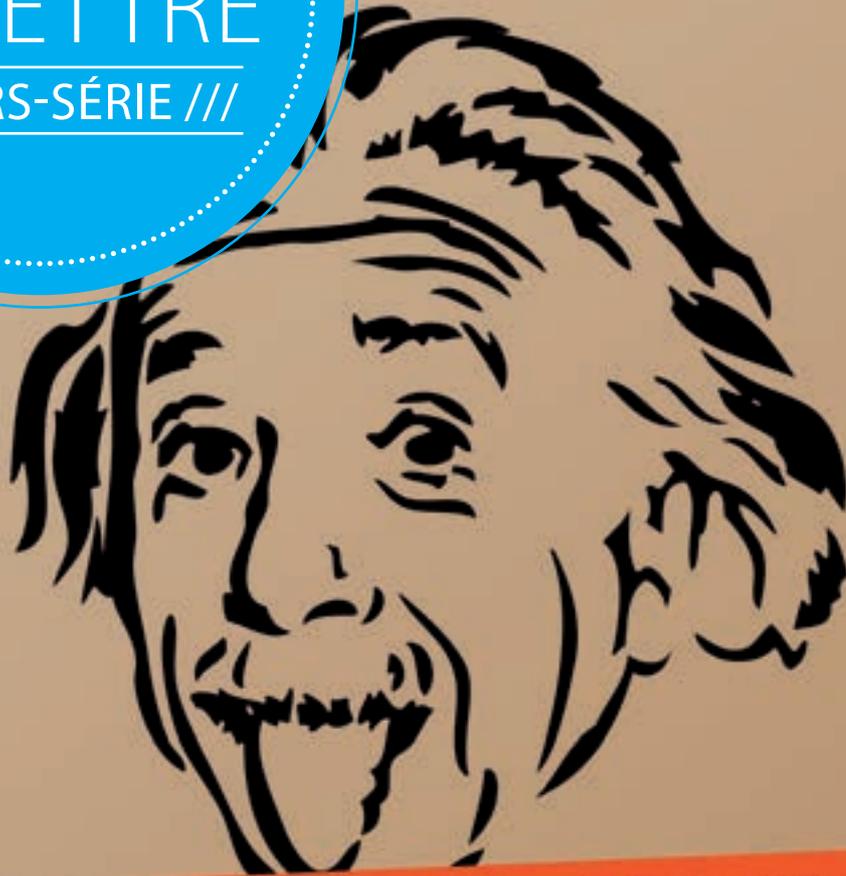


spécial lycéens

Arist
LA LETTRE
/// HORS-SÉRIE ///



IL EST PLUS FACILE

D'EXPLOSER UN ATOME

QU'UN PRÉJUGÉ

Albert Einstein

ZOOM SUR

L'école pour tous,
et après ?

P2

FOCUS

La recherche avance !

