

Les Jeux de Paris 2024

Les sportifs

Nous commençons ce dossier par une présentation de deux sportifs, adhérents de notre association et à la bagarre pour leur qualification pour les jeux paralympiques de Paris 2024

Interview de Cécile Saboureau

Propos recueillis par Philippe et Nicolas

Cécile Saboureau, 40 ans, membre de ADEPA, habite aux Yvelines. Para-triathlète en catégorie PTS2.

ADEPA : Peux-tu te présenter en quelques mots ?

Cécile : J'ai 40 ans. Suite à un accident de voiture en 2004, j'ai subi une amputation fémorale droite tiersmoyen avec atrophie musculaire du pied gauche. En 2021, avant les Jeux Olympiques de Tokyo, j'ai eu un accident de vélo contre un poids-lourd qui a nécessité une arthrodèse des vertèbres.

ADEPA : Qu'est ce qui t'a amenée au triathlon ?

Cécile : Avant mon accident, j'étais cavalière professionnelle en jumping en équipe de France. J'ai continué dans l'équitation, après mon accident, en me spécialisant dans son enseignement, tout en poursuivant à en faire au niveau national pendant plus de 10 ans. Mon rêve de la pratiquer au niveau international fut impossible, car le « para-jumping » n'a pas été sélectionné en discipline paralympique. En 2018, on m'a offert l'occasion d'essayer un genou avec une lame de course. J'ai immédiatement adoré de pouvoir retrouver cette sensation de vitesse en courant. Dès lors, vers quelle discipline pouvais-je m'orienter à 35 ans ? Je pouvais oublier le sprint, car il faut être jeune pour être « explosif ». On m'a parlé du paratriathlon.

Je ne me voyais pas enchaîner 3 disciplines en même

Les Jeux de Paris 2024 sont proches.

Les Jeux Paralympiques y sont intégrés, même si cela échappe quelquefois aux médias. Pour cette raison, l'association ADEPA a mené sa petite enquête, histoire d'apporter quelques précisions au sujet des para-athlètes. Notre enquête a parfois révélé quelques décalages entre ce qu'on imagine des Jeux Paralympiques et la réalité. Pour cela, nous avons interrogé des athlètes, un médecin spécialiste à la fois du sport et du para sport, un fabricant de prothèses, un journaliste sportif.

Par exemple, la part consacrée à l'appareillage spécifique au sport n'est pas assez signalée, avec les coûts et les démarches supplémentaires qu'elle demande. On découvre aussi le contraste entre les athlètes médaillables et ceux qui ne le sont pas. Chacun appréciera les joies et aussi les difficultés propres au handicap en lisant nos articles. Nous signalons au passage le livre sur la préparation des athlètes olympiques, d'Orianne Lopez, que nous avons rencontrée, mais qui n'a pas pu participer directement à notre enquête....



temps, mais je m'y suis quand même mise en juillet 2018 et en septembre, je gagnais les Championnats de France.

ADEPA : Mais tu nageais déjà bien ?

Cécile : Non, je ne nageais pas, je ne courais pas et je ne faisais pas de vélo, au contraire, je détestais le vélo.

ADEPA : Et concernant tes performances, comment te sens-tu ?

Cécile : Dans l'ensemble, ça va. Lors d'une compétition tu es au top de ta forme et parfois tu peux la manquer, jamais rien n'est acquis. Lors des classifications pour le triathlon dans le handicap lourd, nous sommes peu nombreux et comme nos handicaps sont divergents, il faut toujours en faire plus n'ayant pas de sportifs de référence.

ADEPA : Par rapport à Élise Marc, es-tu dans la même catégorie ?

Cécile : Non, pas du tout. Elle est dans une catégorie à handicap plus léger, car les doubles amputés tibiaux sont moins impactés sur la performance pour la simple raison qu'ils ont l'ischion et le quadriceps (muscles arrière et avant) des 2 jambes avec l'articulation des genoux. Il y a de grosses différences surtout à la course à pied. Concernant la natation, elle n'est pas forcément avantagée, car c'est compliqué pour elle, n'ayant pas de pieds pour se propulser. Elle nage de façon équilibrée, alors que moi avec un seul pied, je peux me propulser, mais je suis déséquilibrée. Donc, un amputé fémoral va plus bouger qu'un double amputé tibial. Sur le vélo, elle a un avantage de par la force développée par les muscles de ces deux jambes (ischios et quadriceps). Le vélo de course ne va pas beaucoup l'avantager en comparaison à la course à pied où le double amputé tibial aura une course symétrique qui permet le développement de sa puissance grâce aux muscles et aux genoux. L'amputé fémoral, lui, aura une asymétrie dans sa course, sans pré-flexion du côté prothétique, ce qui implique de jeter sa prothèse contre l'avant et de passer par-dessus. Le poids d'une prothèse tibiale de course se situe entre 1-1,5 kg, alors qu'une prothèse fémorale de course se situe entre 3-4 kg.

Du coup, nous ne sommes pas dans la même catégorie, car elle va concourir avec les PTS4. La difficulté que nous avons à faire comprendre aux gens qui nous comparent avec le para-athlète Pistorius (coureur bi-amputé tibial sud-africain ayant concouru avec des valides), est que pour les coureurs de fond qui font de longue distance, il n'est pas possible de mettre une énergie suffisante à la lame en carbone pour avoir l'effet de restitution. Ceci est possible que sur de courtes distances comme les 100 m, 200 m ou 400 m.

ADEPA : Quel est ton rapport entre ta vie sociale, ta vie sportive et professionnelle ?

Cécile : Il n'y a plus du tout de vie sociale. Il faut savoir s'isoler, car nous sommes demandés par nos partenaires, par les compétitions, par les aléas de prothèses. Bref il y a aussi beaucoup de déplacements. Il faut trouver un juste équilibre, mais ce n'est pas simple de tout satisfaire. Rien ne rapproche le triathlon et ma partie professionnelle, liée à l'équitation.

ADEPA : Concernant tes partenaires, qui sont ceux qui te financent ?

Cécile : Les partenaires qui nous financent veulent s'engager pour le handicap et pour la place des femmes dans le sport, valeurs promues aussi par l'Etat. Les aides financières nous permettent de vivre des reconversions sportives et professionnelles. Du coup le juste retour des choses est que nous, athlètes, nous devenons leurs ambassadeurs.



ADEPA : Quelles sont les difficultés physiques, psychologiques et économiques ?

Cécile : Pour les difficultés psychologiques : je peux dire que plus le handicap est lourd, plus on est coupé du monde. Si nous comparons avec un amputé tibial, lui pourra avoir des performances presque similaires aux valides, il pourra s'entraîner avec eux. Le format de course des para-triathlons étant inférieur à celui du triathlon, même pour le vélo, je ne peux m'entraîner avec eux à cause du risque de me blesser et de compromettre ma préparation. Dans ma catégorie, nous ne sommes que deux en France, ce qui m'oblige à m'entraîner en tenant compte des distances, des vitesses et du temps que je suis capable de faire pour éviter le plus possible de me blesser. Donc pour le 90% de mes entraînements je les fais seule, ce qui est très dur psychologiquement. Pour les difficultés physiques : la charge liée aux entraînements et aux compétitions doit être gérée au mieux pour éviter les blessures avec des séances de renforcement musculaire, de kinésithérapie ou d'ostéopathie pour traiter les problèmes de lombalgies ou de brûlures au moignon (cloques) dus au port de la prothèse.



ESSAIS DE MATERIEL DE SPORT

PARTOUT EN FRANCE

Pieds

Genoux

Lames de sport

...

Course

Paddle

Surf

Wakeboard

Vélo/VTT

Golf

Badminton

Tennis

...

Les prochaines journées Sport

BORDEAUX 9 avril 2024

ROSCOFF 22 mai 2024

TOURS 21 juin 2024

NANTES 22 juin 2024

HYERES 25 juin 2024

BRIVE 26 juin 2024

TOULOUSE 27 et 28 juin 2024

Retrouvez toutes les dates sur proteor.fr

 **Abonnez-vous**
/GroupeProteor



Cécile Saboureau



ADEPA : Combien êtes-vous au niveau international ?

