



MAI 2024

www.handicapenergie.fr

BOCCIA, GOALBALL, RUGBY FAUTEUIL... DECOUVREZ LES 22 SPORTS CONNUS ET MOINS CONNUS AUX JEUX PARALYMPIQUES DE PARIS 2024



Les Jeux paralympiques de Paris 2024 s'ouvrent le 28 août. Au menu de ces paralympiades : 22 sports et 549 épreuves. La plupart sont des adaptations des disciplines olympiques mais deux d'entre elles n'ont pas d'équivalent : la boccia et le goalball. France Bleu fait le point sur les épreuves déjà présentes lors des précédents Jeux à Tokyo.

22 sports en compétition

- Pour les Jeux paralympiques de Paris 2024, 22 sports sont présents :
- Para Athlétisme
- Para Aviron
- Para Badminton
- Basket fauteuil
- Boccia
- Para Canoë
- Cécifoot - Football à 5
- Para Équitation
- Escrime fauteuil
- Goalball
- Para Haltérophilie - Dynamophilie
- Para Judo
- Para Natation
- Rugby fauteuil
- Para Taekwondo
- Para Tennis de table
- Para Tir
- Para Triathlon
- Volley assis
- Para Cyclisme

- **Migraine** : Des maux de tête intenses et récurrents qui peuvent limiter la capacité à travailler ou à étudier.
- **Autisme** : Un trouble du développement qui affecte la communication et les interactions sociales.
- **Trouble de la vue** : Une perte visuelle importante.
- **VIH et Sida** : insuffisance immunitaire.
- **Asthme sévère et insuffisance respiratoire** : une forme grave de troubles respiratoires chroniques.
- **Mucoviscidose** : une maladie génétique affectant les voies respiratoires.
- **Hypertension artérielle** : une élévation persistante de la pression sanguine artérielle.
- **Epilepsie** : un trouble neurologique caractérisé par des crises convulsives récurrentes.
- **Maladies cardiovasculaires** : une insuffisance cardiaque, une maladie coronarienne...
- **Insuffisance rénale chronique** : unedéfaillance progressive des fonctions rénales.
- **Maladies rhumatoïdes** : des troubles auto-immuns affectant les articulations et tissus conjonctifs.
- **Troubles musculo-squelettiques** : des affections touchant les muscles, os et articulations.
- **Maladie de Parkinson** : un trouble neurodégénératif affectant le mouvement et l'équilibre.
- **Fibromyalgie** : un syndrome caractérisé par des douleurs musculaires généralisées persistantes.
- **Troubles Obsessionnels Compulsifs (TOC)** : des manifestations anxieuses récurrentes et des comportements compulsifs.
- **Syndrome Gilles de la Tourette** : un trouble neurologique avec tics involontaires et vocaux.
- **Arthrose** : une dégradation progressive du cartilage et des autres composants de l'articulation, causant des limitations fonctionnelles et douloureuses. Cette maladie peut toucher toutes les articulations du corps (doigts, main, épaule, colonne vertébrale, genou, hanche).
- **Ostéoporose** : une perte de résistance des os.
- **Lombalgie chronique** : une douleur persistante dans la région lombaire.
- **Hépatites** : des inflammations du foie, souvent virales, parfois chroniques.
- **Maladies de l'appareil digestif** : des affections affectant le système gastro-intestinal.
- **Maladie d'Alzheimer** : un trouble neurodégénératif progressif affectant la mémoire et cognition.
- **Narcolepsie** : une somnolence anormale provoquant des endormissements involontaires pendant la journée.
- **Maladies rares ou orphelines** : des affections peu fréquentes et souvent méconnues.
- **Allergies** : des réactions anormales du système immunitaire à des substances.
- **Myopathie** : des troubles musculaires caractérisés par une faiblesse et atrophie.
- **Poliomyélite** : une maladie virale affectant le système nerveux et provoquant des paralysies.
- **Schizophrénie** : un trouble mental caractérisé par des désordres cognitifs, émotionnels et comportementaux.
- **Dystrophie musculaire** : des affections génétiques provoquant une faiblesse musculaire progressive.

Ces maladies ont des conséquences sur la vie des personnes, créent un handicap, qui peut ensuite être reconnu par les MDPH. La MDPH a pour rôle essentiel de reconnaître le handicap causé par une maladie invalidante. Elle attribue ainsi les droits correspondants aux personnes concernées.