P3

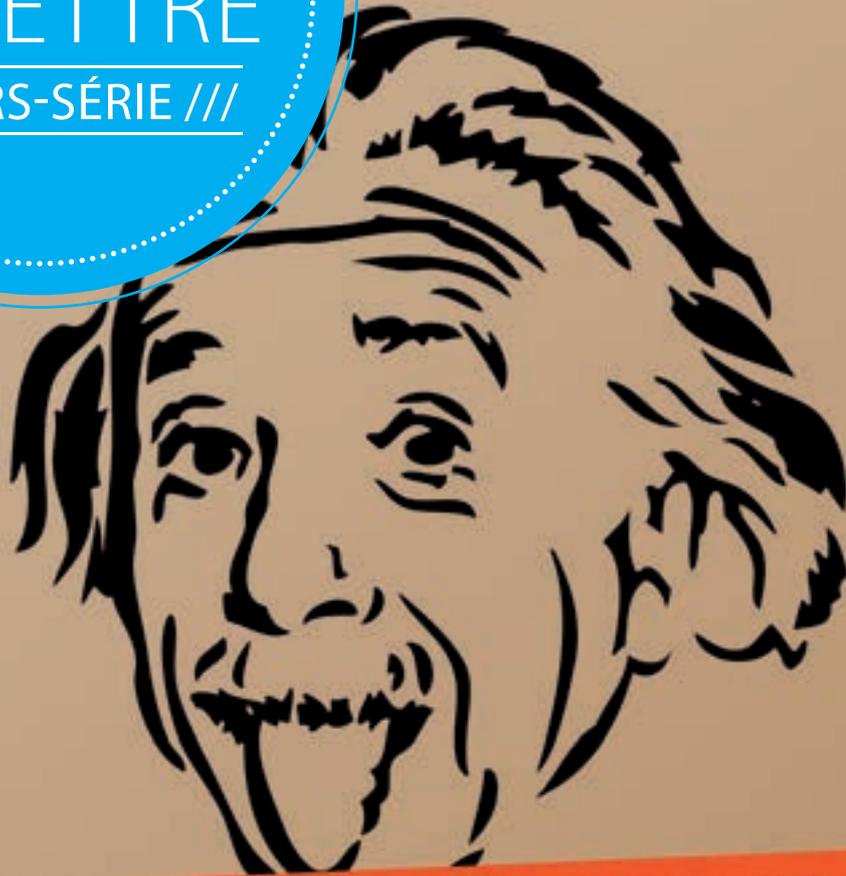
INTERVIEW

L'épanouissement
accessible à tous

P4

spécial lycéens

Arist
LA LETTRE
/// HORS-SÉRIE ///



IL EST PLUS FACILE

D'EXPLOSER UN ATOME

QU'UN PRÉJUGÉ

Albert Einstein

ZOOM SUR

L'école pour tous,
et après ?

P2

FOCUS

La recherche avance !

P3

INTERVIEW

L'épanouissement
accessible à tous

P4

Des jeunes s'engagent pour l'Arist, mais c'est quoi l'Arist ?

L'Arist (Association de Recherche et Insertion Social des Trisomiques) est une association fondée en 1980 par un groupe de parents d'enfants porteurs de trisomie 21, amis et professionnels. Elle gère aujourd'hui 4 établissements et accueille 170 enfants, adolescents et adultes déficients intellectuels. Les établissements de l'association sont gérés par un conseil d'administration entièrement bénévole. L'association compte plus de 350 adhérents et 65 bénévoles.

L'Arist milite en faveur des personnes déficientes intellectuelles et milite pour une meilleure intégration dans la société. Elle cherche des solutions adaptées permettant l'épanouissement et la socialisation des personnes déficientes intellectuelles à l'école, dans leur famille, au travail mais également dans leurs loisirs.

LES VALEURS DE L'ASSOCIATION

• **L'intégration** : L'Arist agit pour une intégration adaptée des personnes déficientes intellectuelles visant à augmenter leurs capacités, favorisant leur autonomie et faisant évoluer

les préjugés. Elle privilégie une intégration en milieu ordinaire lorsque cela est possible.

• **La responsabilité** : L'Arist encourage la responsabilité individuelle, les personnes déficientes intellectuelles et leur famille font des choix qui doivent être respectés. Elle milite ainsi en faveur de la reconnaissance des capacités des déficients intellectuels.

• **La solidarité et l'entraide** : L'Arist favorise les liens entre les familles et les échanges d'expérience. Les familles se soutiennent et avancent ensemble.



• **L'ouverture** : L'Arist est ouverte à toutes les personnes partageant ses valeurs et ses objectifs. Elle accueille les personnes porteuses de trisomie 21 ou d'une autre déficience intellectuelle. L'Arist association indépendante, n'appartient à aucun parti politique, à aucune religion. Elle respecte les convictions de chacun et combat toutes formes de discrimination ou de ségrégation.

édito

Cette Lettre a été réalisée par 4 lycéens de l'Itec Boisfleury, un établissement privé sous contrat de l'agglomération grenobloise. Après avoir participé à une action de communication pour notre association l'Arist (Association de Recherche et d'Insertion des Trisomiques), ils ont décidé de sensibiliser leurs camarades lycéens. Ils m'ont proposé de publier la lettre de notre association sous forme de numéro « spécial lycéens ». J'ai trouvé ce projet très convaincant. Peu d'informations sur la déficience intellectuelle sont diffusées aux jeunes. Or, ce sont les adultes de demain et c'est le moment de leur faire découvrir le monde qui les entoure.

→ **Franck Licha,**
Président de l'association

ZOOM SUR

L'école pour tous ? Et après ?

La scolarisation en milieu ordinaire est difficile pour les enfants en situation de handicap intellectuel. Il existe des structures spécialisées ou non qui les accueillent. On peut différencier deux types de parcours. Un parcours en milieu ordinaire avec plus ou moins d'adaptations et un parcours en milieu protégé dans des établissements spécialisés.

En milieu ordinaire, les élèves sont accueillis en maternelle avec ou sans soutien d'un AVS (Assistant de Vie Scolaire) qui les aide et les accompagne dans leur scolarisation. En primaire le dispositif se poursuit mais une possibilité supplémentaire est offerte, certains élèves déficients intellectuels intègrent une CLIS (Classe pour l'Inclusion Scolaire). C'est une classe composée de douze enfants maximum, dont l'enseignement est adapté à chaque élève en fonction de son besoin. Certains élèves poursuivront leur scolarisation au niveau collège, dans une classe appelée ULIS (Unités Localisées pour l'Inclusion Scolaire). Les élèves sont inscrits en classe ordinaire et sont regroupés sur certains

temps dans une classe ULIS. Les CLIS et ULIS sont intégrées au groupe scolaire en vue de favoriser la socialisation avec les autres élèves.