Cécile : Nous sommes quatre filles en catégorie amputée fémorale au niveau mondial. En comparaison, dans les autres catégories qui sont classées en PTS5 pour la moins invalidante à PTS2 pour la plus invalidante, il y aura beaucoup plus d'athlètes. En catégorie PTS5, un athlète peut avoir une déficience à une main ou à un pied, il n'aura pas de problèmes liés au port de la prothèse pour la mettre et l'enlever, ou se blesser.

ADEPA : A quoi correspond une course de para-triathlon ?

Cécile : Un para-triathlon est composé de : 750 m de natation, suivi de 20 km de cyclisme et 5 km de course à pied. Une course peut varier entre 1h20 et 1h40. Tout dépend de sa configuration ou s'il y a du vent. Pour Paris, la partie natation sera fortement impactée lors du retour, car nous serons à contre-courant et il me faudra deux fois plus de temps pour revenir.

ADEPA : Comme tu n'as pas pu participer aux JO de Tokyo, quels sont tes derniers résultats ?

Cécile : Je n'ai recommencé que l'année dernière à cause de mon accident de 2021. J'ai gagné les Championnats d'Europe et même après avoir terminé : 3 fois 1ère, 2 fois 2ème et 1 fois 3ème, je n'avais pas suffisamment de points pour participer au Championnat du Monde de 2023.

ADEPA : Et pour Paris 2024, es-tu qualifiée ?

Cécile : Non, rien n'est encore fait, Paris est en septembre et il y a encore toute cette saison à faire. Les champions du monde et ceux qui ont terminé 2ème sont sélectionnés d'office, mais pour les autres, il y a tout à faire pour se qualifier.

ADEPA : Sur le plan médiatique, es-tu reconnue ?

Cécile : Oui, je suis fréquemment interviewée, les partenaires ont besoin de supports de communication pour être visibles.

ADEPA : As-tu des partenaires qui t'aident ?

Cécile : Ottobock m'aide pour tout ce qui touche la partie prothèse de sport. J'ai un contrat d'insertion professionnelle avec Décathlon et lorsque nous sommes reconnus comme athlètes de haut niveau par le Ministère des Sports, nous pouvons obtenir un contrat aménagé qui nous permet de nous entraîner. Par contre, je dois financer moi-même le reste du matériel, comme l'achat du vélo de course. Par semaine, je fais : 3 à 4 sessions de course à pied, 5 fois du vélo, 5 fois de la natation et 3 à 4 fois de la préparation physique. Et bien sûr je dois aussi travailler.

ADEPA : Avec tous tes partenaires, arrives-tu à boucler un budget ?

Cécile : Je dois travailler plus et accepter de nouveaux partenaires au détriment de mes entraînements. Tout ceci prend du temps et de l'énergie. Mais grâce à ça, je peux suivre les entraînements que les sportifs de haut niveau doivent effectuer pour performer, pour se préparer au mieux pour les Jeux. Un séjour d'entraînement à Lanzarote se compose quotidiennement de 45 minutes de course à pied, 2h-4h de vélo et 1h30 de natation. Pour le para-triathlon, le budget est important, j'ai besoin de 90.000€ pour financer ma saison. Ce sont trois sports en plus de toute la partie prothétique que je dois financer.

ADEPA : Alors tu es une sportive de haut niveau mais non professionnelle ?

Cécile : En effet, je dois quand même travailler pour pouvoir gérer mon quotidien.

ADEPA : De manière plus large, que penses-tu de la formation pour le sport adapté pour le handicap ?

Cécile : C'est bien parce que c'est une ouverture sur le sport, mais il doit être plus spécifique. Les formations traitent de manière large le handicap, qu'il soit sensoriel, moteur ou mental. De plus même si l'on suit une formation spécifique, chaque handicap est différent et doit être traité en tant que tel.

ADEPA : Sachant ton emploi du temps très chargé, nous te remercions infiniment d'avoir pris du temps à nous parler de toi.

Interview Loïc Vergnaud

Propos recueillis par Philippe et Nicolas

Loïc Vergnaud, 45 ans, ancien membre de ADEPA, est originaire de Roanne. Il est amputé tibial droit au tiers supérieur depuis une vingtaine d'années. Après avoir pratiqué le foot en béquilles, il se lance dans le handbike (vélo couché).

ADEPA : Qu'est-ce qui vous a décidé de passer au handbike ?

Loïc : Je pratique depuis 13 ans le handbike en position à genoux. J'ai commencé en position coucher. Depuis 2017, les classifications internationales obligent à être à genoux. Un ami de la famille, paraplégique faisait du handbike. Il a même été un des premiers à en faire. Comme il faisait partie d'un club, il a pensé que cela me plairait. Mon handicap était fait à 100 % pour le handbike. Il m'a prêté un handbike du club de Roanne. Mes premiers tours de roue ont eu lieu en 2010 et mes premières compétitions en 2011. Le club Handisport roannais dépend de la fédération française Handisport. Pour les compétitions nationales et internationales, le club est affilié à un club valide qui dépend de la FFC, Fédération Française de Cyclisme. Il est affilié au CR4C, le club de Roanne de vélo (Club Routier des 4 Chemins de Roanne). L'équipe de France de paracyclisme inscrit les participants.

ADEPA : Quelle part la préparation prend-elle sur la vie sociale et professionnelle de tous les jours ?

Loïc : Au début, je travaillais à plein temps. C'était du 2/8. Matin et après-midi travail ; le reste du temps, vélo. Pendant huit ans (5 ans en 2/8 et 3 ans à mi-temps), il y avait des coupures, parce que je n'avais pas de travail. Mon boulot était la maintenance ou le montage mécanique, puis j'étais technicien sur cycles. Il y avait des problèmes pour trouver du temps pour les compétitions : on voulait que je les prenne sur les congés payés, pas sur des temps de congés sans solde. La Caisse d'Épargne est arrivée au bon moment. Le paracyclisme est aujourd'hui mon travail. Depuis 2019, j'ai arrêté mon ancien emploi car j'ai reçu une bourse en mécénat de la Caisse d'Épargne Rhône-Ardèche pour m'aider jusqu'aux Jeux 2024. Ceci a aussi permis de franchir un échelon dans les performances et d'accéder aux 5 meilleurs mondiaux, puis aux podiums. Cela fait partie de ma vie. De plus, depuis un an et demi, je suis embauché dans l'équipe de France Douane comme contractuel, pour pratiquer mon sport. On peut considérer que je suis un professionnel du paracyclisme. Ça me prend 6 jours par semaine, environ 48 semaines par an : 15 à 25 heures de sport et à côté, entretien du handbike. Avant l'accident, j'étais technicien d'entretien cycles. Pour cela, je suis seul. Je peux avoir besoin de pièces. J'ai deux vélos. Un magasin proche m'aide (matériel, pneus, tout ce qui est

consommable). Pour les grosses pièces, il y a deux grosses marques (Carbon Bike et Carbon Master). Les roues sont des roues basiques, un peu adaptées. Mais pour l'ensemble, il n'y a que moi qui touche le vélo, sauf parfois pendant les compétitions où je laisse les mécanos de l'équipe de France s'en occuper pour le régler.

ADEPA : Et pour la vie familiale ?

Loïc : Je suis marié et nous avons deux enfants de 17 et 12 ans. C'est un rythme de boulot. La journée commence à 8h30 et finit à 17h, 6 jours par semaine. Les dimanches se passent en famille. Les samedis, j'essaie de raccourcir le temps de travail pour passer la soirée en famille. Dans l'année, il y a les stages et les courses. Quand les enfants étaient petits, nous avions un camping-car et la famille suivait. Aujourd'hui, pour les grands événements, ma femme arrive à me suivre en adaptant son propre travail. C'est la « Team Vergnaud ». Ma femme me nourrit, assume les arrières (linge, ménage, etc.) : il faut une tenue par jour, une nutrition adaptée. Au moment des courses, elle fait un peu le porte roues, etc. Notre vie tourne autour de mon travail et de ma passion. Les semaines de vacances n'ont pas lieu en plein été, parce qu'il y a les courses. Elles se passent souvent au mois de novembre et il y a des petites coupures au mois de Juin avant les compétitions. Cela fait longtemps que je ne suis pas parti en été pour de pleines vacances. Notre fils de 17 ans est moins enclin à partir avec la famille. Cette année, nous avons pu partir à la neige. L'an passé, j'étais aux Championnats du Monde au Canada, et la famille est venue me rejoindre après les compétitions pour profiter du voyage... C'était la troisième fois que j'allais au Canada et la famille n'était jamais venue. Pendant les courses, on ne profite pas des paysages : on arrive, on fait la course et on repart. On ne visite que rarement.

