aliments « doudous » (sucreries, gâteaux, etc.) qui donnent une fausse impression de bien-être mais qui déséquilibrent notre organisme et peuvent créer des sautes d'humeurs à court terme et des problèmes de poids à long terme. Manger à heures fixes permet de garder un rythme de vie et cela contribue aussi à réduire le stress.

AVOIR DES ACTIVITÉS

L'activité (écouter de la musique, faire des mots croisés, bouger en fonction de ses capacités, faire des jeux de société, méditer, etc.) permet de s'apaiser et d'occuper son esprit. Il peut être parfois important de se mettre au calme pour faire quelques respirations tranquilles en regardant par la



fenêtre ou en fermant les yeux. Lorsque cela est possible, pratiquer une activité physique est primordial pour sa santé et son équilibre psychique. Ne pas rester à la même place pendant plus d'une heure, en fonction de vos capacités physiques : changer de pièce si possible, aller prendre un verre d'eau, bouger les bras, se lever, se mobiliser sur le fauteuil régulièrement, etc.

LIMITER LES ÉCRANS

Les réseaux sociaux et la communication ininterrompue ne permet pas à l'esprit de prendre le temps de s'apaiser. Par ailleurs,

l'afflux d'informations sur la maladie peut être difficile à digérer et anxiogène par sa répétition : éviter de regarder les chaînes et radio d'information en continu, écouter les flashes d'information (2 fois par jour) afin de rester avisé de l'évolution de la situation et privilégier la radio pour ne pas être envahi par les images notamment pour les personnes anxieuses.

ÉCHANGER, COMMUNIQUER

Privilégier les échanges téléphoniques pour prendre des nouvelles de vos proches, amis, voisins. L'isolement peut accroître des



CAROLINE OLEJNIK

2018-2019 : psychologue clinicienne à la Fondation Santé des Étudiants de France

2008-2018 : psychologue clinicienne à l'APF

sentiments négatifs. Mettre en place des appels/SMS réguliers permet de garder du lien avec ses proches ou des professionnels si besoin. Si vous êtes confinés en famille ou à plusieurs, alterner des temps de convivialité (jeux, temps de repas pris en commun) et des temps de répit seul en fonction de vos propres besoins de contact.

COMMENT PARLER AUX ENFANTS

Il est important de leur expliquer les faits avec des mots simples. Ne rien dire ou penser qu'ils ne peuvent pas comprendre est une erreur car ils perçoivent évidemment les changements d'habitudes de vie et parfois l'inquiétude des parents. Les mensonges sont plus néfastes que des informations adaptées à leur âge.

QUESTIONNER L'ENFANT

Nommer la maladie : le virus comme « un petit ennemi invisible » qui parfois ne fait rien et qui parfois peut faire du mal. Rassurer l'enfant sur la nécessité de suivre les décisions prises

par les responsables. (Principe fondamental de transmission du respect de la loi et du sens civique). Évoquer les possibilités de soins si la maladie se présente.

RÉACTIONS ÉMOTIONNELLES POSSIBLES

Nous ne réagissons pas tous de la même façon face à l'anxiété que peut générer cette situation. Plusieurs possibilités, le déni (faire comme si la maladie n'existe pas ou n'est pas grave), l'hyperactivité (le besoin d'être en activité en permanence), l'altruisme (prendre soin des autres), l'évitement/la fuite (ne jamais en parler), etc. Chacun gère comme il peut, cependant, il faut se rappeler que les consignes de confinement sont nécessaires pour la santé de tous et surtout des plus vulnérables.

Remerciements à Caroline Olejnik, Nicole Prieur et Frédéric Rusakiewicz

Plus d'infos : handisport.org/coronavirus/

Se détendre grâce à l'hypnose

Nicole Prieur, philosophe, thérapeute familiale et hypnothérapeute, vous invite à écouter quatre exercices d'hypnose d'une dizaine de minutes pour vous aider à l'endormissement, à gérer le confinement et à vous détendre.