En milieu protégé, il existe des établissements spécialisés comme les IME (Institut Médico Éducatif) qui accueillent des enfants et adolescents âgés de 3 à 20 ans étant atteints d'un handicap intellectuel. Ces établissements proposent plutôt des activités de développement de la personne visant son autonomie. La scolarité « traditionnelle » (maths, français, etc.) est enseignée en fonction des capacités de chacun. On peut déplorer un nombre d'heures scolaires particulièrement faible, de l'ordre de 4 heures par semaine. À partir de 20 ans, les jeunes adultes handi-

La recherche avance !

Aujourd'hui, la France compte 2 millions de personnes en situation de handicap mental. Ces personnes ont les mêmes droits et devoirs que les autres. La loi du 11 février 2005 leur donne un autre droit dit « de compensation ». Il s'agit d'une aide financière de l'État.

Le handicap mental est souvent associé à la trisomie 21 qui est bien connue du grand public. Cependant, il existe d'autres handicaps intellectuels qui ne sont pas toujours visibles. Les origines peuvent être d'ordre génétique, congénital, accidentel. La déficience intellectuelle se traduit par des difficultés de compréhension, de communication et de décisions plus ou moins importantes selon le degré de handicap. Nous observons chez ces personnes une réduction de l'autonomie. Les difficultés liées à leur handicap modifient leur relation avec les autres.

La trisomie 21 n'est pas une maladie mais une anomalie génétique. La personne porteuse de trisomie 21 possède un chromosome supplémentaire sur la paire 21. C'est-à-dire qu'au lieu d'avoir 46 chromosomes, elle en possède 47.

L'autisme est un handicap mental qui apparaît durant l'enfance et persiste à l'âge adulte. Il crée des troubles du comportement et des difficultés pour communiquer. La personne semble alors isolée dans une sorte

de monde intérieur. La recherche a mis en évidence des désorganisations des cellules apparaissant sous forme de petites tâches dans des parties du cerveau. Or, dans ces parties du cerveau, on trouve le siège des émotions, de la communication, du langage et des fonctions sociales qui sont toutes des fonctions qui n'apparaissent pas chez les personnes autistes.

La recherche sur la trisomie 21 est essentiellement financée par les associations. Des chercheurs de la fondation Jérôme Lejeune ont découvert comment neutraliser le troisième chromosome 21. Ce n'est qu'un petit pas mais qui laisse entrevoir une possibilité de guérison. D'autres chercheurs travaillent sur la déficience intellectuelle et ses conséquences. Proche de l'Arist, les chercheuses Amélie Rochet-Capellan et Marion Dohen du CNRS de Grenoble travaillent depuis octobre 2013 sur le langage et les modes de communication verbale et gestuelle chez les personnes porteuses de trisomie 21.

La recherche joue un rôle majeur dans l'explication

des différences physiques et intellectuelles portées par les personnes déficientes intellectuelles. Toutefois, aucun traitement n'existe pour « soigner » les déficients intellectuels.

Afin d'améliorer la vie de ces personnes, des associations proposent des services d'aide et de soutien. Les CAMSP (Centre d'Action Médico-Sociale Précoce) accueillent les enfants porteurs de handicap mental âgés de 0 à 6 ans. Les SESSAD (Service d'Éducation Spéciale et de Soins à Domicile) accompagnent la scolarité des élèves âgés de 3 à 16 ans.

Dans ces structures, les enfants et adolescents sont pris en charge par une équipe pluridisciplinaire composée d'orthophonistes, psychomotriciens, ergothérapeutes, psychologues, assistantes sociales, médecins, etc. Les associations gestionnaires de ces établissements apportent un soutien essentiel aux enfants, adultes et à leurs familles.



Affiche de l'exposition "les regardeurs".

Il est très difficile de travailler en milieu ordinaire pour ces personnes, notamment à cause du rythme de travail qui leur est imposé (être rentable), et de leur fatigabilité. Cependant, les personnes handicapées ont elles aussi des rêves de métiers. En 2007, l'exposition *Les regardeurs* organisée par l'association Comme C'est Curieux, au musée de l'Ancien Évêché à Grenoble, a témoigné sur le désir de métiers des personnes déficientes intellectuelles. Ces enfants et adolescents désirent devenir : maire, agriculteur, pompier, chanteur, etc. Rappelons qu'en France, la loi du 10 juillet 1987 oblige les entreprises de plus de 20 salariés d'employer des travailleurs handicapés (moteur / intellectuels) dans la proportion de 6 % de leurs effectifs.

capés ayant acquis des capacités pourront travailler dans un ESAT Établissements et Services d'Aide par le Travail (comme celui géré par l'association Arist). Ceux ayant plus de difficultés seront orientés vers un SAJ (Service d'Activité de Jour) qui propose des activités d'épanouissement personnel et de bien-être.

