

« Les personnes en situation de handicap gagnent en autonomie et en bien-être en bénéficiant d'une pratique sportive »

Entretien avec Sylvain Sabatier,
directeur des Territoires,
Comité paralympique et sportif français, Paris.

L'ESSENTIEL

► La pratique des personnes en situation de handicap accueillies dans les établissements et services médico-sociaux (ESMS) est encore aujourd'hui trop faible. C'est dans ce contexte que le Comité paralympique français finance la découverte et la pratique de l'activité sportive pour cette population. Il accompagne ainsi une soixantaine d'établissements et environ 600 personnes chaque année. Le bilan est très favorable : plus de 90 % des projets perdurent après la première année. Le comité va former d'ici 2024 les éducateurs et les bénévoles de 3 000 nouveaux clubs à l'accueil de ce public, dans le cadre du programme Club inclusif, lancé en décembre 2022.

La Santé en action : Quel est l'objectif de votre programme au sein des établissements et services médico-sociaux – ESMS, intitulé ESMSxClub, pour les personnes en situation de handicap ?

Sylvain Sabatier : Notre objectif est de trouver des leviers pour développer la pratique d'activité physique et sportive au profit de ces personnes. Nous sommes partis du constat du Pôle ressource national Sport et Handicaps à l'issue d'une enquête [1] effectuée en 2018, qui démontrait que la pratique sportive était peu régulière dans les établissements médico-sociaux et dans les foyers de vie médicalisés ; qu'elle était peu structurée dans leur projet d'établissement ; et qu'il y avait en particulier un vrai déficit chez les jeunes. L'une des raisons de cette situation est l'absence de liens entre les établissements et les clubs sportifs. Nous avons donc décidé de travailler particulièrement cet aspect. Notre projet s'adresse à toutes les personnes, quelle que soit la nature de leur handicap, physique, sensoriel, cognitif, mental, psychologique. Nous allons vers les établissements qui ont envie de proposer l'activité physique et sportive ouverte à tous et vers les clubs qui souhaitent

les accueillir. Nous favorisons la rencontre entre ces deux mondes afin d'instaurer une pratique sportive au bénéfice des pratiquants en situation de handicap.

S. A. : *Que pensent les personnes qui bénéficient de ce dispositif ?*

S. S. : Leur ressenti est très positif : Cela leur permet de sortir de l'établissement et d'aller dans un nouveau cadre, à la rencontre de personnes extérieures, d'une nouvelle pratique : les personnes en situation de handicap sont accompagnées par leur éducateur – celui de leur établissement – et dans le club, par un deuxième éducateur – celui de la structure. Les jeunes en particulier apprécient cette dimension de découverte et d'ouverture à de nouvelles disciplines. Plus globalement, cela permet à l'ensemble des personnes de sortir du quotidien, de se réaliser dans une activité physique et sportive et de trouver pleinement leur place dans un club. Les personnes en situation de handicap nous disent qu'elles développent de nouvelles appétences, compétences et connaissances. Nous avons des exemples de belles réussites avec des jeunes d'instituts médico-éducatifs (IME) et des clubs de judo. Ils y trouvent souvent un cadre et une place qui leur conviennent ; d'autant que, pour certains jeunes, c'est la première fois de leur vie qu'ils ont l'opportunité de pratiquer dans un club sportif fédéré, avec ce double accompagnement des éducateurs.

S. A. : *Quel est le principe de ce dispositif ?*

S. S. : Les clubs leur proposent au minimum 15 séances. De très nombreuses activités peuvent être proposées, de l'équitation au triathlon en passant par la marche nordique. Nous expérimentons ce dispositif depuis 2020 – c'est la troisième saison sportive. Nous accompagnons une soixantaine d'établissements et environ 600 personnes chaque année. Ce qui nous intéresse, c'est de voir s'il y a une pérennisation d'activité au-delà de ces 15 séances. Nous pouvons le mesurer,

car nous soutenons les 15 séances à hauteur d'un forfait de 1 500 euros, et au début de la saison suivante, nous versons un complément de 500 euros si l'activité perdure dans le club. Or le bilan est très favorable : 80 % des personnes continuent l'activité physique et sportive après la première année, l'établissement et le club installent une collaboration dans la durée. Nos référents territoriaux contribuent à créer un réseau de proximité entre des structures qui n'avaient aucun contact, qui ne se connaissaient pas. Les clubs gagnent en confiance en se sentant en capacité d'ouvrir leur porte au public en situation de handicap. De leur côté, les établissements perçoivent rapidement l'intérêt – pour les personnes en situation de handicap qu'ils accompagnent – de cette collaboration avec le club. Toutefois, nous manquons encore de recul sur le long terme de la pratique initiée au travers de ce dispositif.

S. A. : *Comment expliquez-vous le développement du dispositif depuis septembre 2022 ?*

S. S. : En deux années de terrain, nous avons bien avancé sur la mise en contact entre les établissements et les clubs, c'est la première phase – la plus chronophage – de notre projet. Désormais, nous avons validé la pertinence du programme, donc nous pouvons le déployer plus largement. Enfin les agences régionales de santé (ARS) s'en sont emparées ; ce qui les intéresse, c'est le fait que les personnes en situation de handicap gagnent en autonomie et en bien-être, développent leurs compétences, améliorent ainsi leur qualité de vie. L'ARS Île-de-France est déjà engagée dans ce projet et nous sommes en cours de finalisation sur le Grand-Est et la Bourgogne-Franche-Comté.