SITES ET NUMÉROS UTILES



Informations fédérales

www.handisport.org/coronavirus

Site du gouvernement pour s'informer

www.gouvernement.fr/info-coronavirus

Un numéro vert répond à vos questions (non médicales) sur le Coronavirus COVID-19 en permanence, 24h/24 et 7j/7 :

0 800 130 000

LSF / transcription sur : www.gouvernement.fr/info-coronavirus/espace-handicap

Violences sur les enfants

119 ou sur le site internet allo119.gouv.fr

Violences conjugales

3919 ou sur le site internet arretonslesviolences.gouv.fr

Retrouvez toutes les lignes d'écoute et de soutien actives pendant l'épidémie de Covid-19 sur : www.psycom.org

Ligne Éthique Handisport

En cas de violences dans le cadre des activités handisport, pour tout signalement si vous êtes témoin ou victime, vous pouvez contacter désormais le Comité d'Éthique FFH, au numéro vert (gratuit) : **0 805 38 37 30**

En cas de danger immédiat, contactez le 17.



PRÉVENIR LES VIOLENCES SEXUELLES DANS LE SPORT TOUS CONCERNÉS

LES VIOLENCES SEXUELLES DANS LE SPORT NE DOIVENT PAS ÊTRE UN TABOU.

www.sports.gouv.fr

DE QUOI PARLE-T-ON ?

La violence peut résulter ou prendre la forme d'une manipulation, d'une séduction, d'une emprise ou d'un abus d'autorité. L'utilisation de la force et de la menace n'expliquent pas à elles seules la caractérisation d'une violence sexuelle.

Les violences sexuelles regroupent :

- **les agressions sexuelles** : des comportements basés sur l'utilisation de la force, menace, contrainte ou surprise de la part de l'agresseur qui peuvent prendre la forme de viols et/ou attouchements (un baiser, une caresse et autres).
- **les atteintes sexuelles** : des actes de pénétration sexuelle qui ne supposent pas l'emploi de la violence, de la contrainte ou de la menace (suite par exemple à des gestes de tendresse insistants ou des contacts physiques insistants) et qui sont commis par un majeur sur un mineur de moins de 15 ans.

- **Le harcèlement sexuel** : une violence sans impact sur l'intégrité physique de la victime mais qui peut prendre la forme :
 - de chantage dans le but d'obtenir des faveurs sexuelles ;
 - d'invectives et humiliations répétées à caractère sexuel ;
 - d'attitudes d'exhibitionnisme ou de voyeurisme.
- **Le bizutage** : il se caractérise le plus souvent par l'obligation d'accomplir des actes humiliants et dégradants notamment en début d'année scolaire ou de saison sportive.

Tous ces comportements sont punis par la loi.

À RETENIR

- Les agresseurs ne sont pas toujours ceux que l'on imagine. Il peut s'agir d'un homme ou d'une femme, d'un proche, d'une personne de confiance, d'un camarade, d'un encadrant ou d'une personne ayant autorité...
- Les garçons comme les filles peuvent être victimes de violences sexuelles.
- Toutes les disciplines sportives sont concernées.
- Les violences sexuelles peuvent survenir dans des lieux et situations très variés : le vestiaire ou l'internat, en situation isolée

ou dans des contextes collectifs (entraînement, compétition, déplacement) ou encore des temps liés à la culture sportive (fête).

- Plus le délai entre l'acte commis et sa divulgation est important :
 - plus les victimes s'exposent à des traumatismes psychologiques ou difficultés scolaires et des souffrances supplémentaires ;
 - plus le dossier sera long et difficile à instruire sur le plan judiciaire et administratif du fait de l'éloignement temporel des preuves.

Aucune victime de violences sexuelles n'est responsable de ce qui lui arrive.

IMPORTANT !

