

# « Se défouler comme tout un chacun »

**HANDISPORT.** Top! Lorsque le signal est donné, Moïse et Cédric s'élancent en direction du ballon de basket posé au sol. Le précieux item en main, c'est à celui qui marquera



le premier panier... « *Un point pour les jaunes!* » C'est Cédric qui a remporté le point pour son équipe. De l'autre côté du gymnase Allende, un tatami a été installé. « *Allez, vas-y, pousse-le!* », entend-on. Les mines sont tantôt concentrées tantôt amusées. Certains ont revêtu leur hakama tandis que d'autres sont vêtus d'une tenue de sport classique. Ce samedi 12 mai, était organisée une matinée de partage handisport. « *Au départ, certains étaient réticents à l'idée d'essayer mais maintenant ils s'éclatent, constate Yamina, prof de l'USF aikido venue proposer une initiation. Notre club accueille les personnes en situation de handicap depuis 1999. Tout en tenant compte de leurs difficultés, nous avons fait le choix de proposer une pratique inclusive. Comme tout le monde,*

*ils apprennent à tomber, à bouger puis petit à petit, on leur enseigne les différentes techniques* ». Cette matinée était organisée par la mission Handicap en partenariat avec la fédération de sport adapté. « *Notre fédération peut orienter les personnes qui le souhaitent selon leurs contraintes et leurs envies (seize disciplines sont recensées). Nous proposons également des formations pour les clubs et associations qui souhaitent s'ouvrir aux personnes en situation de handicap, présente Alexandre Pereira, conseiller technique fédéral. L'objectif est de montrer qu'on peut trouver un sport en fonction de ses goûts et y prendre du plaisir, se défouler comme tout un chacun* ». / Seb.S

**Informations :**  
[www.sportadapteiledefrance.org/](http://www.sportadapteiledefrance.org/)