ADEPA : Qui sont vos soutiens ?

Loïc : Je suis soutenu par la Caisse d'Épargne Rhône-Alpes-Ardèche, par le club Handisport roannais (depuis le début : matériel, argent pour les courses...), par le Département de la Loire depuis 10 ans (achat matériel, etc.), l'agglomération roannaise, la Fédération Française Handisport par le biais de l'ANS (Agence Nationale du Sport), les maisons régionales de la performance, et bien sûr les douanes qui m'embauchent depuis un an et demi.

ADEPA : N'est-ce pas un gros boulot d'aller à la pêche au mécénat, aux dons, aux aides financières ?

Loïc : Je n'ai jamais été bien doué dans ce domaine. Des

connaissances m'ont permis de trouver La Caisse d'Épargne à travers la Fédération. La BPCE voulait soutenir une centaine d'athlètes pour les JO de Paris par la « bourse de performance », une association qui aide à défiscaliser. Tous les athlètes sont traités à égalité. La Douane, c'est pareil : via la Fédération. CV, entretiens. Les partenaires sont arrivés après les Jeux de Tokyo. Les JO demandent une préparation d'une saison. Elle commence dès février 2024. Je ne suis pas sélectionné officiellement, mais il ne faut pas attendre d'être sélectionné pour se préparer. La sélection officielle a lieu début juin. Les résultats vont jouer. Les Coupes du Monde seront finies et la France aura un nombre de places en fonction des résultats masculins. Une commission décide à partir des critères de performance des Coupes du Monde depuis 3 ans. Il y a une première partie de la saison pour être en forme au mois de septembre (stages et dernières Coupes du Monde) ; puis il y aura les Championnats de France, un stage de 2 à 3 semaines du 5 au 25 Juin. Et les Jeux commencent à partir du 4 septembre. Les épreuves de paracyclisme ont lieu du 4 au 7 : le contre la montre le 4, la course en ligne le 5 ou le 6, et le relais le 7. Les épreuves ont lieu à Clichy sous-bois.

Parcours de 13,9 km. Pour se préparer : le chrono, une ou deux fois ; la course en ligne, 5 ou 6 fois. Le relais est dans le centre de Clichy, sur 1,8 km.

Je ne sais pas si ce sera diffusé à la télévision.

ADEPA : Quelles sont les difficultés physiques, économiques, psychologiques ?

Loïc : Je me sens bien soutenu. Peut-être manque-t-il de visualisation sur la façon dont ça va se passer. Le programme est encore flou : quelle tenue ? etc.. À titre personnel, je n'ai pas trop de soucis parce que je suis au plus haut niveau depuis 5 ou 6 ans, et j'ai fait les JO de Tokyo : c'est une pression en moins.

ADEPA : Y a-t-il eu un suivi après les JO de Tokyo ?

Loïc : Après et déjà avant les JO de Tokyo, j'étais dans la liste « élite » ministérielle des sportifs de haut niveau : d'où un encadrement, le soutien de l'ANS (Agence Nationale du Sport). Les aides sont acceptées ou pas, selon la place dans la hiérarchie sportive française... On est médaillable, pas médaillable. Ce sont eux qui décident du budget qui sera alloué.

ADEPA : Et au niveau de l'appareillage ?

Loïc : Au niveau du moignon, pour le handbike, je n'ai pas la prothèse. Le moignon est déplié, il peut y avoir des petits problèmes de frottement. Je suis dans une coque et ça bouge un



peu : elle est comme une grosse prothèse faite sur mesure. J'ai travaillé avec Ottobock et Chablotz à Lyon. Ils ont moulé une coque en carbone et des mousses adaptées à la morphologie parce que je souffrais au niveau de l'appui des genoux et pour le confort. Ensuite l'ensemble a été refait d'un seul tenant par un constructeur, parce que c'étaient des pièces rapportées. La coque a été redécoupée pour être plus près du corps. Le siège a été refait. Depuis une semaine et demie, je l'essaie et j'y suis bien.

ADEPA : Pouvez-vous rappeler les résultats de ces dernières années ?

Loïc : J'ai eu trois médailles d'argent à Tokyo, une en contre la montre, une dans la course en ligne et une en relais par équipe mixte ; cinq victoires en Coupe du Monde et des médailles ; quatre titres de vice-champion du Monde ; trois titres de vice-champion d'Europe ; Champion du Monde et d'Europe en relais, en 2022. Et 14 titres de Champion de France ; un tour des Flandres para-cycliste... Un européen, un jeune hollandais me domine souvent. Nous sommes une vingtaine d'athlètes dans ma catégorie, une dizaine à batailler et trois ou quatre à sortir du lot, dont deux néerlandais, dont l'un est vraiment au-dessus. De plus, il est un peu aidé par son collègue, ce qui est compliqué pour les courses. L'année de Tokyo, il est passé devant moi !

ADEPA : Quel a été l'impact médiatique ?

Loïc : Après Tokyo, j'ai été très sollicité dans ma région et un peu en France. Mon nom sort parmi les médaillés paralympiques. On me demande des sensibilisations, parfois très loin. Alors je fais des visios. On me demande pour des écoles, pour des entreprises, pour donner des conférences. Je ne suis pas reconnu dans la rue. Avec le casque et le vélo, je suis vu, mais en civil, non. Un ami médaillé en haltérophilie, Axel Bourlon, personne de petite taille, lui, est vite reconnu dans la même région. Nous représentons tous les deux l'agglomération roannaise.

« déjà avant les JO de Tokyo, j'étais dans la liste « élite » ministérielle des sportifs de haut niveau : d'où un encadrement, le soutien de l'ANS »





ADEPA : Avez-vous des liens avec d'autres athlètes paralympiques ?

Loïc : Non, j'ai peu de relations. Je connais Cécile Saboureau, croisée à Ottobock. J'ai rencontré Élise Marc quelquefois dans des stages. Les emplois du temps sont chargés (programmes d'entraînement, compétitions, etc.). Même avec mon ami de Roanne, nous nous voyons très peu. Je côtoie surtout les athlètes para-cyclistes.

ADEPA : Quel est votre avenir avec les douanes ?

Loïc : Les Douanes veulent simplement des résultats. Dans tous les ministères, l'Armée, la Gendarmerie ou la Police par exemple, il y a des équipes de champions. Ils ont des contrats réservés à des sportifs de haut niveau, plus ou moins nombreux en fonction de la taille du Ministère. Aux Douanes, ils ont négocié 40 athlètes. Historiquement les Douanes ont plutôt soutenu des skieurs (Pintureau, Fillon-Maillet, Justine Braisaz et Julia Simon aussi). Puis ils ont élargi au judo, à la natation et au handisport (deux athlètes). Ils soutiennent de deux manières : soit à travers des contrats où les athlètes sont complètement donnés à leur sport ; soit par des CIP, des contrats d'Insertion Professionnelle : temps dégagé pour le sport, mais aussi temps pour un emploi. SNCF et EDF pratiquent beaucoup ce deuxième cas.

ADEPA : Y a-t-il possibilité de reconversion après le temps sportif ?

Loïc : Pas dans les douanes. Il n'y a pas de centre de douanes à Roanne. Mais il y a des opportunités pour les concours. 45 ans est la moyenne haute dans le parasportif. Cependant il y a de plus en plus de jeunes, parce que de nombreux autres pays s'y mettent.