IL NE FAUT PAS RESTER SEUL AVEC SES DOUTES, SES QUESTIONS, SES INQUIÉTUDES, IL FAUT PARLER DE LA SITUATION RENCONTRÉE OU RAPPORTÉE AVEC LES AUTRES SPORTIFS, PROFESSIONNELS DE SON ÉQUIPE, SA HIÉRARCHIE, SON ENVIRONNEMENT, SA FAMILLE.

ATTENTION !

Aux fausses allégations punissables par la loi. Elles s'observent parfois dans le cas de conflits familiaux ou entre les parents et la structure/l'institution.

POURQUOI BRISER LE SILENCE ?

SI VOUS ÊTES VICTIME mineur(e) ou adulte

- Pour ne plus en souffrir et en être dépendant(e).
- Pour être aidé(e) et vous protéger.
- Pour retrouver votre intégrité.
- Pour que cela n'arrive pas à quelqu'un d'autre ou que cela recommence...
- Parce que ces agissements sont inacceptables, punis par la loi.
- Parce que c'est un droit de se défendre lorsqu'on subit ces actes.

SI VOUS ÊTES TÉMOIN mineur(e) ou adulte

- Parce que c'est un devoir de signaler lorsque vous avez la conviction de la survenance de tels faits.

SI VOUS ÊTES ACTEUR DU SPORT (DIRIGEANT, ENCADRANT, ÉDUCATEUR, PARENT, PRATIQUANT ET AGENT DANS LES SERVICES...), VOUS ÊTES TENU DE :

- **signaler** les actes de violence sexuelle portés à votre connaissance par la victime ou une personne à qui la victime s'est confiée directement auprès du Procureur de la République en l'absence de doute. Sinon, auprès d'un des contacts mentionnés ci-dessous pour bénéficier d'un accompagnement et de conseils :
 - auprès des numéros d'appel d'urgence : dont le 119 pour les mineur(e)s ;
 - auprès de la Cellule de Recueil des Informations Préoccupantes (CRIP) de votre département en lui transmettant une information préoccupante ;
 - auprès d'une autorité administrative (DDCS-PP) ;
 - auprès d'une association.en application de l'article 434-3 du code pénal, pour tout citoyen ; en application de l'article 40 du code de procédure pénale, pour tout agent public.
- **tenir compte des signaux** que la victime pourrait exprimer, sans nécessairement le verbaliser. **En aucun cas, vous ne devez les banaliser ou les sous-estimer.**

JE SUIS **ENCADRANT SPORTIF** : **QUELS RÉFLEXES** DOIS-JE ADOPTER **VIS-À-VIS** DES MINEUR(E)S ?

DOUCHES ET VESTIAIRES

- Respecter la sphère privée, la dignité et la pudeur de chacun.
- S'il n'y a qu'une douche et un vestiaire pour les jeunes et les encadrants, les utiliser à tour de rôle, adultes et enfants jamais ensemble.
- Ne pas aller dans les vestiaires avec des pratiquants. Dans tous les cas, frapper et s'annoncer avant d'entrer.
- Rappeler aux sportifs que participer à se doucher collectivement après l'activité n'est pas une obligation et qu'ils ne sont pas obligés de se dévêtir totalement dans un vestiaire.
- Interdire les prises de vues, photos ou vidéo.

HÉBERGEMENT

- Loger séparément d'une part encadrants, sportifs, et d'autre part garçons et filles.
- Interdire la présence à toute personne non autorisée dans les chambres ou dans les bâtiments.

TRANSPORTS

- Éviter de véhiculer un pratiquant seul.

CONTACTS ET MARQUES D'AFFECTION

- Montrer clairement ses intentions en limitant les contacts à des endroits « sûrs » tel que les mains, les épaules.
- Éviter toute attitude ambiguë dans la relation éducateur-pratiquant (cadeaux...).

QUI CONTACTER ?