ÊTRE BÉNÉVOLE ? POURQUOI PAS NOUS ? POURQUOI PAS VOUS ?

Dans le cadre de nos TPE (Travaux personnels encadrés, épreuve du baccalauréat), nous avons travaillé et essayé de comprendre comment les personnes déficientes intellectuelles sont intégrées aujourd'hui dans notre société. L'Arist nous a accompagnés dans cette démarche et nous a ouvert les portes de ses établissements. Pour Noël, nous avons participé à une action de bénévolat au Summum de Grenoble, le samedi 6 décembre 2014. Le but de cette manifestation étant de faire connaître une association locale aux salariés de grandes entreprises grenobloises (Schneider Electric, HP, Caterpillar, Orange, Banque Populaire, CHU, etc.). Nous avons distribué des prospectus, participé à la vente de peluches et communiqué avec les spectateurs sur les actions de l'association. Cette après-midi a été enrichissante, nous avons rencontré des jeunes adultes porteurs de trisomie 21. Ce sont des personnes vraiment sympathiques et toujours de bonne humeur ! Une expérience enrichissante qui pourrait être aussi la vôtre. Alors n'hésitez pas à donner un peu de votre temps !



INTERVIEW

L'épanouissement accessible à tous

La Fédération Française du Sport Adapté FFSA existe depuis 1983. Elle permet aux personnes handicapées intellectuelles et ayant des troubles mentaux de pratiquer une ou plusieurs activités sportives.

La FFSA a créé des championnats (départementaux, régionaux, français et internationaux) réservés aux personnes en situation de handicap intellectuel. Les sportifs s'inscrivent dans une des trois divisions selon leurs performances sportives. La division 1 (D1) regroupe les meilleurs sportifs déficients intellectuels français. De nombreux sports ont rejoint la FFSA comme le football, la natation, le ski, le tennis, le basket, etc. Cependant, il reste encore des améliorations et des adaptations à apporter pour la pratique du sport par les personnes déficientes intellectuelles. En Isère, nous avons la chance d'avoir un sportif reconnu sportif de haut niveau. Il a participé récemment à des championnats internationaux au Mexique. Nous avons interrogé Clément Colomby, ce sportif hors norme !

« Je m'appelle Clément, j'ai 23 ans. Je vis chez mes parents avec ma sœur et ma fiancée Sabrina. Je travaille à l'ESAT/SAJ de l'Arist depuis 3 ans en espaces verts au CEA (grande entreprise du bassin grenoblois). Mais ce que je préfère, c'est le sport !

Quels sports pratiques-tu ? À quel niveau ? Avec qui ?

Je fais beaucoup de sports comme de la natation, du ski de fond, du vélo, de la course, du foot, etc. Je fais partie du pôle France en ski de fond et en natation.

Je vais à la piscine presque tous les jours. Je m'entraîne jusqu'à 12 fois par semaine pendant les stages. Je nage avec l'ALESA à Echirolles, un club de sport adapté et avec le club de Pont de Claix en intégration en milieu ordinaire. J'ai 3 coaches de natation. Philippe et Julien pour mes 2 clubs grenoblois et Bertrand, l'entraîneur national de l'équipe de France de sport adapté.

Qu'est-ce qu'il te plaît dans le sport ?

J'aime bien l'ambiance avec les copains, les compétitions. Le réconfort après le sport avec les masseurs.

Nous avons appris tes exploits sportifs au Mexique, quelle récompense as-tu obtenu ?

Avec l'équipe de France, on a gagné la médaille d'or au relais 4 fois 4 nages 25 m. On était 4 garçons. Les filles de l'équipe de France ont aussi remporté la médaille d'or. J'ai également fait des interviews pour France 3 et des articles ont été publiés dans le journal.

Tu nous as dit que tu travailles en espaces verts. Peux-tu nous parler de ton métier ?

Trop top les espaces verts, c'est moi qui ai choisi, je suis avec mes potes. Mes parents m'emmènent et quand ils ne peuvent pas je prends le bus. Quand je pars en stage, je suis quand même rémunéré car l'Arist a signé une convention avec la FFSA.

Quels sont tes passe-temps favoris le week-end ?