ADEPA : Merci beaucoup de nous avoir consacré du temps pour ce témoignage.



« J'ai eu trois médailles d'argent à Tokyo, une en contre la montre, une dans la course en ligne et une en relais par équipe mixte ; cinq victoires en Coupe du Monde et des médailles ; quatre titres de vice-champion du Monde ; trois titres de vice-champion d'Europe ; Champion du Monde et d'Europe en relais, en 2022. Et 14 titres de Champion de France ; un tour des Flandres para-cycliste... »



Allez partout !

Cheetah Xplore®, le pied polyvalent pour toutes vos activités.

© BRICE_MARMONNIER_HANDISPORT

Cheetah Xplore® est 100% waterproof!*



*Cheetah Xplore® est entièrement résistant à l'immersion dans l'eau douce, chlorée ou salée. Les dispositifs médicaux Össur sont des produits de santé réglementés qui portent le marquage CE. Demandez conseil auprès d'un professionnel de santé.

Découvrez Cheetah Xplore®



go.ossur.com/xplore

Interview de Constance Amelon-Petit

Propos recueillis par Nicolas

Constance Amelon-Petit est médecin responsable du pôle Parasport Santé à l'Hôpital Raymond Poincaré-ISPC. Elle est à la fois MPR (Médecine Physique et de Réadaptation) et médecin du sport. Elle connaît ADEPA suite à un temps passé au Centre de Réadaptation de Valenton (Institut Robert Merle d'Aubigné).

ADEPA : Est-ce que vous suivez un athlète ou plusieurs athlètes ?
Constance : Je suis médecin de réadaptation et médecin du sport. Depuis deux ans et demi, je suis responsable d'une unité dédiée au sport et au handicap. Il s'appelle le pôle Parasport Santé, à l'hôpital Raymond Poincaré, à Garches.

L'objectif est d'accompagner toutes les personnes en situation de handicap qui viennent nous voir dans leur projet de pratique d'activités physiques et para sportives : les enfants, les personnes qui n'ont jamais fait de sport de leur vie, personnes en fauteuil qui n'ont jamais bougé, etc. Très varié. Nous avons aussi beaucoup de parasportifs de haut niveau qui viennent soit à titre individuel, soit envoyés par leur fédération. Nous avons aussi des jeunes participant à la relève. Donc oui on accompagne des parasportifs : des personnes avec des malformations, avec des amputations, avec des troubles neuro-orthopédiques, divers handicaps.

Les fédérations nous adressent des parathlètes pour voir s'il y a des particularités à prendre en compte du fait de leur handicap sur le plan médical, fonctionnel et physiologique, s'il y a des vigilances médicales mais aussi technique concernant leurs appareillages, leur préparation physique ou les adaptations de leur quotidien...

Nous les accompagnons dans un objectif de prophylaxie de la contre-performance. Ceux qui sont extrêmement bien préparés sont assez rares. Nous soulevons des points de vigilance médicaux, techniques et/ou sportifs. Selon les problématiques et le suivi habituel des parathlètes, soit nous les réorientons vers les équipes référentes de leur suivi habituel soit à des équipes proches de chez eux, soit nous les accompagnons dans notre service. Sont passés par le pôle, des paracyclistes, des para escrimeurs, des para rameurs, des para triathlètes, des cavaliers de para dressage, le para Taekwondo, des para hockeyeurs sur glace, des para skieurs...Tous nos bilans sont faits en équipe, en plus de la clinique nous faisons beaucoup de bilans métrologiques dans la pratique sportive. Comme médecin, je ne peux pas faire



grand-chose seule. Nous avons besoin d'enseignants en activités physiques et d'ergothérapeutes, d'appareilleurs, de notre ingénieur en biomécanique. Nous réfléchissons toujours au moins à trois du fait de la complémentarité des expertises de chacun : une expertise médicale, une expertise technique, une expertise sportive au minimum.

ADEPA : Quelles sont les plus grosses difficultés rencontrées par les athlètes ?

Constance : La plus grosse difficulté est la non-connaissance du retentissement des handicaps des parasportifs par leur staff, qui peut entraîner des appareillages et/ou la préparation physique non adéquats, il y a parfois aussi une rupture du suivi médical pouvant engager le pronostic fonctionnel voire le pronostic sur le plan de la santé qui peuvent amener à des contre-performance lors des compétitions ou de vrais sur handicap. Un autre risque est la non prise en compte du quotidien de ces athlètes qui a un rôle très important dans leur objectif de performance.

ADEPA : Les athlètes sont-ils accompagnés sur le plan psychologique ?

Constance : Les athlètes qui viennent ont déjà un staff technique autour d'eux. La préparation mentale et psychologique est faite ailleurs. En Île-de-France, ils sont suivis à l'INSEP (Institut National du Sport, de l'Expertise et de la Performance). Du fait des antécédents de chacun des parasportifs, il y a un vrai besoin d'accompagnement psychologique. Dans notre service, il n'y a pas encore de soutien psychologique. C'est une activité que nous aimerions bien avoir. Nous ne pouvons pas répondre à cette demande et nous orientons vers l'INSEP où il y a plusieurs psychologues.

ADEPA : Combien êtes-vous ?

Constance : Dans le Pôle Parasport Santé, nous sommes à peu près 15. Deux médecins physique et réadaptation (MPR) et médecin du sport, des enseignants en activités physiques adaptées; un ergothérapeute; une kinésithérapeute; un infirmier; une assistante sociale; un infirmier, un ingénieur en biomécanique, une diététicienne... Et il y a des personnes extérieures. Par exemple des appareilleurs



pour les orthèses, les coques de pratiques sportives, les prothèses en Île-de-France. Ceux qui sont suivis en dehors de l'Île de France on se met en lien avec eux en visio, etc. Les appareilleurs sont externes à la structure. Ils sont libéraux. Nous travaillons aussi avec des revendeurs de fauteuils.

Les parasportifs de haut niveau qui viennent nous voir ont généralement un staff sportif autour d'eux.

Nous apportons des conseils, des recommandations, des éclairages, des vigilances médicales. Souvent les staffs ont des entraîneurs qui ne connaissent pas le handicap, ni l'appareillage. Par exemple, pour une athlète en canoë, nous avons étudié la prothèse de vie, mais aussi une prothèse de préparation physique, une prothèse pour courir et une prothèse de kayak dans l'idée qu'elle performe le plus possible tout en faisant attention du point de vue de vigilances médicales qui pourraient la blesser et la mettre en danger.

C'est pareil pour ceux qui font de l'athlétisme. Nous en suivons une qui présente une malformation congénitale du membre inférieur et qui a besoin d'un appareillage ortho-prothétique. Son orthoprothèse de ville n'est pas du tout pareil que celle pour sa préparation physique, ni celle pour courir, ni celle du lancer du poids. Nous avons un ingénieur en biomécanique qui nous aide pour tous ces appareillages spécifiques. J'apporte les points de vigilance médicaux, l'enseignant en APA avec le staff sportif apporte un éclairage sur les contraintes de la pratique sportive et les critères de performance, et l'appareilleur intervient avec ses compétences techniques et puis l'appareillage, l'ingénieur mettra en place des solutions d'analyse permettant de s'assurer que l'appareillage respecte les vigilances médicales tout en permettant de répondre aux critères de performance.

ADEPA : Comment tout cela se finance-t-il ?

Constance : Nous sommes financés par la Sécurité Sociale. Si les parasportifs et personnes en situation de handicap souhaitant pratiquer une activité physique sont mal accompagnés, le risque est la blessure, le sur handicap et un engagement du pronostic fonctionnel de ces personnes avec un retentissement sur leur autonomie future. Et nous avons des exemples ! Nous avons reçu des personnes non accompagnées ou mal accompagnées qui ont eu des dommages importants...

Nous évaluons les risques et nos bilans sont pris en charge par la Sécurité Sociale pour que les bénéfices d'une pratique d'activité physique soient supérieurs aux risques induits par une pratique mal adaptée au handicap de ces personnes.

