

Pays de Retz

Ils ont un handicap, font du sport et de la compét

Pornic — Dans la section de sport adapté du CJAC (Côte de Jade Athlétic-club) on lance le ballon, on court, on s'entraîne dans la bonne humeur, sous la houlette de six bénévoles.

Reportage

Il fait nuit au Val Saint-Martin de Pornic ce vendredi 9 février, mais la piste est lumineuse. Jérôme, un des coachs bénévoles arrive. Tout le groupe de jeunes le salue avec enthousiasme. Il faut dire qu'il y a une bonne ambiance au sein de la section sport adapté du CJAC (Côte de Jade Athlétic-club).

Cette section compte 25 licenciés, dont dix-sept athlètes en situation de handicap. « La section sport adaptée a été ouverte après la demande de la maman de Baptiste, qui souhaitait que son fils en situation de handicap intègre un groupe sportif. Ça m'a bien emballée, et nous sommes trois au club à avoir suivi une formation dispensée par la ligue du Pays de la Loire FFSA (Fédération française de sport adapté), explique Pascale Demé, l'une des trois coachs du CJAC. Les autres bénévoles sont venus renforcer notre équipe, parce qu'ils ont une certaine sensibilité au handicap. »

Un 3 000 m à 74 ans

ici, à tour de rôle, on lance le ballon, on court, on monte les genoux au-dessus des plots. Chacun fait ce qu'il peut à son niveau. Comme Rémy, 74 ans, qui a fait un 3 000 mètres en compétition. Le sport adapté joue un rôle crucial dans le développement social. Et puis, il est important qu'ils aient le sentiment d'appartenance à un club. « On leur donne de la joie à travers le sport, poursuit Pascale Demé. Et ils sont tout à fait capables de faire du sport, comme tout le monde. On veut les voir devenir autonomes dans ce qu'ils font, et toujours leur proposer des exercices selon leurs capacités. On modifie, au besoin, pour qu'ils soient dans la réussite et non dans l'échec. Et surtout, on ne les oblige pas ! On s'adapte à leur forme du jour, car cela doit rester du plaisir d'être là, ensemble, pour partager des moments. »

Parmi les activités proposées, cette section participe à des championnats. « Nous sommes qualifiés pour participer au championnat de Fran-



Deux femmes et quatre hommes bénévoles foulent le stade du Val-Saint-Martin de Pornic, chaque vendredi, aux mêmes heures que les autres athlètes. (Photo : Ouest-France)

ce paracross adapté à Cholet, le 2 mars, et nous irons au régional para-athlétisme début mai, dévoile Pascale Demé. Au Val Saint-Martin, on s'entraîne. Nous pratiquons les mêmes disciplines que les autres athlètes : le lancer de vortex, le saut en longueur et la course sur la piste ».

« Ils ne râlent jamais »

« Quand on voit les parents qui encouragent les jeunes sur le bord de la piste, on devine la solidarité. » Oui, elle est impressionnante au sein de cette section de sport adapté », confirme Pascale. Preuve en est, Jules aide Baptiste qui ne comprend pas tout. « Ils sont très volontaires, ils ne râlent jamais ! se réjouit Pascale. C'est une bouffée d'oxygène de venir ici, chaque vendredi, où tous s'entraînent, de 11 à 74 ans. Les parents nous aident beaucoup, car ils nous font confiance et nous aident à comprendre leurs jeunes.

Nous ne sommes pas des médecins ou psychologues, mais nous sommes formés au sport adapté. »

Le mot de la fin de la coach est porteur : « Nous accueillons toutes les personnes en situation de handicap

psychique ou mental. Notre équipe s'est musclée car, chaque année, on se renforce ! »

Contact : Pascale Demé au 06 22 57 63 62.



Les jeunes sur la piste de départ, au Val Saint-Martin. (Photo : Ouest-France)