Je vais au cinéma, le dernier film que j'ai vu est La famille Bélier, c'était trop bien. Je vais en ville et j'aime faire la fête. Surtout quand on arrose les médailles.

Quels sont tes projets futurs ?

J'aimerais avoir mon appartement et me marier avec Sabrina. Mon objectif est de participer aux JO paralympiques à Rio en 2016.

Pour toi, ton handicap est-il une force ou une faiblesse ?

Une force pour gagner. Des fois on m'insulte de « triso » sur mon lieu de travail ou dans la rue. On m'a volé mon casque de musique.

Nous avons également posé quelques questions à Michel Colomby, le papa de Clément.

Quelles sont vos principales motivations pour votre engagement dans le sport adapté ?

Dès l'âge de 19 ans, je me suis impliqué dans le sport

adapté. Je faisais partie de l'équipe de France en patinage de vitesse et triathlon puis je me suis blessé. Je suis devenu président du club. L'objectif était d'intégrer les personnes handicapées. Avant la naissance de Clément, je connaissais déjà le handicap. Quand Clément est arrivé, je me suis réengagé dans le sport adapté, c'était une évidence.

Votre fils a aujourd'hui obtenu le statut de « sportif de haut niveau » en sport adapté, ce doit être une fierté. Quelles sont les étapes de ce beau parcours ?

Il nous surprend toujours ! Il nage plus vite que moi ! On a toujours fait beaucoup de sport. Nous adhérons au "Sport Adapté" qui permet de rencontrer des gens, de se socialiser et se sentir bien. Aujourd'hui, Clément est suivi par des spécialistes (diététicienne, psychologue) comme tous sportifs de haut niveau. Il est sponsorisé pour le ski par Atomic et la Caisse d'Épargne mais également par Nike qui est sensibilisé au handicap. Ce parcours sportif montre une victoire dans la réalisation de projets mais Clément reste sur terre et il ne prend pas la grosse tête.

Nous contacter

Les commissions de l'Arist

- animation@arist.asso.fr
- parcours_scolaire@arist.asso.fr
- recherche@arist.asso.fr
- communication@arist.asso.fr
- financement@arist.asso.fr

Une info à faire passer ?

- lalettre@arist.asso.fr

Pour tout autre sujet

- contact@arist.asso.fr



La Lettre de l'Arist est une publication de l'Arist : 63, av. de Poisat - 38 320 Eybens - 04 76 25 85 76. Responsable de la rédaction : Franck Licha. Conception graphique et maquette : Olivier Monnier. Ont participé à la rédaction et à la lecture : Vachon Julie, Cottave Fanny, Audiffren Mathis, Le Gulludéc Clémence, Laurence Martin, Franck Licha. N° ISSN : 2114-9097. Imprimé à 1 100 exemplaires par : Imprimerie des Écureuils - 3 Rue de Mayencin, 38610 Gières.



Des jeunes s'engagent pour l'Arist, mais c'est quoi l'Arist ?

L'Arist (Association de Recherche et Insertion Sociale des Trisomiques) est une association fondée en 1980 par un groupe de parents d'enfants porteurs de trisomie 21, amis et professionnels. Elle gère aujourd'hui 4 établissements et accueille 170 enfants, adolescents et adultes déficients intellectuels. Les établissements de l'association sont gérés par un conseil d'administration entièrement bénévole. L'association compte plus de 350 adhérents et 65 bénévoles.

L'Arist milite en faveur des personnes déficientes intellectuelles et milite pour une meilleure intégration dans la société. Elle cherche des solutions adaptées permettant l'épanouissement et la socialisation des personnes déficientes intellectuelles à l'école, dans leur famille, au travail mais également dans leurs loisirs.

LES VALEURS DE L'ASSOCIATION

• **L'intégration** : L'Arist agit pour une intégration adaptée des personnes déficientes intellectuelles visant à augmenter leurs capacités, favorisant leur autonomie et faisant évoluer

les préjugés. Elle privilégie une intégration en milieu ordinaire lorsque cela est possible.

• **La responsabilité** : L'Arist encourage la responsabilité individuelle, les personnes déficientes intellectuelles et leur famille font des choix qui doivent être respectés. Elle milite ainsi en faveur de la reconnaissance des capacités des déficients intellectuels.

• **La solidarité et l'entraide** : L'Arist favorise les liens entre les familles et les échanges d'expérience. Les familles se soutiennent et avancent ensemble.



• **L'ouverture** : L'Arist est ouverte à toutes les personnes partageant ses valeurs et ses objectifs. Elle accueille les personnes porteuses de trisomie 21 ou d'une autre déficience intellectuelle. L'Arist association indépendante, n'appartient à aucun parti politique, à aucune religion. Elle respecte les convictions de chacun et combat toutes formes de discrimination ou de ségrégation.

