

Qu'est-ce que le sport adapté ?

¹ « L'homme que le hasard ou la nature a marqué, pourquoi faut-il que toutes ses autres vertus en soient obscurcies dans le regard des autres? » Cette citation représente bien l'un des soucis majeurs des personnes en situation de handicap mental ou psychique : le regard et la représentation de la population. Depuis toujours, le monde du handicap mental et de la déficience intellectuelle est à part. Il dérange, il fait peur.

Les mentalités changent petit à petit grâce à l'action de personnes, d'associations et d'institutions qui font le maximum pour changer les choses.



Jorge Rodrigues, gardien de la sélection Régionale de football

La Fédération Française de Sport adapté.

Créée en 1971 et renommée en 1982, la FFSA (Fédération Française du Sport Adapté) regroupe **plus de 45 000 adhérents** sous la forme de 500 associations sportives. Elle est reconnue d'utilité publique et a reçu une délégation du ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion sociale. La Fédération est membre du sport international.

Sa mission première est « Offrir à toute personne handicapée mentale ou psychique, quels que soient ses désirs, ses capacités et ses besoins, la possibilité de vivre la passion du sport de son choix dans un environnement voué à son plaisir, sa performance, sa sécurité et à l'exercice de sa citoyenneté ».

La Ligue du Sport Adapté est la représentante dans le Languedoc-Roussillon de la **Fédération Française du Sport Adapté**

La Ligue Languedoc-Roussillon et ses objectifs

Créée en 1986, la Ligue Languedoc-Roussillon de Sport Adapté regroupe aujourd'hui : **3204 licenciés** pour 65 associations affiliées à la FFSA.

Elle intervient toute l'année sur de nombreux projets sur les 5 départements de la région. Que ce soit en tant **qu'organisatrice, collaboratrice**, ou **en soutien** à des comités ou associations, la ligue participe à de nombreuses manifestations sportives.

Les objectifs de la Ligue sont :

- Permettre à nos licenciés **de pratiquer dans les meilleures conditions** (structures d'accueil, programmes, information, formation des éducateurs sportifs et entraîneurs...)
- **Développer la pratique** du sport adapté (licenciés, rencontres, disciplines, entraîneurs).
- **Développer le soutien** au sport adapté pour un accès aux pratiques physiques et sportives pour tous (actions orientées vers : les associations représentatives des personnes handicapées mentales, les établissements spécialisés, les associations et fédérations sportives, les familles, les administrations, les entreprises...)

Sens et Valeurs de la Ligue Sport Adapté Languedoc-Roussillon

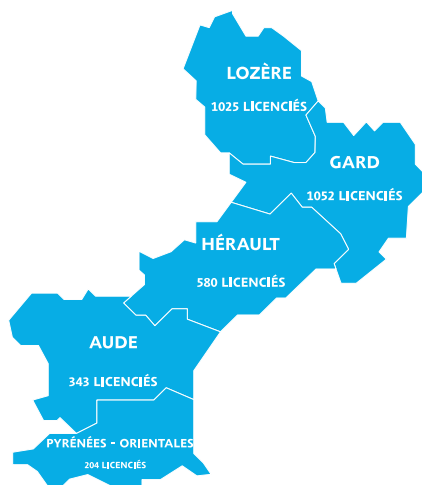
La Ligue Sport Adapté Languedoc Roussillon a une vocation de création et d'organisation de manifestations sportives pour un public en situation de handicap psychique et mental.

Pour la Ligue, l'objectif principal est de permettre, par la pratique d'une activité physique et sportive, un épanouissement physique, psychique et social des pratiquants. Soit, donner la possibilité à nos pratiquants :

- De poursuite d'un projet personnel
- Lutter contre la Sédentarité
- Prévenir les effets du vieillissement
- Lutter contre le surpoids et l'obésité
- Améliorer de la résistance à la fatigue
- Lutter contre la solitude, le sentiment d'isolement
- Développer de l'Autonomie

À travers son activité, la Ligue Sport Adapté donne une autre image des personnes atteintes d'un handicap psychique et mental qui sont trop souvent considérées comme « inapte » ou « incapable de ».

L'activité physique met en jeu le corps, crée un espace de communication et révèle des compétences et des capacités, parfois insoupçonnées. Cela permet de changer le regard sur la personne ; ce regard trop souvent conditionné par les idées reçues et les aprioris sur le monde du handicap mental. Ce changement de regard sur la personne han-



¹ Shakespeare, Hamlet, Actes I, Scène 4.

dicapée est donc au centre de la philosophie du sport adapté.

La recherche des performances sportives, si elle existe bel et bien dans le sport adapté, n'est pas aux centres des préoccupations. Ce sont ces valeurs d'altruisme, de solidarité et de plaisir que nous cherchons à faire passer à travers nos activités.

Enfin, la convivialité tient une place très importante dans notre dispositif.