S. A. : *Quels sont les points forts de ce programme ?*

S. S. : Ce programme permet tout d'abord à des personnes qui sont dans les établissements de pratiquer une activité physique et sportive

humainement très accompagnée dans des clubs sportifs fédérés. Ensuite, il permet de créer un lien de proximité sur un territoire, l'interconnaissance entre les établissements et les clubs qui vont se découvrir des intérêts convergents. Enfin, cela permet aussi de faire tomber la frontière de la méfiance de l'inconnu : amener les clubs à accueillir des personnes en situation de handicap. Celui qui rend possible cette rencontre, c'est l'éducateur de l'établissement qui les accompagne et qui les rassure, et en face, l'éducateur du club les accueille.

S. A. : La réticence face au handicap demeure-t-elle un obstacle majeur ?

S. S. : Il faut parvenir à dédramatiser l'accueil de ce public par des clubs qui peuvent être réticents du fait d'idées reçues, par méconnaissance ou parce qu'ils ne se sentent pas dotés des compétences adaptées. Il s'agit de lever le frein psychologique à l'accueil, car ce que l'on peut entendre au départ dans les clubs, c'est : « On aimerait bien, mais on appréhende parce qu'on ne sait pas comment faire. » C'est la raison pour laquelle la formation des éducateurs, des bénévoles des clubs sportifs fédérés est le passage incontournable pour déployer le programme ESMSxClub.

S. A. : Comment former les professionnels et les bénévoles des clubs ?

S. S. : Il y a actuellement trop peu d'offres de proximité d'activité physique et sportive pour les personnes en situation de handicap. Pour faire sauter ce verrou, nous avons lancé en décembre 2022 un nouveau programme Club inclusif : nous allons former d'ici 2024 les éducateurs et les bénévoles de 3 000 nouveaux clubs afin qu'ils se sentent en capacité d'accueillir ce nouveau public. La formation est courte et se veut accessible à tous ; elle



© Sophie Robichon / Ville de Paris

est non certifiante et non qualifiante, parce que nous souhaitons que les clubs puissent s'y engager facilement. Elle est centrée sur l'apport de connaissances théoriques et sur la rencontre avec le public. Elle est pilotée par notre comité en collaboration avec la Fédération française handisport et la Fédération française du sport adapté.

S. A. : Quelles difficultés les plus importantes rencontrez-vous ?

S. S. : Le plus difficile est de faire coïncider l'offre et la demande : il faut trouver les clubs qui vont pouvoir accueillir les personnes au plus près, qui vont disposer des éducateurs, des créneaux horaires et des capacités d'accueil nécessaires. De plus, il faut également trouver les établissements volontaires et faire en sorte qu'ils se mettent d'accord avec le club sur un projet commun et sur ses modalités de déploiement. Il est aussi parfois nécessaire de lever les réticences qu'il peut y avoir d'un point de vue financier ou organisationnel. De notre côté, une difficulté majeure est l'investissement en ressources humaines : aller voir les établissements et les clubs, faire le lien, trouver des modalités de collaboration en fonction des limites de chacun, tout cela requiert un engagement important.

S. A. : Où en est le développement de ce programme ?

S. S. : Ce programme en est à ses débuts et nous avons bien conscience qu'il ne permet qu'à une toute petite partie des personnes en situation de handicap d'accéder à l'activité physique et sportive. Toutefois, nous pensons qu'il n'y a pas de solution unique et ce programme vient en compléter d'autres ; et selon les territoires, il convient d'utiliser tous les leviers pour développer les parasports à destination du public en situation de handicap. ■

Propos recueillis par Yves Géry, rédacteur en chef.

RÉFÉRENCE BIBLIOGRAPHIQUE

Pôle ressources national Sport et Handicaps. *Enquête sur la pratique des activités physiques et sportives dans les établissements et services médico-sociaux accueillant des personnes handicapées*. Paris : secrétariat d'État chargé des Personnes handicapées, juin 2018 : 81 p. En ligne : <https://solidarites-sante.gouv.fr/IMG/pdf/sport-en-esms-rapport-2.pdf>

LA PERSONNE INTERVIEWÉE DÉCLARE N'AVOIR AUCUN LIEN NI CONFLIT D'INTÉRÊTS AU REGARD DU CONTENU DE CET ARTICLE.

COMITÉ NATIONAL OLYMPIQUE ET SPORTIF FRANÇAIS (CNOSF) ET SPORT-SANTÉ

Le comité Médicosport santé (CMSS) du CNOSF est associé à la Société française de médecine de l'exercice et du sport et composé de médecins, enseignants en AP Adaptée, masseurs-kinésithérapeutes et de représentants d'organismes dont Santé Publique France afin de développer un ouvrage évolutif, le Médicosport santé (MSS). Outre des chapitres généraux, l'originalité du MSS est de comporter des protocoles d'APS adaptés à des états de santé (enfant, seniors, grossesse) et aux maladies chroniques en prévention I,

II et III, élaborés par les fédérations sportives et validés par le CMSS. Le MSS, en accès libre à tous sur le site Vidal.fr, est un outil d'aide aux médecins pour la prescription et la préconisation du sport-santé. Le MSS est utile aussi aux professionnels du sport pour les aider à mettre en place ces protocoles fédéraux selon leur environnement local. Le MSS s'adresse à toute la population, en bonne santé ou non, pour l'informer sur le sport-santé, l'aider à choisir les disciplines sportives adaptées aux états de santé et au

goût de chacun et à rechercher les structures appropriées. Par ailleurs, le CNOSF vient de créer pour les médecins une formation à la prescription de l'APS à des fins de santé sous forme d'e-learning dans le cadre de leur formation continue obligatoire. Elle s'appuie sur le MSS et sur les recommandations de la HAS en collaboration avec l'organisme Eron/Vidal (<https://eronsante.com>).

Jehan Lecocq, co-président de la commission médicale, Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSF)