

Résultats et classements

Sport adapté

La journée à Dijon ? " Ils s'en souviendront"

Le jeudi 1er juin, au Creps de Dijon, la Ligue régionale du sport adapté a rassemblé 130 personnes en situation de handicap mental et/ou psychique. Venues avec leurs encadrants, elles sont issues 14 structures et de tous les horizons de Bourgogne-Franche-Comté.

M. R. (CLP) - 12 juin 2023 à 12:06 - Temps de lecture : 2 min



Les Gourmands, une des deux équipes de L'APAJH, association pour adultes et jeunes handicapés de Chalon-sur-Saône. Photo LBP / M. R

Le Foyer "Marie-José Marchand" de Givry porte les couleurs de l'association ADFAAH, qui fédère en Saône-et-Loire plusieurs établissements d'accueil d'adultes en situation

durable de handicap. Pauline Resillot, éducatrice sportive, décrit une semaine type au foyer.

« Ils sont avec moi en atelier sport toute la semaine avec une activité chaque demi-journée : on commence par du sport d'adresse le lundi matin, puis du fitness l'après-midi, ensuite du concept-ball, des jeux de ballon, du ping-pong adapté au Creusot, de la marche et du body gym le vendredi. Du coup, j'ai proposé de venir à ceux qui allaient accrocher à cette journée ».

Magali Chaussinand, éducatrice à l'APAJH, association pour adultes et jeunes handicapés de Chalon-sur-Saône, encadre un groupe de 9 personnes qui ont choisi un nom d'équipe original : les Gourmands.

« Ce matin, les Gourmands ont tardé sur des épreuves. On avait 3 clés à midi. On a mis les bouchées doubles l'après-midi. »

Les effets positifs du sport

« La petite troupe du "DAME Sésame" de Beaune a été constituée en adéquation avec les projets individualisés des participants, leurs envies et les capacités personnelles », explique Charlotte Gudefin, au défi "Roue libre". Marion interprète cet intérêt des jeunes pour le cyclisme : « Nos locaux ne se prêtent pas au vélo ; nous n'avons pas d'espace ; nous disposons seulement de karts à pédales et de trottinettes. Ce défi est une première expérience pour Ismaël et pour Lucas, atteint de troubles du spectre de l'autisme qui découvre le tricycle. On a passé un bon moment ».

Ce que confirme Jessy : « Je n'ai même pas peur. » Dans les rangs des bénévoles, Hervé Carlet, dans le rôle de gardien des coffres du fort, président de "Chalon sport adapté", est un ancien infirmier psychiatrique qui a exercé pendant 10 ans à la commission nationale médicale de la Fédération de sport

adapté : « Cette journée, ils en garderont tous un souvenir. J'ai appris, au contact des médecins et en me documentant, que le sport a un effet positif sur le cerveau. Il permet de développer le volume de l'hippocampe qui est fondamental pour la mémoire. Ils s'en souviendront. »

[Sport](#)[Handicap](#)

À LIRE AUSSI

Découvrez Nouvelle Citroën ë-C4 X Électrique dès...

Nouvelle Citroën ë-C4 X | Sponsorisé

[En savoir plus](#)

Encore plus de Miles, c'est possible

American Express | Sponsorisé

[Voir les offres](#)

Oubliez la tête à fil nylon - cette invention rend le fauchage plus facile et plus rapide

KOSSIKA France | Sponsorisé

Découvrez l'Alfa Romeo Tonale Hybride Rechargeable

Alfa Romeo Tonale | Sponsorisé

Faites le plein d'idées pour votre jardin avec Castorama !

Castorama | Sponsorisé

[En savoir plus](#)

Commandez en ligne votre KONA Hybrid Nouvelle Génération

Hyundai | Sponsorisé