« La plus grosse difficulté est la non-connaissance du retentissement des handicaps des parasportifs par leur staff, qui peut entraîner des appareillages et/ou la préparation physique non adéquats »

L'appareillage « de sport » en tant que tel n'est pas pris en charge par la Sécurité Sociale. Mais avec des argumentaires, on y arrive. De façon assez amusante, ça passe mieux pour les enfants et les non pratiquants que pour les parasportifs de haut niveau. Grâce à nos bilans, nous commençons à avoir de l'expérience et des connaissances mais aussi une reconnaissance lors de nos demandes d'appareillage sur devis atypique.

En revanche, les parathlètes de haut niveau ont des financements par sponsoring. L'Agence Nationale du Sport (ANS) peut financer leur appareillage. Ils n'ont pas trop de problèmes. Ceux qui rencontrent des problèmes, ce sont ceux qui ne sont pas encore reconnus à un haut niveau.

ADEPA : Exemple : deux de nos interviewés ne sont pas au même niveau... Ce décalage est important à signaler...

Constance : L'ANS aide dès qu'ils sont médaillables, mais pour être médaillable, il faut déjà être très fort.

ADEPA : vous personnellement, comment êtes-vous arrivée à cette activité ?

Constance : J'ai fait des études de médecine avec un internat de médecine physique et de réadaptation (MPR) ou je m'orientais plutôt vers la prise en charge des enfants. À la fin de l'internat, j'ai eu la chance de travailler à Valenton (94) à l'époque du Dr Chiesa, je m'occupais d'une salle d'hospitalisation complète et de la consultation pédiatrique. Le Dr Chiesa partait à la retraite. Il est une véritable encyclopédie en appareillage prothétique de vie et de sport et j'ai la chance de travailler encore avec lui aujourd'hui à Garches.

J'avais fait un peu de médecine du sport pendant l'internat, Ça m'avait plu, mais sans le handicap ça ne m'intéressait pas assez ! En médecine du sport, personne ne connaissait le handicap et en MPR, on ne prêtait pas assez d'importance au sport. Ça commence à changer, mais à l'époque c'était comme ça. Ma capacité de médecine du sport m'a permis d'obtenir les deux compétences. Or à Valenton, beaucoup de parents demandaient des certificats de contre-indication à l'EPS (Éducation Sportive), au sport. Je répondais « non, c'est dommage » ... Votre fils amputé tibial peut faire du sport comme tout le monde, il est possible de faire du sport, même quand on n'est pas debout, même quand on est en fauteuil !

Je me suis lancée sur cet axe, Le Comité sportif paralympique français (CSPF) m'avait demandé si j'étais intéressée pour être médecin coordinateur au CSPF. J'ai sauté sur l'occasion, j'y ai beaucoup appris sur le monde du sport et du parasport. Un monde très politique.

ADEPA : que voulez-vous dire par « politique » ?

Constance : Je faisais partie d'une institution où mes missions étaient de faire la promotion du parasport, d'organiser et gérer l'encadrement médical autour des déplacements des délégations françaises, etc. J'ai compris qu'il y avait des différends qui pouvaient compliquer les messages et l'accès à la pratique des personnes en situation de handicap du fait de positionnements des fédérations entre elles, des missions données aux différentes instances etc. Je ne vais pas m'étaler là-dessus, mais c'est important d'essayer de comprendre pourquoi l'accès à la pratique des personnes en situation de handicap est si compliquée. Mais tout ça avance mieux et dans le bon sens maintenant, grâce au jeu paralympique de Paris aussi !

ADEPA : étonné que cette question soit seulement soulevée aujourd'hui et à ce niveau.

Constance : Si ! Et encore aujourd'hui dans les clubs et associations, le fait d'accueillir des pratiquants en situation de handicap, repose encore trop sur la motivation de quelques personnes parfois seules dans la structure. Par exemple, dans un club qui marche super bien, si la personne qui s'occupe de la session ou de l'accueil des personnes en situation de handicap s'en va, la session a toutes les chances de fermer.

ADEPA : oui, j'ai l'expérience dans un club d'aviron.

Constance : Une dernière information sur le très haut niveau.

Il y a beaucoup de parathlètes de haut niveau qu'on suit de façon commune avec l'INSEP. Ils gèrent beaucoup de choses là-bas sur le plan médical mais ils nous les adressent pour l'appareillage, la reprise en compte de l'ergonomie du quotidien, les questions médicales spécifiques de certains handicaps donc pour notre expertise de service pluridisciplinaire de médecine physique et de réadaptation.

On parle beaucoup de l'appareillage de sport, mais en fait un parathlète en fauteuil peut faire jusqu'à 15 transferts dans la journée auxquels il faut ajouter la préparation physique avec souvent une charge importante mise sur les épaules, il sursollicite ses épaules... nous sommes aussi là pour nous assurer que tout le quotidien de la personne est pris en compte pour et dans sa pratique sportive et souvent nous proposons des adaptations pour le quotidien en plus de celles pour la pratique sportive.

Nous sommes complémentaires et nous répondons aux questions qu'on nous pose. Nous avons des personnes qui nous sont adressées de services différents. Nous n'intervenons pas dans les prises en charge, mais nous réfléchissons pour la pratique du sport. Nous avons ramené des sportifs de haut niveau vers un reprise du suivi médical, parce qu'ils avaient abandonné le suivi médical depuis longtemps, suivi pourtant nécessaire pour leur permettre de ne pas contre performer du fait de leur pathologie et handicap.

ADEPA : Merci beaucoup pour votre disponibilité et de nous avoir apporté toutes ces précisions du point de vue médical.



Ortho Europe

Innovation that moves you

Présentation du META Arc Maintenant disponible en France!

META Arc

Le tout premier pied monobloc rencontre la première cheville polycentrique pour une performance ultime tout en alliant adaptabilité et stabilité.

by WILLOW WOOD.



Préparez-vous aux Jeux Paralympiques 2024 avec la lame de course **Obsidian** destinée aux athlètes !

Sa lame fendue épousant les virages et sa propulsion au moment du départ poussent l'athlète à un nouveau niveau. Conception dynamique en composite de Carbone !

by *Fillauer*.



Service technique auprès des athlètes : Ottobock aux Jeux paralympiques de Paris 2024

Ottobock & les Jeux Paralympiques

Partenaire technique des Jeux paralympiques d'été et d'hiver depuis 1988, Ottobock assure le service technique auprès de tous les athlètes et membres de la famille paralympique pour les réparations et le suivi de leurs fauteuils roulants, orthèses et prothèses.

Avec une équipe internationale constituée de plus de 150 collaborateurs venus de 24 pays différents, Ottobock sera à nouveau présent sur Paris 2024 avec un service de réparation dans le Village Paralympique et sur plusieurs sites de compétition.

Des techniciens orthopédiques expérimentés, des spécialistes des fauteuils roulants et des soudeurs veilleront à ce que l'équipement des athlètes soit réparé et entretenu de manière professionnelle et gratuite, avant et pendant les compétitions, quelle que soit leur nationalité et la marque de leurs prothèses, orthèses et fauteuils roulants.

Grâce à cet engagement pris depuis plus de 35 ans, Ottobock permet aux athlètes de se concentrer pleinement sur leur performance et les compétitions, dans un vrai esprit sportif et équitable.

En route pour Paris 2024, du 28 août au 8 septembre 2024

Durant les 11 jours de compétitions, l'équipe technique d'Ottobock prévoit plus de 2000 réparations au total, et jusqu'à 200 les jours de pointe.

Aucune réparation ne ressemble à une autre : quelque 4400 athlètes concourront dans 22 sports différents en utilisant divers appareillages individuels et personnalisés. Les services offerts iront ainsi, du simple gonflage d'un pneu de fauteuil roulant à des réparations plus complexes sur des prothèses de sport. Ces tâches exigent de l'expertise et la capacité de travailler sous forte pression, voire parfois aussi un grand talent d'improvisation. L'équipe travaille par roulement afin de pouvoir aider les athlètes 24h/24, 7j/7.

En plus de l'atelier principal situé au sein du Village paralympique, l'entreprise installera des ateliers plus petits sur les sites de compétition afin d'assurer les « premiers secours » sur place et disposera également d'un atelier mobile totalement équipé.