La Ligue Sport Adapté est avant tout une grande famille qui apporte beaucoup de joie et de bonheur à ses sportifs.

Les dernières volontés politiques et gouvernementales sur le handicap vont dans le sens de promouvoir un changement de comportement, un changement d'image de ce milieu et cherchent à tendre vers une intégration des personnes handicapées dans le monde « ordinaire ». Ce sont les missions de la Ligue Sport Adapté Languedoc Roussillon.

Depuis sa création la Ligue ne cesse de croître (en terme de licenciés et d'organisation, entre autres). L'offre sportive devient de plus en plus importante et de plus en plus variée. C'est une institution en pleine expansion qui souffre simplement d'un manque de visibilité et de communication au niveau régional et national. Un gros travail de communication est réalisé depuis quelque temps pour faire connaître les missions et les activités de la Ligue à un maximum de personnes.

Les manifestations de notre Ligue

Secteur compétitif : Foot à 7, Tir à l'arc, Cross, Pétaque, Judo, Ski de fond, Natation, Tennis de table, Équitation, VTT, Handball, badminton.

Sport scolaire : cross, football à 7, athlétisme, raid plein air.

Secteur loisir ; activités motrices, randonnée, Journée omnisports, Cross de l'amitié, Adapt'toi (canoë, tambourin, badminton, ultimate, speedball, mini-golf, boxe, plongée, kinball, judo, karaté, course d'orientation, beach-volley...)

Haut niveau: Sélection régionale de foot à 11, stage national de natation, Stage national d'athlétisme, Stage national de basket, un athlète sélectionné aux Jeux Paralympiques.

Damien Rumeau à Londres 2012 !

Damien Rumeau, athlète du club de l'UPA66 dans les Pyrénées orientales, est un sportif de haut niveau de la Région Languedoc Roussillon. Sélectionné en Équipe de France paralympique, Damien a participé à ses premiers Jeux Paralympiques à Londres 2012.

Damien Rumeau, atteint d'un double handicap (surdité sévère et déficience intellectuelle) a toujours eu une activité sportive intense : Judo à Cabestany, Rugby au FLHV, Natation ...

Depuis l'âge de 12 ans, il est scolarisé dans un IMPRO dans lequel il pratique plusieurs activités sportives. Sur les conseils de son éducateur sportif, il participe à des épreuves régionales d'Athlétisme en sport scolaire adapté.

Les résultats sont stupéfiants, Damien survole ces épreuves et les remporte facilement. Une intégration est tentée dans un club d'athlétisme perpignonais. Malgré son double handicap et les difficultés de prise en charge que cela suppose, les différents entraîneurs bénévoles de l'ASUPR puis de l'UPA66 réalisent un travail remarquable pour intégrer Damien au sein de l'équipe de sportifs valides et l'entraîner dans les meilleures conditions.

Dès 2005 il participe aux Championnats de France Sport Adapté où il remporte deux Titres en cadets. Intégré au sein de l'équipe de France FFSA, Damien a participé à 7 Championnats de France et remporté 13 titres de Champion de France au lancer de Poids, au lancer de Disque ainsi que plusieurs médailles en saut en longueur ! Actuellement, il détient les records de France de lancers du Poids (Indoor et Out door), de Disque, et de Marteau.

Au niveau international. Damien RUMEAU a



participé à 5 Championnats du Monde et 4 d'Europe. Sa récolte de médaille est impressionnante.

- 2008 : Médaillé d'argent en Disque et au Marteau aux Championnats d'Europe
- 2009 : Médaillé de Bronze au lancer de marteau aux Championnats du Monde.
- 2010, médaille d'argent en lancer de marteau aux Championnats d'Europe.
- En 2011 médaillé de Bronze, en lancer de marteau.
- 2012 : médaille d'argent du poids au Championnat du monde Indoor de Manchester avec un lancer de 11,88 c'est-à-dire au-delà des minima paralympiques.

Damien a fait progresser son propre record de France de 10m96 à 12min16. À noter que cette performance est aussi la seconde performance mondiale de l'année !

Damien a été l'un des 4 athlètes français en sport adapté sélectionnés pour les jeux paralympiques de Londres 2012. Il a donc représenté notre région et notre pays dans cette grande compétition où il a terminé 11^e. Toutes nos félicitations à lui !

Contact

LIGUE SPORT ADAPTÉ LANGUEDOC-ROUSSILLON MAISON RÉGIONALE DES SPORTS

CS 37093, 1039 rue Georges Méliès
34967 Montpellier cedex 2

tel : 04 67 82 16 80

tel : 06 30 39 12 72 (Philippe Lelard, président)

tel : 06 43 71 29 68 (Elodie Pierrot, coordinatrice)

E-mail : contact@lsa-languedocroussillon.com

www.lsa-languedocroussillon.com