VICTIMES MINEUR(E)S

- Le **119** « Enfance en Danger » (7j/7 - 24h/24 - Gratuit)

VICTIMES MAJEUR(E)S

- **3919** « Violences Femmes Info » - Gratuit
- Site gouvernemental - Arrêtons les violences
<https://arretonslesviolences.gouv.fr/>
- Le portail de signalement gratuit, anonyme et disponible 24h/24 du ministère de l'Intérieur :
<https://www.service-public.fr/cmi>

CONVERSATIONS PRIVÉES

- S'assurer d'un accès visuel pour les personnes de l'extérieur, se questionner sur les limites entre « confiance » et « abus de confiance ».
- Interdire le bizutage ou tout acte dégradant.

LES **SIGNAUX DE DÉTRESSE** À REPÉRER

COMPORTEMENTS DE REPLI

- Perte de confiance en soi et envers les autres.
- Perte d'intérêt pour la pratique sportive.
- Perte d'appétit (restriction inadaptée de l'alimentation).
- Évitement vis-à-vis de l'entraîneur, du personnel de la structure, des autres sportifs.
- Isolement au sein du groupe, repli sur soi.
- Comportements autodestructeurs.
- Propos suicidaires.
- Signes de régression (troubles du sommeil, absence de concentration, baisse des performances, retards répétés, absentéisme...).
- Baisse de performance.

COMPORTEMENTS EXCESSIFS

- Surinvestissement ou abandon.
- Boulimie ou anorexie.
- Sur-habillage du sportif.
- Comportement inadéquat (provocation...) et surtout changement soudain, inhabituel et disproportionné.

ACCOMPAGNEMENT ET CONSEILS

- Association Colosse aux Pieds d'Argile
Tél. : **07 50 85 47 10** - E-mail : colosseauxpiedsdargile@gmail.com
Site : <http://www.colosseauxpiedsdargile.org/contact/>
- Association La Voix De l'Enfant
Tél. : **01 56 96 03 00** - E-mail : info@lavoixdelenfant.org
Site : <http://www.lavoixdelenfant.org>
- Association Les Papillons - Tél. : **06 33 53 69 74**
Site et contact : <https://www.associationlespapillons.org/contact>
- Comité Éthique et Sport - Tél. : **06 14 42 01 74**
Site et contact : <http://www.ethiqueetsport.com/contact/>
- Le Comité National Contre le Bizutage
Tél. : **06 07 45 26 11** ou **06 82 81 40 70** ou **06 07 76 93 20**
Site : <http://www.contrelebizutage.fr/contact.php>

SI VOUS ÊTES AGENT DE L'ÉTAT DANS LES SERVICES, ÉTABLISSEMENTS ET FÉDÉRATIONS SPORTIVES ET QU'UN FAIT DE CETTE NATURE EST PORTÉ À VOTRE CONNAISSANCE :

►► **saisir immédiatement** le Procureur de la République sur la base de l'article 40 du Code de Procédure Pénale (CPP) via un signalement. Afin d'être exploitable, ce signalement doit être établi par écrit, son auteur et le service dont il dépend, identifiés, et le contenu du signalement doit être le plus précis possible (état civil de la victime, adresse de son domicile, identité de l'auteur présumé des faits, éléments de contexte sur la révélation des faits), sans empiéter sur l'enquête à venir. Si les faits sont révélés par la victime, il convient de recueillir ses déclarations et de les retranscrire telles quelles, sans les modifier ou saisir la CRIP du département en lui transmettant une information préoccupante ;

►► **engager une procédure administrative** : afin de vérifier la réalité des faits suite à un signalement (direct ou indirect), mise en place d'une enquête administrative par la DDCS/ DDCSPP (représentant du Préfet). Il convient de préciser que le recueil de la parole nécessite des compétences spécifiques. Aussi, un accompagnement in situ par des personnes ressources qualifiées est requis dans l'intérêt de la victime

(cf. liste des associations ci-dessus). Le Préfet (via la DDCS ou DDCSPP) pourra alors prendre un arrêté d'urgence motivé et valable pour une durée limitée à six mois ;