Aperçu de l'envers du décor | Tokyo 2020

- Un atelier principal de 700 m² pour les réparations, l'entretien et le dépannage
- Une équipe de 106 techniciens, originaires de 24 pays
- 22 langues parlées
- 18 tonnes d'équipements et de machines, par exemple des fraiseuses, des scies à ruban, un four pour thermoformage à infrarouge, des perceuses à colonne et du matériel de soudage.
- 17 300 pièces de rechange, allant des vis aux prothèses de genou et en passant par les fauteuils roulants
- 2083 réparations réalisées, avec jusqu'à 200 réparations les jours de pointe
- Ouvert de 8 h à 23 h, avec une ligne d'urgence 24 h/24
- Un service disponible sur 23 jours au total



28 Julian Napp, directeur du Technical Repair Service Center à Tokyo ajuste une prothèse de sport



L'équipe technique d'Ottobock comprend également des soudeurs parmi ses techniciens.



Les experts d'Ottobock assurent les conditions techniques pour que les athlètes puissent se concentrer sur la compétition.



Les experts techniques préparent les équipements sportifs. Ici, le technicien vérifie la jante d'un fauteuil roulant.

Interview :

MATTHIEU LARTOT

Propos recueillis par Nicolas & Philippe

Matthieu Lartot est journaliste à France Télévision. Il est amputé fémoral et raconte dans un livre son combat (voir la boutique de notre numéro). Il commentera les Jeux Paralympiques et nous apporte un témoignage précieux sur l'évolution médiatique de ces Jeux.

ADEPA : Peux-tu nous expliquer ton amputation ?

Matthieu : Il est dû à une récurrence d'un sarcome synovial que j'avais eu à 17 ans. En avril dernier, il est revenu de manière très agressive. J'ai donc subi une amputation transfémorale très haute le 16 juin dernier, il me reste 14 cm de moignon. Aujourd'hui, je suis équipé d'un genou C-Leg. Il me permet une autonomie assez importante puisque je marche entre 8 et 10 km par jour. Et je découvre ce monde du handicap et notamment le grand appareillage orthopédique.

ADEPA : Connais-tu le monde du handicap et celui des parasportifs ?

Matthieu : Mon handicap initial était invisible puisque j'avais une prothèse massive de reconstruction. J'avais une jambe quasiment raide, 20 à 30° de flexion. J'étais déjà un peu confronté à ce monde-là. Le lien que j'avais avec le parasport était un lien professionnel. Mes activités avec France Télévision m'ont amené à rencontrer des athlètes paralympiques. Par exemple Charles Rozoy (nageur), Alexis Hanquiquant (triathlète) ou Théo Curin (nageur). Je les côtoie, je les reçois régulièrement sur Stade 2 pour les mettre en valeur en tant que champions, comme ils le méritent. Nous faisons aussi des reportages sur eux dans nos émissions.

Depuis quelques mois, il y a une montée en puissance vers les Jeux Paralympiques. Pour la petite histoire, j'ai reçu Alexis Hanquiquant la semaine où j'ai appris la récurrence de mon cancer et le fait que



Jeux paralympiques Le point de vue des médias



je devais me faire amputer. Nous avons discuté ensemble, en amont de l'émission. Alexis est amputé tibial, un handicap un peu moins lourd, mais il fait des choses extraordinaires : il est capable aujourd'hui de battre des valides dans sa discipline. Sa venue était programmée depuis un certain temps, mais le destin nous a réunis ce jour-là. Il m'a aussi été utile car il m'a donné plein de petits conseils.

ADEPA : Nos autres interviews ont permis de découvrir que la préparation est plus compliquée pour des parasportifs que pour des sportifs normaux : problèmes d'appareillage, d'organisation, de logistique...

Matthieu : Et des problèmes financiers aussi. Pour cela nous, les médias, nous avons un rôle important pour donner de la visibilité aux handicapés sportifs. Dans un premier temps, la mise en lumière les aide à obtenir des partenaires. Le sport de haut niveau a un coût. Il faut des structures d'entraînement, financer du matériel : par exemple, les lames coûtent très cher et ne sont pas remboursées par la Sécurité Sociale... même si dans quelques semaines, il y aura une annonce dans ce sens.

Au-delà de la pratique du sport de haut niveau, le handicap fait partie de mes préoccupations et de mes combats : pouvoir faciliter l'accès à ce type de matériel. Le sport est un extraordinaire vecteur de reconstruction. La visibilité est importante pour les athlètes bien sûr, mais aussi pour toutes les personnes qui font face au handicap. Les para-athlètes servent d'exemple, et nous, en tant que médias, nous essayons de jouer notre rôle en tant qu'inclusion à travers nos émissions.

Les Jeux paralympiques arrivent à grands pas. Ils seront un tournant en France, comme l'ont été, pour l'Angleterre, les jeux de Londres en 2012. Malheureusement en France, nous n'avons pas profité des Para-Jeux comme il se devait, car à l'époque les Jeux paralympiques n'avaient pas la médiatisation qui sera la leur pendant les prochains Jeux de Paris.

ADEPA : Comment faire en sorte que les Jeux paralympiques ne soient pas l'exposition de ces « pauvres handicapés » qui essaient de faire du sport. Les handicapés sont aussi des acteurs sociaux et économiques, et donc des sportifs comme tout le monde.

Matthieu : Je souscris à ce problème. À France Télévision, nous avons des ateliers menés par des athlètes paralympiques pour qu'ils ne subissent pas le traitement de fausse compassion : « regardez, les pauvres, ils n'ont pas de jambes, ils n'ont pas de bras, et ils savent nager, courir ! ». Cette évolution est déjà bien intégrée depuis au moins les Jeux de Rio...

De plus, à Tokyo, nous avons augmenté nos horaires de diffusion sur les Paralympiques. Le traitement médiatique que nous leur réservons sera à égalité avec celui des valides, puisque pour la première fois de l'histoire, les Jeux paralympiques seront diffusés 24 heures sur 24 sur France 2 et France 3, les 2 chaînes premium du Groupe. Cette décision est exceptionnelle et il est surtout normal qu'on donne la même exposition à ces champions. C'est une fierté pour France Télévision, mais aussi pour moi, à titre personnel. De plus, j'aurais l'honneur de commenter la cérémonie d'ouverture des Jeux Paralympiques.

ADEPA : Où est prévue la cérémonie ? Sur la Seine, aussi ?
Matthieu : Non, elle est prévue sur la Place de la Concorde.

ADEPA : Une question de fond : avec les prothèses, les performances des handicapés vont peut-être dépasser celles des valides. On peut demain imaginer un amputé courir plus vite que Usain Bolt... Comment faudra-t-il envisager la séparation entre les JO et les Jeux paralympiques ?

Matthieu : Le débat a déjà eu lieu avec Oscar Pistorius qui s'était lancé sur des épreuves avec des valides. Certains disaient que les amputés qui bénéficient de lames en carbone ont des performances « augmentées ». Alexis Hanquiquant souffre de ce genre de commentaires quand il prend part à des compétitions avec des valides et qu'il les bat.

Certains valides s'en plaignent et considèrent qu'il est avantagé avec sa lame en carbone, que la restitution de l'énergie est plus importante et que ses performances sont assimilées à du dopage mécanique, pour caricaturer la chose. Le débat revient de manière persistante. Avec sa prothèse, un sauteur en longueur para, Markus Rehm, réalise des performances assez ahurissantes (8,62 m récemment). Il faut expliciter ces questions à un très large public, car beaucoup ne se rendent pas compte de ce que le parasport implique comme investissement et effort supplémentaire, même avec des équipements comme des lames en carbone.

ADEPA : Ce débat dépasse l'article que nous voulions écrire. Mais il faudra un jour le reprendre. Il y a des sports où on a l'impression qu'il y a égalité entre valides et handicapés. En voile, par exemple. L'an passé lors de la Route du Rhum, un des skippers, Fabrice Payen, avait fait jeu égal avec des valides et était arrivé 7ème. Mais un amputé sur un bateau a plus de problèmes à résoudre qu'un valide...