Pour ce faire, les personnes ayant une maladie invalidante doivent présenter un dossier de demande complet, afin d'obtenir une reconnaissance officielle de leur handicap. Ce dossier comprend toutes les informations médicales et administratives détaillées les concernant. Une équipe pluridisciplinaire, composée de professionnels de la santé et du social, évaluent la demande. Par ailleurs, la Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH) intervient pour étudier attentivement chaque dossier. Elle décide des droits et des aides à accorder en fonction des besoins spécifiques de chaque individu. Attention, la MDPH et la CDAPH sont liées mais n'ont pas les mêmes fonctions.

La reconnaissance d'une maladie invalidante par la MDPH donne droit à diverses aides et allocations. Celles-ci dépendront du taux d'incapacité validé par la MDPH. Parmi les principaux droits et aides destinés à faciliter la vie quotidienne et à favoriser l'autonomie, on retrouve :

- L'Allocation Adulte Handicapé (AAH)
- La carte d'invalidité
- L'orientation professionnelle et les mesures d'accompagnement au travail (comme la RQTH)
- Les prestations de compensation du handicap (PCH)
- L'accès à des structures d'accueil spécialisées

Retrouvez tous les conseils pratiques et les détails de chaque maladie dans l'article ci-dessous :

<https://handirect.fr/quelle-est-la-liste-des-maladies-invalidantes-reconnues-par-la-mdph-depuis-2019/>

TOURNESOL, LE LOGO DU HANDICAP INVISIBLE DANS LES AEROPORTS



Dans les aéroports, avez-vous déjà remarqué des passagers portant un badge ou un cordon vert orné de tournesols ? C'est le symbole pour identifier un handicap invisible, tels que les troubles cognitifs ou dys, les maladies mentales, le diabète, les déficiences sensorielles, qui ne sont pas immédiatement perceptibles. Au printemps 2024, il fait son entrée dans les terminaux d'Orly et de Roissy. Le groupe ADP (Aéroports de Paris) vient en effet de rejoindre le « Programme Tournesol », promettant le 7 mai 2024 sur X que le personnel sera « attentif aux besoins des voyageurs porteurs du cordon ». Un symbole solaire pour mettre en lumière l'invisible ?

Une assistance adaptée

Conçu pour créer un environnement plus inclusif et attentif, ce programme permet aux passagers de recevoir une assistance adaptée sans avoir à divulguer spécifiquement leur situation à chaque interaction, une « réponse à un besoin souvent négligé dans nos sociétés », affirme Martine Lecourt, directrice des services aux passagers de Lyon-Saint Exupéry. Il s'est imposé face à la hausse de voyageurs exprimant le besoin de soutien « discret ».

Quelles aides ?

Il prévoit des formations spécifiques pour le personnel aéroportuaire et certains aménagements : files d'attente prioritaires, zones de repos isolées et procédures d'embarquement adaptées. « Avant, je redoutais les aéroports mais savoir que je peux porter mon badge et recevoir de l'aide sans avoir à tout expliquer à chaque fois rend mes voyages beaucoup moins stressants », témoigne Emilie, une passagère.

230 aéroports dans le monde

Il est inspiré du « Hidden disability sunflower lanyard » (Programme lanière tournesol invisible) lancé pour la première fois au Royaume-Uni par l'aéroport de Gatwick en 2016. Ce système a été rapidement adopté par de nombreux autres aéroports, s'étendant à certaines institutions et entreprises ou espaces publics (supermarchés, transports en commun, restaurants...). Il a conquis plus de 230 aéroports et 15 compagnies aériennes à travers le monde. En France, il est disponible dans les plus fréquentés (Lyon, Nice et désormais Roissy et Orly) tandis que des discussions sont en cours pour son expansion dans d'autres infrastructures européennes.

Pour se procurer le cordon tournesol, rendez-vous dans les espaces « Assistance mobilité » de Paris-Charles de Gaulle et de Paris-Orly ou sur le site hdsunflower.com.

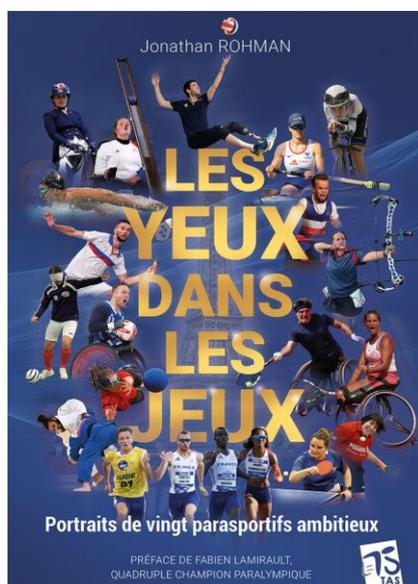
D'autres logos « invisibles » !