►► **informer la direction des sports** des procédures engagées à l'adresse suivante : signal-sports@sports.gouv.fr

S'INFORMER

Pour plus de précisions sur les procédures, vous pouvez vous reporter au Vade-Mecum réalisé par le ministère des Sports à l'usage des services déconcentrés, des fédérations sportives et des établissements publics de formation dans le domaine du sport :

http://sports.gouv.fr/IMG/pdf/vademecum_violsexsport2018_v2b.pdf

Le ministère des Sports met en place des outils à votre service : <http://sports.gouv.fr/> (rubrique Prévention/Ethique Sportive / Se documenter)

SHOWDOWN

LE SENS DE L'OPPOSITION



Le showdown est un sport individuel d'opposition de raquettes pour les déficients visuels. Discipline encore confidentielle, mais proposée en licence de compétition handisport depuis 2019, elle séduit de plus en plus d'adeptes.

Créé dans les années 70 par deux canadiens déficients visuels, Joe Lewis et Patrick York, le showdown a mis plusieurs décennies avant de faire son apparition en France. C'est au début des années 2000, que le premier club affilié handisport, DeviSport, voit le jour. Depuis 2019, plusieurs associations ont à leur tour développé cette pratique ou se sont créés autour d'elle. Aujourd'hui, on compte une douzaine de clubs, un véritable engouement qui se confirme en peu de temps.

Malgré la méconnaissance de cette pratique et une notoriété encore naissante, la discipline se fait progressivement une place dans le cœur de nombreux adeptes. 22 licenciés pour la saison dernière contre 79 cette année ! Madjid Guitoune, secrétaire du Comité Départemental Handisport de Seine-Saint-Denis et membre de la commission showdown est l'un de ses ambassadeurs de la première heure. « *C'est un sport à la portée de tout le monde. Il ne nécessite pas d'avoir une condition physique extraordinaire.* » Peu connue, elle est souvent comparée à tort au air hockey ou encore au tennis de table. Une comparaison réductrice et trop rapide pour Madjid, « *ce n'est pas un sport adapté pour personnes en situation de handicap comme peut l'être le cécifoot.* »

Pratiqué en mixte (homme-femme, senior, valide-déficient visuel), le showdown exige le port d'un masque opaque et nécessite une balle, deux raquettes rigides, une table de showdown et des gants pour se protéger de la balle sonore remplies de billes en aciers. « *Peu importe son handicap, son âge, son état physique le showdown permet à tous les joueurs d'avoir les mêmes expériences : auditives, de concentration, de maîtrise de soi et de maîtrise de son mental* » confie Madjid. Un mental parfois soumis à rude épreuve. La balle est sonore, rapide et peut vite devenir stressante. « *Si l'on ne garde pas son calme, qu'on ne se concentre pas, on peut vite avoir peur de la balle.* »

LE JEU

De part et d'autre de la table de showdown, les deux joueurs, munis de leur raquette, doivent marquer dans le but adverse. Tout en protégeant leur espace, ils doivent faire glisser la balle dans le camp adverse en suivant le son émis par la balle. Dans le silence, un match se joue en deux ou trois sets gagnants. Les joueurs sont livrés à eux-mêmes et ne bénéficient d'aucun guide.

“
Un sport
à la portée
de tout le
monde.”

DÉVELOPPEMENT DE LA DISCIPLINE

Un groupe de travail a été mis en place pour créer une commission nationale au sein de la fédération, afin de pousser la discipline et d'en augmenter le nombre de pratiquants. En juin 2019, la FFH organisait le premier open de showdown. Une coupe de France devait avoir lieu cette année, mais sera reportée. L'objectif étant qu'un championnat de France puisse voir le jour pour la saison 2020-2021. // **A.Guyon**



Facebook : ShowdownFranceHandisport

♥ COUPS DE CŒUR

À DÉCOUVRIR !



