

Aubigny-sur-Nère

Du sport pour dépasser le handicap

Publié le 26/05/2022



. Moniteurs, encadrants et personnes en situation de handicap ont évolué dans le même bassin. © Droits réservés
La piscine d'Aubigny-sur-Nère a accueilli un stage permettant à des moniteurs de plongée sous-marine de former des personnes en situation de handicap à la pratique subaquatique.

Le complexe sportif et aquatique d'Aubigny-sur-Nère avait vocation à repousser les limites, dimanche. La piscine des étangs et le Centre régional jeunesse et sports (CRJS) ont en effet accueilli un stage de formation permettant à des moniteurs de plongée sous-marine de former des personnes en situation de handicap à la pratique subaquatique. Une première sur le site albinien, ouvert spécialement pour ce stage.

Cette opération régionale a été mise en place par la Fédération française d'études et de sports sous-marins (FFESSM) et son label « Handisub », proche du handisport et du sport adapté, qui valide le niveau des plongeurs. La matinée au CRJS était consacrée aux cours théoriques, avant la mise en pratique, l'après-midi, dans le complexe aquatique, apprécié pour sa luminosité.

« Encadrer un public plus diversifié »

Six stagiaires, eux-mêmes encadrés par trois formateurs dans l'eau, avaient chacun la responsabilité d'une personne en situation de handicap mental, psychique et cognitif. Parmi elles, il y avait aussi une personne malvoyante, nécessitant le recours à d'autres moyens de

communication.

Déjà tous moniteurs, les stagiaires ont désiré réaliser cette formation complémentaire pour pouvoir encadrer au mieux un public plus large. « La formation leur permet d'encadrer un public plus diversifié sur des sites dits protégés tels que les zones de plage délimitées par de grosses bouées jaunes ou des piscines ne dépassant pas deux mètres de fond, explique Agnès Buchsenschutz, référente régionale. C'est l'échelon intermédiaire, pour des handicaps dits modérés, l'échelon supérieur étant destiné à des sites plus profonds ».

Dans tous les clubs, les moniteurs détenant ces qualifications peuvent donc accueillir tous les handicaps, et les organisateurs du stage ont à cœur de faire savoir qu'il existe des structures pour pratiquer ces activités. Car le but premier est surtout de rendre accessible à tous la pratique des sports subaquatiques, dans un cadre adapté. « C'est important de dire qu'ils peuvent pratiquer tous les types de sports, ils pensent souvent que c'est interdit pour eux. »

Dans le cadre de cette formation, certaines de ces personnes en situation de handicap, toutes venues d'Indre-et-Loire, ont même pu réaliser des baptêmes de plongée, quand d'autres solidifiaient leurs acquis. « Ce sont des activités qui font souvent peur, mais on est une fédération hyperstructurée, les moniteurs maîtrisent totalement les protocoles de sécurité. »

« L'apesanteur induite par la pratique aquatique peut être utilisée comme thérapie »

La pratique de l'activité physique, sur terre ou dans l'eau, n'a donc rien d'antinomique avec le handicap. Elle renforce même parfois l'autonomie : « Ce sont souvent des gens qui sont en institut ou qui ont un tuteur. Mais l'apesanteur induite par la pratique aquatique peut être utilisée comme thérapie. Elle les enveloppe, permet de les calmer, de leur apporter du bien-être. » Cette coupure avec leur monde terrestre leur permet de se recentrer sur leur propre corps, sur leurs sensations, et même sur leur plaisir. « Nous allons vers un développement du sport sur ordonnance. L'objectif, c'est l'inclusion. »

Pratique. Plus de détails sur le site de la FFESSM, rubrique « Handisub ».

AUBIGNY-SUR-NÈRE

A LIRE SUR LE BERRY

Le Village by CA Chartres - The Place by CCI 28 lance son premier appel à candidatures !

Politique - Nathalie Marteel, candidate Reconquête dans la troisième circonscription du Cher

CONTENUS SPONSORISÉS

7 Français sur 10 ne connaissent pas cette astuce pour avoir des panneaux subventionnés

Panneaux solaires subventionnés | Sponsorisé

A Bourges : une résidence service seniors près de chez vous

Les Girandières | Sponsorisé

Cette nouvelle pompe à chaleur fait peur aux fournisseurs de chauffage

Eco Innovation | Sponsorisé

Voir les offres

Nouvelles résidences pour retraités près de Bourges (jetez un oeil aux prix)

Maison de retraite | Liens de recherche | Sponsorisé

Il utilise cette astuce pour faire subventionner ses panneaux solaires et ça marche !

Primes Solaires 2022 | Sponsorisé

Pompe à chaleur : Cette nouvelle loi en 2022 qui profite aux propriétaires

Primes Eco : Le guide des économies | Sponsorisé

Combien coûte une très bonne mutuelle sénior en 2022 ?

Top Mutuelles | Sponsorisé

En savoir plus

Pourquoi cette mystérieuse solution pour les genoux rendrait les chirurgiens sans voix?

Health-News-Magazine | Sponsorisé

Lire la suite

AILLEURS EN VIDÉO

Le Berry Républicain - Travaux - La démolition d'un immeuble historique