Ce serait donc la fin de la toute-puissance de l'incontournable logo « fauteuil roulant » alors même qu'il ne concerne qu'une part infime des personnes en situation de handicap, contre 80 % de handicaps invisibles ? D'autres démarches ont vu le jour. Le dispositif « Please offer me a seat » (Offrez-moi un siège) s'invite dans les transports newyorkais puis londoniens en 2017, un badge bleu qui permet aux voyageurs avec un handicap invisible et nécessitant une place assise de se signaler aux autres passagers (Transports : un badge pour signaler un handicap invisible). En Irlande du Nord, c'est la JAM Card qui permet d'indiquer discrètement que son porteur a besoin de « Just a minute » de patience.

Et en France ? En avril 2023, Virginie Szpiro convainc l'hypermarché Auchan de La-Chapelle-Saint-Aubin d'inclure ce symbole, figurant la silhouette d'une personne avec des points rouges sur certaines parties du corps, dans sa signalétique de caisse réservée aux personnes à mobilité réduite.

<https://informations.handicap.fr/a-tournesol-le-logo-du-handicap-invisible-dans-les-aeroports-36667.php>

LE COIN CULTURE



Recueil de portraits de 20 athlètes paralympiques.

Vingt athlètes paralympiques se sont prêtés au jeu du portrait. Et la découverte de ces champions offre une plongée dans les coulisses du monde paralympique. Cette immersion se traduit par un coup de projecteur sur des disciplines méconnues, de belles histoires de résilience, mais surtout la recherche permanente de performance... sans faire abstraction des nombreuses difficultés (soutien financier, classification, accessibilité des lieux d'entraînement, etc.) auxquelles ces sportifs de haut niveau peuvent être confrontés et sur lesquelles la Fédération française handisport et le Directeur de la performance de la Fédération française de sport adapté apportent leur éclairage.

Vingt portraits et autant de parcours, prises de position et rapports au handicap différents. Le tout avec des interviews de plusieurs dirigeants de la Fédération française handisport et du Directeur de la performance de la Fédération française de sport adapté qui apportent leur éclairage

sur des thèmes évoqués régulièrement par les athlètes tels que le soutien financier, la place du handicap dans la société, la classification ou encore l'aménagement des entraînements...

<https://www.taseditions.fr/les-yeux-dans-les-jeux-disponible-en-precommande/>



Un an après l'annonce de sa récurrence d'un cancer du genou et de son amputation, Matthieu Lartot sort un livre qui raconte sa bataille contre la maladie. Devenu journaliste sportif après avoir vu s'envoler ses rêves de sport de haut niveau, il évoque les vingt-six années où il a vécu à la frontière entre le monde des personnes valides et celui des personnes handicapées. Un témoignage fort sur son parcours qui lui a ouvert les yeux sur certaines inégalités.

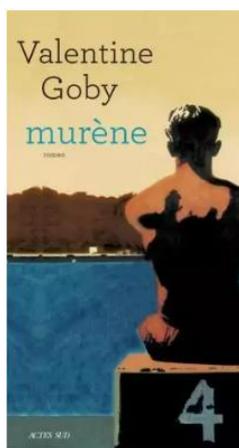
« Je n'ai pas fait preuve de courage mais éventuellement de détermination, celle qui consiste à ne jamais sombrer et à regarder en avant, l'esprit tourné vers la sortie du tunnel. » La citation est à l'image de celui qui se raconte dans ce livre témoignage. Matthieu Lartot narre ainsi de manière pudique comment il cohabite depuis l'âge de 17 ans avec un sarcome synovial. Un cancer du genou rare mais très agressif, et ses séquelles.