édito

Cette Lettre a été réalisée par 4 lycéens de l'Itec Boisfleury, un établissement privé sous contrat de l'agglomération grenobloise. Après avoir participé à une action de communication pour notre association l'Arist (Association de Recherche et d'Insertion des Trisomiques), ils ont décidé de sensibiliser leurs camarades lycéens. Ils m'ont proposé de publier la lettre de notre association sous forme de numéro « spécial lycéens ». J'ai trouvé ce projet très convaincant. Peu d'informations sur la déficience intellectuelle sont diffusées aux jeunes. Or, ce sont les adultes de demain et c'est le moment de leur faire découvrir le monde qui les entoure.

→ **Franck Licha,**
Président de l'association

ZOOM SUR

L'école pour tous ? Et après ?

La scolarisation en milieu ordinaire est difficile pour les enfants en situation de handicap intellectuel. Il existe des structures spécialisées ou non qui les accueillent. On peut différencier deux types de parcours. Un parcours en milieu ordinaire avec plus ou moins d'adaptations et un parcours en milieu protégé dans des établissements spécialisés.

En milieu ordinaire, les élèves sont accueillis en maternelle avec ou sans soutien d'un AVS (Assistant de Vie Scolaire) qui les aide et les accompagne dans leur scolarisation. En primaire le dispositif se poursuit mais une possibilité supplémentaire est offerte, certains élèves déficients intellectuels intègrent une CLIS (Classe pour l'Inclusion Scolaire). C'est une classe composée de douze enfants maximum, dont l'enseignement est adapté à chaque élève en fonction de son besoin. Certains élèves poursuivront leur scolarisation au niveau collège, dans une classe appelée ULIS (Unités Localisées pour l'Inclusion Scolaire). Les élèves sont inscrits en classe ordinaire et sont regroupés sur certains

temps dans une classe ULIS. Les CLIS et ULIS sont intégrées au groupe scolaire en vue de favoriser la socialisation avec les autres élèves.

En milieu protégé, il existe des établissements spécialisés comme les IME (Institut Médico Éducatif) qui accueillent des enfants et adolescents âgés de 3 à 20 ans étant atteints d'un handicap intellectuel. Ces établissements proposent plutôt des activités de développement de la personne visant son autonomie. La scolarité « traditionnelle » (maths, français, etc.) est enseignée en fonction des capacités de chacun. On peut déplorer un nombre d'heures scolaires particulièrement faible, de l'ordre de 4 heures par semaine. À partir de 20 ans, les jeunes adultes handi-

La recherche avance !

Aujourd'hui, la France compte 2 millions de personnes en situation de handicap mental. Ces personnes ont les mêmes droits et devoirs que les autres. La loi du 11 février 2005 leur donne un autre droit dit « de compensation ». Il s'agit d'une aide financière de l'État.

Le handicap mental est souvent associé à la trisomie 21 qui est bien connue du grand public. Cependant, il existe d'autres handicaps intellectuels qui ne sont pas toujours visibles. Les origines peuvent être d'ordre génétique, congénital, accidentel. La déficience intellectuelle se traduit par des difficultés de compréhension, de communication et de décisions plus ou moins importantes selon le degré de handicap. Nous observons chez ces personnes une réduction de l'autonomie. Les difficultés liées à leur handicap modifient leur relation avec les autres.

La trisomie 21 n'est pas une maladie mais une anomalie génétique. La personne porteuse de trisomie 21 possède un chromosome supplémentaire sur la paire 21. C'est-à-dire qu'au lieu d'avoir 46 chromosomes, elle en possède 47.

L'autisme est un handicap mental qui apparaît durant l'enfance et persiste à l'âge adulte. Il crée des troubles du comportement et des difficultés pour communiquer. La personne semble alors isolée dans une sorte

de monde intérieur. La recherche a mis en évidence des désorganisations des cellules apparaissant sous forme de petites tâches dans des parties du cerveau. Or, dans ces parties du cerveau, on trouve le siège des émotions, de la communication, du langage et des fonctions sociales qui sont toutes des fonctions qui n'apparaissent pas chez les personnes autistes.

La recherche sur la trisomie 21 est essentiellement financée par les associations. Des chercheurs de la fondation Jérôme Lejeune ont découvert comment neutraliser le troisième chromosome 21. Ce n'est qu'un petit pas mais qui laisse entrevoir une possibilité de guérison. D'autres chercheurs travaillent sur la déficience intellectuelle et ses conséquences. Proche de l'Arist, les chercheuses Amélie Rochet-Capellan et Marion Dohen du CNRS de Grenoble travaillent depuis octobre 2013 sur le langage et les modes de communication verbale et gestuelle chez les personnes porteuses de trisomie 21.