Que faut-il penser du décalage temporel entre les Jeux et les Paralympiques ?

Matthieu : Je considère que le décalage de 15 jours entre les Jeux et les Paralympiques est une bonne chose parce qu'il donne l'occasion d'un événement plein et entier consacré aux athlètes



«Certains disaient que les amputés qui bénéficient de lames en carbone ont des performances « augmentées ». Alexis Hanquiquant souffre de ce genre de commentaires : quand il prend part à des compétitions avec des valides et qu'il les bat.»

paralympiques. Les noyer dans les JO serait une erreur parce qu'ils seraient placés dans l'ombre. Par expérience et analogie, même si ce n'est pas tout à fait la même chose, j'ai vécu pendant le tournoi des Six Nations la question médiatique de la place des femmes : elles jouaient en même temps que les hommes.

En fait, elles étaient écrasées par l'exposition des hommes. Elles jouaient leurs matchs en lever ou baisser le rideau dans des stades quasiment vides. Aujourd'hui, elles participent à leur compétition, comme les Paralympiques, 15 jours après le tournoi. Nous l'avons vu : la semaine dernière (27 avril), dans le « Crunch » féminin (match France-Angleterre), il y avait 28.000 personnes à Bordeaux, record d'affluence pour un match féminin. De plus, l'audience a été de 2,5 millions de téléspectateurs. Elles ont donc pris la place qui est la leur. Pour les Paralympiques, c'est exactement la même chose. Avec le décalage, tous les regards seront braqués sur les para athlètes et leurs performances.

L'entretien s'est terminé sur des sujets en dehors de notre dossier et sur des questions plus personnelles d'appareillage et d'organisation, d'aménagement chez soi ou dans des hôtels.

ADEPA : Un grand merci à toi de nous avoir consacré un peu de ton temps et permis de mieux entrevoir l'aspect journalistique.



Témoignage de deux femmes conductrices : de bus pour Céline et de camion 35 tonnes pour Gaëlle.

Céline Ballet

propos recueillis par Caroline

Céline a 52 ans, elle est mariée et mère de 3 enfants. À la suite d'un accident de la vie en 2012 elle a eu une rupture des ligaments croisés du genou droit. Après une vingtaine d'interventions émaillées de complications chirurgicales (infections), cette situation se termine par une amputation fémorale droite en janvier 2017.

Céline était ATSEM en maternelle (ATSEM : agent territorial spécialisé des écoles maternelles). Compte tenu de son état physique, elle est mise en invalidité en 2016. Pour cette raison, elle subit plusieurs refus d'emploi. Elle s'inscrit alors à Pôle Emploi et à CAP Emploi.

En septembre 2022, elle est en fauteuil.

À cette époque, elle participe à un "job-dating" (entretien d'embauche où le candidat dispose d'une dizaine de minutes pour se présenter) et elle rencontre l'entreprise de cars Berthelet qui lui propose une formation de conductrice de car. À la fin de l'entretien, un responsable de Berthelet lui propose de se revoir quand elle aura une prothèse de jambe. L'AGEFIPH (association nationale de gestion du fonds pour l'insertion professionnelle des personnes handicapées) prend alors en charge sa formation.

Dans les suites immédiates, elle effectue un stage d'immersion en entreprise pendant une semaine. Puis elle est envoyée en formation à Jonage (Est Lyonnais) pour savoir si elle est capable de conduire un car.

La formation se termine avec une visite médicale d'aptitude. S'ensuit une formation de 3 mois au centre AFTRAL (organisme de formation en transport) pour la conduite, le travail sur simulateur et l'acquisition des bases du secourisme.



Après toutes ces étapes, Céline passe le permis transport en commun en mai 2023 en obtenant successivement : le code, la conduite, le plateau (c'est-à-dire les manoeuvres). Une fois acquis son TP (Titre Professionnel), Céline signe un CDI chez Berthelet le 13 juin 2023. Depuis cette date, Céline est conductrice de car scolaire.

Elle fait des trajets matin et soir, et dans la journée elle assure des trajets piscine ainsi que des interventions ponctuelles. L'ensemble se fait dans le cadre d'un contrat de 28 heures par semaine. Céline dispose d'un bus aménagé avec boîte automatique, inversion des pédales et siège ergonomique. En cas d'indisponibilité de ce bus, un deuxième bus rapidement aménageable est disponible dans l'entreprise.

- Dimensions du véhicule : 13 mètres de long, 2,5 mètres de large et gare au porte à faux avant et surtout arrière...

En conclusion, Céline a trouvé une entreprise bienveillante (Transports Berthelet) qui l'a embauchée en CDI et qui, en plus, peut lui aménager ses horaires afin qu'elle puisse participer à des stages et à des entraînements sportifs. En effet, Céline appartient depuis longtemps à l'équipe de France de volley-ball assis. Elle était censée participer aux Jeux Paralympiques de Paris 2024, mais la rupture récente d'un tendon de la coiffe des rotateurs de l'épaule droite a ruiné ses espoirs de participation.



SPORTS' DAY OULLINS

par Nicolas

Le samedi 14 octobre, une nouvelle journée Sport' Day (journée de sport), organisée par Ottobock-Chabloz à Oullins, dans la périphérie ouest de Lyon, s'est ajoutée à celle déjà montée à Villefranche-sur-Mer, au mois de septembre.

Une météo pluvieuse s'était annoncée, mais elle n'est pas venue. On s'en est très bien passé. En plus des orthoprothésistes, techniciens et patients invités par la société, plusieurs adhérents d'ADEPA sont venus participer à la journée.

Nous désirons mettre en évidence une excellente idée proposée par les organisateurs : à savoir la venue d'un formateur professionnel dans le but de nous apprendre à courir avec les prothèses de course personnelles ou prêtées.

La formation s'est déroulée pendant toute la matinée et une partie de l'après-midi. Très progressivement : d'abord marcher, sautiller, lever les bras, marcher à reculons, yeux fermés ou orientés vers le ciel, courir doucement, etc. avant de se risquer à courir franchement sur la piste, puis sur la pelouse du stade. Les amputés fémoraux n'ont pas eu plus de difficultés que les amputés tibiaux, sauf dans le fait qu'ils couraient plus doucement.

Mais tout le monde a apprécié à la fois le professionnalisme et la qualité didactique de notre formateur. Ce sera à renouveler.

À côté de cette belle expérience, d'autres activités étaient possibles: ping-pong, vélo, volley et badminton. Le midi, le partage convivial a permis de belles rencontres et de beaux échanges.

ADEPA souhaite vivement que de telles journées se reproduisent pour les mille raisons que chacun peut imaginer : se rencontrer, essayer du matériel, prendre divers risques calculés pour s'améliorer, rire ensemble et rentrer chez soi de bonne humeur.



Le premier Néerlandais avec une prothèse ostéo-intégrée

Lorsque dans un accident de moto à l'âge de 43 ans Theo a perdu sa jambe, son monde s'est effondré. Il s'est dit : « Maintenant, c'est fini, c'est fini ». Il faisait beaucoup d'exercices, voyageait dans le monde entier et il était un pilote passionné de Harley-Davidson.

En 2009, Theo Verstappen est devenu le premier Néerlandais à recevoir une prothèse de jambe ostéo-intégrée. À ce jour, il n'a jamais regretté cette décision.

En raison des nombreuses greffes de peau effectuées après son accident, la peau très fine et fragile de son moignon rendait la marche très difficile. Il était équipé d'une prothèse à emboîture. Des points de pression et des plaies se développaient : « pour mon travail, je devais souvent marcher sur des terrains accidentés. Si je le faisais avec la prothèse à emboîture, mon moignon était à vif à la fin de la journée. Je ne pouvais pas marcher plus d'un kilomètre par jour et mon moignon devait récupérer pendant plusieurs jours. »

Lorsqu'il s'est rendu pour la énième fois chez le médecin rééducateur pour ses problèmes de peau, celui-ci lui a parlé de la possibilité de l'ostéo-intégration. Un médecin suédois avait commencé à la pratiquer dans les années 1990 et la méthode s'est peu à peu imposée. À l'époque, en Allemagne, des personnes amputées avaient déjà bénéficié d'un implant à ancrage osseux.