RUNNING GIRL, SORTIR DES CLICHÉS

Découvrez le premier tome de « *Running girl, ma course vers les*

paralympiques », un manga 100 % handisport ! Rin, jeune lycéenne japonaise est amputée d'une partie de sa jambe droite suite à un sarcome osseux. Sur les conseils de son service de rééducation, elle part à la rencontre d'un orthoprothésiste dans un établissement sportif d'athlétisme handisport. Elle y fait la découverte du club handisport des Blade Runners. Grâce à la découverte de prothèses adaptées, et des athlètes handisport, Rin décide de surmonter son handicap et de participer aux Jeux Paralympiques de Tokyo !
À savoir : l'éditeur AKATA apporte son soutien aux actions de la fédération, avec un reversement pour chaque achat jusqu'au 30 septembre 2020.
À lire sans modération !

3 tomes, éditions AKATA, 6.99€

POLIOMYÉLITE, HISTOIRES HUMAINES ET SCIENTIFIQUES

Alain Yelnik, médecin spécialiste en Médecine Physique et de Réadaptation et professeur des universités, raconte l'histoire et donne la parole à ces

personnes en situation de handicap qui combattent la "polio", maladie associée à la mort, la paralysie et à la souffrance. Provoquant un vent de panique dans les années 1950-1960, le sujet est aujourd'hui encore d'actualité. Les personnes en situation de handicap vivant avec les séquelles de la polio sont encore nombreuses, près de 50 000 en France.

Poliomyélite, histoires humaines et histoire scientifique, éditions l'Harmattan, 204 p. 22.50 €

MIEUX ACCOMPAGNER LES DÉFICIENTS VISUELS

Découvrez le nouveau guide « *Savoir-être et savoir guider* » de l'UNADEV (Union Nationale des Aveugles et Déficients Visuels). Un livret indispensable pour apprendre à guider, en toute sécurité et simplicité, les



personnes déficientes visuelles afin de leur apporter l'aide nécessaire. Découvrez des conseils pratiques illustrés. Comment aborder une personne déficiente visuelle ? Comment se présenter ? Quelle position adoptée ? **Unadev.com**

ON A AUSSI AIMÉ...

STORYSIGN, DES HISTOIRES QUI PRENNENT VIE



l'apprentissage de la langue des signes. **"Storysign" est une application gratuite disponible sur Iphone et Android.**

Huawei, en partenariat avec le studio d'animation Aardman Animations, l'association des sourds britanniques, Penguin Book et l'Union européenne des Sourds, a sorti une nouvelle application pour les enfants sourds et malentendants « Story sign ».

Grâce à l'intelligence artificielle, elle leur permet d'accéder au monde des livres tout en facilitant

LE QUIZZ BIEN LU !

1. Quels sont les deux premiers jeux vidéos proposés dans la nouvelle offre sport de la FFH ?
2. À quelles dates les Jeux Paralympiques de Tokyo 2020 ont-ils été reportés ?
3. Quelle est l'arme de prédilection de Robert Citerne ?
4. Qu'est-ce que le showdown ?
5. Jusqu'à quelle date puis-je acheter un ticket de tombola Gagnons Tokyo pour soutenir mon club ?

1. Track Mania Stadium 2 et Pro Evolution Soccer 2020 / 2. du 24 août au 5 septembre 2021 / 3. L'épée / 4. Un sport individuel d'opposition de raquettes pour les déficients visuels / 5. Jusqu'au 31 octobre 2021, en papier et/ou en ligne sur le site de l'opération.



Tél. 01 40 62 76 76 / www.afld.fr

BULLETIN D'ABONNEMENT • **HANDISPORT LE MAG'**

CHOISISSEZ VOTRE FORMULE

- ABONNEMENT** 4 numéros/an : 38 €
- ABONNEMENT PRIVILÈGE**
réservé aux licenciés et associations FFH
4 numéros/an : 24 €
- ABONNEMENT DE SOUTIEN**
Collectivités et entreprises
4 numéros/an, en 4 exemplaires : 286 €

Vous souhaitez consulter le magazine gratuitement en ligne, en version électronique ? Pour être alerté de la sortie de chaque numéro, adressez-nous une simple demande par e-mail à l'adresse : abonnement@handisport.org



GARDONS LE CONTACT ÉCRIVEZ- NOUS

Vous avez des suggestions,
vous souhaitez réagir ?