La recherche joue un rôle majeur dans l'explication

des différences physiques et intellectuelles portées par les personnes déficientes intellectuelles. Toutefois, aucun traitement n'existe pour « soigner » les déficients intellectuels.

Afin d'améliorer la vie de ces personnes, des associations proposent des services d'aide et de soutien. Les CAMSP (Centre d'Action Médico-Sociale Précoce) accueillent les enfants porteurs de handicap mental âgés de 0 à 6 ans. Les SESSAD (Service d'Éducation Spéciale et de Soins à Domicile) accompagnent la scolarité des élèves âgés de 3 à 16 ans.

Dans ces structures, les enfants et adolescents sont pris en charge par une équipe pluridisciplinaire composée d'orthophonistes, psychomotriciens, ergothérapeutes, psychologues, assistantes sociales, médecins, etc. Les associations gestionnaires de ces établissements apportent un soutien essentiel aux enfants, adultes et à leurs familles.



Affiche de l'exposition "les regardeurs".

Il est très difficile de travailler en milieu ordinaire pour ces personnes, notamment à cause du rythme de travail qui leur est imposé (être rentable), et de leur fatigabilité. Cependant, les personnes handicapées ont elles aussi des rêves de métiers. En 2007, l'exposition *Les regardeurs* organisée par l'association Comme C'est Curieux, au musée de l'Ancien Évêché à Grenoble, a témoigné sur le désir de métiers des personnes déficientes intellectuelles. Ces enfants et adolescents désirent devenir : maire, agriculteur, pompier, chanteur, etc. Rappelons qu'en France, la loi du 10 juillet 1987 oblige les entreprises de plus de 20 salariés d'employer des travailleurs handicapés (moteur / intellectuels) dans la proportion de 6 % de leurs effectifs.

capés ayant acquis des capacités pourront travailler dans un ESAT Établissements et Services d'Aide par le Travail (comme celui géré par l'association Arist). Ceux ayant plus de difficultés seront orientés vers un SAJ (Service d'Activité de Jour) qui propose des activités d'épanouissement personnel et de bien-être.

ÊTRE BÉNÉVOLE ? POURQUOI PAS NOUS ? POURQUOI PAS VOUS ?

Dans le cadre de nos TPE (Travaux personnels encadrés, épreuve du baccalauréat), nous avons travaillé et essayé de comprendre comment les personnes déficientes intellectuelles sont intégrées aujourd'hui dans notre société. L'Arist nous a accompagnés dans cette démarche et nous a ouvert les portes de ses établissements. Pour Noël, nous avons participé à une action de bénévolat au Summum de Grenoble, le samedi 6 décembre 2014. Le but de cette manifestation étant de faire connaître une association locale aux salariés de grandes entreprises grenobloise (Schneider Electric, HP, Caterpillar, Orange, Banque Populaire, CHU, etc.). Nous avons distribué des prospectus, participé à la vente de peluches et communiqué avec les spectateurs sur les actions de l'association. Cette après-midi a été enrichissante, nous avons rencontré des jeunes adultes porteurs de trisomie 21. Ce sont des personnes vraiment sympathiques et toujours de bonne humeur ! Une expérience enrichissante qui pourrait être aussi la vôtre. Alors n'hésitez pas à donner un peu de votre temps !



INTERVIEW

L'épanouissement accessible à tous

La Fédération Française du Sport Adapté FFSA existe depuis 1983. Elle permet aux personnes handicapées intellectuelles et ayant des troubles mentaux de pratiquer une ou plusieurs activités sportives.

La FFSA a créé des championnats (départementaux, régionaux, français et internationaux) réservés aux personnes en situation de handicap intellectuel. Les sportifs s'inscrivent dans une des trois divisions selon leurs performances sportives. La division 1 (D1) regroupe les meilleurs sportifs déficients intellectuels français. De nombreux sports ont rejoint la FFSA comme le football, la natation, le ski, le tennis, le basket, etc. Cependant, il reste encore des améliorations et des adaptations à apporter pour la pratique du sport par les personnes déficientes intellectuelles. En Isère, nous avons la chance d'avoir un sportif reconnu sportif de haut niveau. Il a participé récemment à des championnats internationaux au Mexique. Nous avons interrogé Clément Colomby, ce sportif hors norme !

« Je m'appelle Clément, j'ai 23 ans. Je vis chez mes parents avec ma sœur et ma fiancée Sabrina. Je travaille à l'ESAT/SAJ de l'Arist depuis 3 ans en espaces verts au CEA (grande entreprise du bassin grenoblois). Mais ce que je préfère, c'est le sport !