Theo n'a pas voulu prendre de risque. Il s'est entretenu avec plusieurs médecins et avec un chauffeur

de bus allemand qui avait repris normalement son travail après la pose d'un implant. Comme son travail était très important pour lui, c'est après mûre réflexion que sa décision d'entreprendre cette intervention a été prise.

Les opérations et la rééducation de Theo se sont déroulées sans problème. Il faut réapprendre à marcher. Mais ça va assez vite. En effet, contrairement à ce qui se passe avec la prothèse à emboîture, il y a de nouveau un contact direct avec le sol lorsqu'on marche : « la stomie (ouverture autour de l'implant) demeure. Je la nettoie deux fois par jour et je n'ai jamais eu d'infection. »

15 ans après la pose de son implant, Theo a créé sa propre entreprise et voyage à nouveau dans le monde entier. Il porte sa prothèse toute la journée et tous les jours. Il ne prend jamais de béquilles, ni de fauteuil roulant. Chaque jour, il parcourt de nombreux kilomètres pour se rendre à son travail et, pendant son temps libre, il se promène beaucoup avec ses chiens. Maintenant, à la place de courir, il joue au golf : « mais plus on joue mal au golf, meilleure est la réadaptation, car on passe la majeure partie du temps à rechercher la balle. »

Heureusement, Theo ne s'est pas débarrassé de sa Harley. Ils ont pu repartir en tournée avec ardeur.

De plus amples informations sur BADAL X sont disponibles sur le site web d'OTN Implants : www.otnimplants.nl

BADAL[×]
OTN Implants





22-23-24 Janvier 2024

Par Philippe

Nouveau week-end à Chamrousse, organisé conjointement entre Ottobock et ADEPA. Toujours une réussite, nous étions une bonne centaine de participants, (65 Amputés, familles, amis) et surtout, un encadrement au top (43 prothésistes et cadres d'Ottobock). Et une quinzaine de personnes à la journée.

La neige et le beau temps étaient au rendez-vous.



Notre présidente, Anne Marsick et notre secrétaire, Nicolas de Rauglaudre, et Philippe Louzeau étaient présents pour ce bel événement.

18 personnes ont profité de cours de l'École de Ski Française pendant les 3 jours et ce sont 15 cours de ski et Snow qui ont été mis en place. Une quarantaine de personnes ont profité du Procarve mis à disposition par Ottobock. Nous avons une pensée aussi pour Sandrine, Pierre et Claudine, qui ont eu des mésaventures dont certaines sérieuses (Barquette ou Hélicoptère).

Ce fut, certes, une période très sportive, mais aussi avec des moments d'échanges très conviviaux pendant ; les repas, au pied des pistes et autour du bar de la Bérangère. Vous trouverez ci-dessous, des témoignages revenant sur leur expérience de ces trois jours.

En espérant vous retrouver l'année prochaine.



Quelques témoignages :



Valérie Biard :

Voici mes impressions sur ce premier week-end à Chamrousse. Amputée fémorale depuis un an, je m'étais donnée comme challenge de participer à cette sortie à ski. J'avoue que durant toute la montée en station, j'ai prié intérieurement pour qu'il n'y ait pas de neige... vous l'aurez compris, la peur était ma plus grande ennemie...

J'ai été aidée durant toute la journée par les orthos et en particulier par Margaux et Pascal qui ne m'ont pas lâchée du weekend : mention spéciale donc ! À noter que tous les orthos (connus et inconnus) se sont rendus disponibles, de même que les participants qui eux aussi m'ont relevée quand je me retrouvais par terre : pas le temps de dire ouf que quelqu'un s'arrêterait... J'ai trouvé en arrivant une organisation assez géniale tant au niveau technique pour les réglages et le prêt gratuit des Procarve Ottobock qu'au niveau logistique mis en place par Adepa.

À table j'ai pu discuter avec Mario. Nous avons échangé longuement sur son poste de Président Directeur d'Ottobock France, sur les retombées qu'il pouvait attendre d'un tel événement et j'ai finalement compris que l'important pour lui était simplement qu'on ait accès à cette activité en étant super encadrés... Adepa nous a concoctés un week-end de rêve et je salue le travail fait en aval : encore bravo ! Enfin, j'ai trouvé une ambiance extra le soir où tout le monde trinque avec tout le monde, où les gens chantent faux et s'en contrefichent et où tout le monde applaudit et se sent bien.

Si j'avais un mot à garder de ce fabuleux Sport Days, c'est l'extrême bienveillance : tout convergeait vers cela jusque et y compris par les saisonniers qui nous servaient avec un grand sourire. En résumé, j'ai eu cette chouette impression que pour une fois, la norme c'était nous !!!! Merci pour ça aussi. C'est dit !

Ps : tous mes voeux de rétablissement pour Sandrine à qui je pense très fort !

Témoignages

Anne, parent aidant

Voilà 3 ans que nous participons aux Sports Days à Chamrousse. Grâce à vous, à l'organisation de ce séjour et grâce à Ottobock vous avez permis à ma fille de skier de nouveau et surtout vous nous avez permis de skier de nouveau avec elle.

Quel bonheur ! En tant que parents, aidants, ce week-end est riche d'enseignements. Ce moment est pour nous synonyme de rencontres, d'échanges, de partages, de joies, le tout sans filtre. A la fin de chaque week-end nous sommes regonflés à bloc.

C'est aussi l'occasion de retrouver nos autres normands et de créer du lien dans notre région. Souhaitons qu'Ottobock lance la location des Procarves pour que nous puissions prolonger ce séjour avec nos amputés.



Catherine Rampon

Pour ma part j'ai été amputée le 15 juillet 2023 et appareillée depuis septembre 2023. Ce week-end à Chamrousse fut un week-end fabuleux, pour moi un pur bonheur.

Vraiment génial, des équipes au top du top et sans eux je n'aurais jamais skié. J'ai réussi ce qui est pour moi un exploit et je vous en remercie car je me suis éclatée.

Un week-end gravé à jamais dans mon cœur et je n'ai pas de mot pour vous dire encore merci.



Claudine Klein

Bonjour à toutes et tous. Samedi dernier à cette heure-ci, je faisais ma dernière descente, ravie et contente d'avoir encore pu skier à 77 ans et accompagnée de Valérie sur ce magnifique domaine de Chamrousse. L'ambiance, la bienveillance de chacun, la bonne humeur de toute l'équipe nous permettent de vivre un week-end hors du temps, une parenthèse enchantée !

Dernière descente, je suis à 100m de l'arrivée pour rejoindre la tente, je glisse tranquille et savoure ce front de neige très large où il y a de la place pour beaucoup de skieurs ! Et boum ! Un irresponsable qui descend téléphone à la main me percute. Sonnée, je me retrouve au sol et portant le gilet Adepa/Ottobock, je suis repérée par des membres qui viennent à mon secours !

Un énorme merci à eux, car mon percuteur, ayant déchaussé un peu plus bas lors du choc, est remonté, a demandé « ça va ? » et dit « je vois que vous êtes bien entourée,

je m'excuse ! » et il est parti. La suite fut, la descente en barquette suivie d'une visite au cabinet médical, avec une radio ayant pour diagnostic: une fracture peu déplacée de la branche ischio-pubienne.

Comme je n'allais tout de même pas taper la raclette party, c'est accrochée à mes amies, en clopinant, que nous sommes allées au restaurant. De retour à la maison, la dernière épreuve a été de grimper 4 étages sans ascenseur ! Ouf !

Baptême et découverte des déplacements en béquilles pour certainement un bon mois. Je m'adapte et je pense énormément à vous toutes et tous qui avez dû être amputés, respect car c'est une belle galère ! Je m'en suis bien sortie et reste zen !

A l'année prochaine pour de nouvelles aventures ! Pensées affectueuses à vous et mes meilleurs voeux de guérison à Sandrine et Pierre.