Écrivez-nous :

redaction@handisport.org

COMPLÉTER LES INFORMATIONS CI-DESSOUS

Merci de nous renvoyer votre coupon accompagné du règlement par chèque à l'ordre de la Fédération Française Handisport à :
Handisport Le Mag' • 42 rue Louis Lumière - 75020 Paris

NOM :

PRÉNOM :

ADRESSE :

VILLE :

CODE POSTAL :

E-MAIL :



Aperçu des principales caractéristiques



Une mobilité dynamique

- Disponible en version 6km/h et 10 km/h.
- Conduite active et manœuvres aisées grâce à la roue motrice pivotante
- Conduite avec fauteuil basculé sur les roues arrière possible pour le franchissement d'obstacles
- Pente maximale : 16%



Autonomie importante

- Autonomie jusqu'à 20 km grâce à l'efficacité du moteur et l'utilisation d'une batterie lithium-ion.



Faible poids

- Seulement 7,2 kg, soit l'une des motorisations pour fauteuil roulant manuel les plus légères du marché



Discrétion

- Petit et discret, positionné sous l'arrière du fauteuil
- Design moderne



Facile à manipuler

- Accrochage et décrochage intuitif de la motorisation et de la télécommande
- Simple d'utilisation grâce à la télécommande ergonomique sans fil



Modification mineure de votre fauteuil

- Kits de fixation de la motorisation et de la télécommande petits et discrets
- Le fauteuil reste utilisable manuellement



Personnalisable

- Personnalisation des paramètres et fonctions complémentaires possible grâce à l'App Mobilité gratuite

Demandez un essai gratuit par mail : contactfr@invacare.com

CARACTÉRISTIQUES CLÉS



EMBLÉMATIQUE

Grâce à son châssis ouvert minimaliste et emblématique ainsi que sa conception légère, le K-Series vous donne la possibilité de profiter des activités quotidiennes ; qu'il s'agisse d'aller au travail ou de vous adonner à vos loisirs, le K-Series vous donne la liberté d'être vous-même.



DYNAMIQUE

Le châssis conserve toujours une géométrie constante et une position fixe par rapport au sol : aucun réglage nécessaire au niveau du châssis. Les roues restent toujours dans la même position par rapport au châssis. Une conception qui apporte une grande rigidité pour des performances de conduite élevées.



CHÂSSIS AVANT HYDROFORMÉ

La nouvelle technologie d'hydroformage offre encore plus de caractère au K-Series. Un look emblématique qui aujourd'hui devient encore plus reconnaissable grâce à ses lignes épurées et poignées ergonomiques à l'avant du châssis. Plus rigide et plus robuste, le K-Series vous offre une expérience de conduite plus exaltante que jamais.



NOUVEAU CONFIGURATEUR VISUEL, VÉRIFIABLE OUTIL DIGITAL

- Personnaliser, configurer le fauteuil comme vous le souhaitez
- Visualiser le fauteuil
- Obtenir une estimation du poids total du fauteuil selon la configuration
- Obtenir un descriptif détaillé de chaque option

Découvrez et testez-le dès maintenant : www.invacare.fr

L'ÉNERGIE QUE L'ON PARTAGE FAIT BOUGER LES LIGNES.



EDF est fier d'être partenaire de la Fédération Française Handisport depuis plus de 25 ans et participe à changer le regard sur le handicap dès le plus jeune âge avec le programme « Un champion dans mon école ».

Devenons l'énergie qui change tout.



 [@EclaironsLeSport](#)
 [@SportEDF](#)