Quels sports pratiques-tu ? À quel niveau ? Avec qui ?

Je fais beaucoup de sports comme de la natation, du ski de fond, du vélo, de la course, du foot, etc. Je fais partie du pôle France en ski de fond et en natation.

Je vais à la piscine presque tous les jours. Je m'entraîne jusqu'à 12 fois par semaine pendant les stages. Je nage avec l'ALESÀ à Echirolles, un club de sport adapté et avec le club de Pont de Claix en intégration en milieu ordinaire. J'ai 3 coaches de natation. Philippe et Julien pour mes 2 clubs grenoblois et Bertrand, l'entraîneur national de l'équipe de France de sport adapté.

Qu'est-ce qu'il te plaît dans le sport ?

J'aime bien l'ambiance avec les copains, les compétitions. Le réconfort après le sport avec les masseurs.

Nous avons appris tes exploits sportifs au Mexique, quelle récompense as-tu obtenu ?

Avec l'équipe de France, on a gagné la médaille d'or au relais 4 fois 4 nages 25 m. On était 4 garçons. Les filles de l'équipe de France ont aussi remporté la médaille d'or. J'ai également fait des interviews pour France 3 et des articles ont été publiés dans le journal.

Tu nous as dit que tu travailles en espaces verts. Peux-tu nous parler de ton métier ?

Trop top les espaces verts, c'est moi qui ai choisi, je suis avec mes potes. Mes parents m'emmènent et quand ils ne peuvent pas je prends le bus. Quand je pars en stage, je suis quand même rémunéré car l'Arist a signé une convention avec la FFSA.

Quels sont tes passe-temps favoris le week-end ?

Je vais au cinéma, le dernier film que j'ai vu est La famille Bélier, c'était trop bien. Je vais en ville et j'aime faire la fête. Surtout quand on arrose les médailles.

Quels sont tes projets futurs ?

J'aimerais avoir mon appartement et me marier avec Sabrina. Mon objectif est de participer aux JO paralympiques à Rio en 2016.

Pour toi, ton handicap est-il une force ou une faiblesse ?

Une force pour gagner. Des fois on m'insulte de « triso » sur mon lieu de travail ou dans la rue. On m'a volé mon casque de musique.

Nous avons également posé quelques questions à Michel Colomby, le papa de Clément.

Quelles sont vos principales motivations pour votre engagement dans le sport adapté ?

Dès l'âge de 19 ans, je me suis impliqué dans le sport

adapté. Je faisais partie de l'équipe de France en patinage de vitesse et triathlon puis je me suis blessé. Je suis devenu président du club. L'objectif était d'intégrer les personnes handicapées. Avant la naissance de Clément, je connaissais déjà le handicap. Quand Clément est arrivé, je me suis réengagé dans le sport adapté, c'était une évidence.

Votre fils a aujourd'hui obtenu le statut de « sportif de haut niveau » en sport adapté, ce doit être une fierté. Quelles sont les étapes de ce beau parcours ?

Il nous surprend toujours ! Il nage plus vite que moi ! On a toujours fait beaucoup de sport. Nous adhérons au "Sport Adapté" qui permet de rencontrer des gens, de se socialiser et se sentir bien. Aujourd'hui, Clément est suivi par des spécialistes (diététicienne, psychologue) comme tous sportifs de haut niveau. Il est sponsorisé pour le ski par Atomic et la Caisse d'Épargne mais également par Nike qui est sensibilisé au handicap. Ce parcours sportif montre une victoire dans la réalisation de projets mais Clément reste sur terre et il ne prend pas la grosse tête.

Nous contacter

Les commissions de l'Arist

- animation@arist.asso.fr
- parcours_scolaire@arist.asso.fr
- recherche@arist.asso.fr
- communication@arist.asso.fr
- financement@arist.asso.fr

Une info à faire passer ?

- lalettre@arist.asso.fr

Pour tout autre sujet

- contact@arist.asso.fr



www.facebook.com/association.arist

Arist

La Lettre de l'Arist est une publication de l'Arist : 63, av. de Poisat - 38 320 Eybens - 04 76 25 85 76. Responsable de la rédaction : Franck Licha. Conception graphique et maquette : Olivier Monnier. Ont participé à la rédaction et à la lecture : Vachon Julie, Cottave Fanny, Audiffren Mathis, Le Gulludéc Clémence, Laurence Martin, Franck Licha. N° ISSN : 2114-9097. Imprimé à 1 100 exemplaires par : Imprimerie des Écureuils - 3 Rue de Mayencin, 38610 Gières.