Il explique aussi comment, au printemps 2023, ce cancer est venu de nouveau s'immiscer dans sa vie et l'a conduit à prendre une décision nécessaire : se faire amputer de sa jambe droite. Celle-là même avec laquelle Matthieu Lartot a dû partager son existence, pour le meilleur... et surtout pour le pire. Parmi les passages marquants du livre, le récit de sa rencontre avec le journaliste sportif Patrick Knaff. Amputé d'une jambe depuis l'âge de 14 ans, ce dernier se déplace avec une prothèse en bois. « Physiquement empêché, Knaff est un homme plus libre que la grande majorité des valides. » Il n'aura de cesse de lui dire : « Facilite-toi la vie et fais-toi couper cette putain de jambe ! » Au moment de prendre sa décision, Matthieu Lartot aura une pensée pour celui qui l'a aidé à cheminer.

Dans le dernier chapitre du livre, le journaliste raconte aussi sa progressive acceptation de son handicap. « Pendant un quart de siècle, je vais vivre enfermé dans cette réalité parallèle, sur ce continent caché à la lisière de deux mondes que composent les valides et les PMR : celui des presque valides ou des presque handicapés moteurs. Un no man's land où n'existe aucune main tendue ; où personne ne s' imagine qu'une simple marche est pour vous une montagne à gravir ; où lors d'une soirée entre amis, vous souffrez à en crever pendant que la tablée se gondole. »

Comme il nous le confiait, cette amputation a été une libération, et une passerelle vers une prise de conscience des préjudices subis par les personnes en situation de handicap. Inégalités d'accès aux meilleures prothèses, lenteur administrative sur le dossier de reconnaissance du handicap, manque d'accessibilité des transports en commun... Le journaliste veut s'engager. Et, après celui contre le cancer, se lancer dans un autre combat. Assurément, on pourra compter sur sa détermination.

<https://www.faire-face.fr/2024/04/22/matthieu-lartot-on-n-ampute-pas-le-coeur/>



Hiver 1956. Dans les Ardennes, François, un jeune homme de vingt-deux ans, s'enfonce dans la neige, marche vers les bois à la recherche d'un village. Croisant une voie ferrée qui semble désaffectée, il grimpe sur un wagon oublié... Quelques heures plus tard une enfant découvre François à demi mort – corps en étoile dans la poudreuse, en partie calciné.

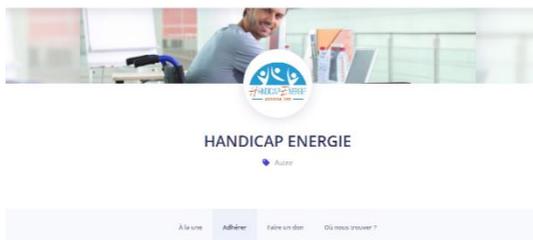
Quel sera le destin de ce blessé dont les médecins pensent qu'il ne survivra pas ? À quelle épreuve son corps sera-t-il soumis ? Qu'advient-il de ses souvenirs, de son chemin de vie alors que ses moindres gestes sont à réinventer, qu'il faut passer du refus de soi au désir de poursuivre ?

Murène s'inscrit dans cette part d'humanité où naît la résilience, ce champ des possibilités humaines qui devient, malgré les contraintes de l'époque – les limites de la chirurgie, le peu de ressources dans l'appareillage des grands blessés –, une promesse d'échappées. Car bien au-delà d'une histoire de malchance, ce roman est celui d'une métamorphose qui nous entraîne, solaire, vers l'émergence du handisport et jusqu'aux Jeux paralympiques de Tokyo en 1964.

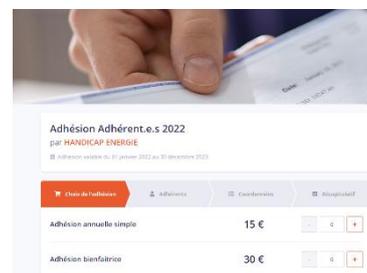
<https://www.fnac.com/a15828016/Valentine-Goby->

[Murene#int=S:NonApplicable|NonApplicable|1|15828016|BL3|L1](#)

N'OUBLIEZ PAS DE RENOUELER VOTRE ADHESION



Cliquez sur le lien suivant et grâce à HELLOASSO, votre adhésion sera entièrement dématérialisée :



<http://www.handicapenergie.fr/elementor-1750/>

Ont participé à ce numéro :

Jean François CHOLAT, Olivier RAYMOND

Conception/Rédaction : Sophie GUILLARD

www.handicapenergie.fr

Contact : contact@handicapenergie.fr

Vous recevez cette newsletter car votre adresse postale ou votre adresse mail est référencée dans notre base de données. Conformément à la loi informatique et libertés du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès et de rectification aux informations vous concernant.

Nos Partenaires

