

ACCUEILLIR ET ACCOMPAGNER LES HANDI-GRIMPEURS

Guide à l'usage des clubs d'escalade FFME



MONTAGNE
ESCALADE
COMITÉ
RHÔNE
MÉTROPOLE
DE LYON

MONTAGNE
ESCALADE



La Région
Auvergne-Rhône-Alpes

LE PROJET

L'objectif est de proposer un accueil pérenne aux handi-grimpeurs pour un accès pour tous à une pratique partagée en club.



« Grimpeurs valides ou handis, nous avons les mêmes objectifs, alors partageons les. »

Corinne Soudan,
Présidente du Comité Territorial du Rhône
et de la métropole de Lyon de la montagne
et de l'escalade



« Grâce à notre liberté et à notre diversité, nous recréons la richesse de notre pratique ainsi que de ses valeurs, chaque fois que nous grimpons. »

Charte d'éthique de l'escalade



« L'handi-escalade est une priorité dans le projet de développement de la FFME Auvergne-Rhône-Alpes et nous comptons également sur l'implication des clubs. Le " tous ensemble " prend ainsi une résonance particulière. »

Claude Chemelle,
Président de la Ligue FFME Auvergne-Rhône-Alpes



« L'escalade est pour nous une discipline synonyme de liberté et dépassement de soi, nous sommes convaincus qu'un travail en commun est aujourd'hui nécessaire. La Ligue Handisport doit se positionner en structure d'accompagnement, de conseil et de formation afin de favoriser la " grimpe " en mixité. »

Romain Didio,
Conseiller Technique Fédéral,
Coordonnateur régional à la Ligue Handisport Auvergne-Rhône-Alpes



« En Sport Adapté, l'escalade permet d'améliorer sa concentration et sa persévérance mais surtout de prendre confiance en soi et en l'autre. Un développement commun permettra d'augmenter l'offre de pratique pour nos grimpeurs en situation de handicap mental. Le CDSA69 est là pour accompagner les clubs via des sensibilisations ou des formations afin de les aider à s'impliquer dans ce projet. »

Pauline Occelli-Rochas,
Conseillère Technique Fédérale au Comité du Sport Adapté du Rhône –
métropole de Lyon

QU'EST-CE QU'UNE SITUATION DE HANDICAP ?

La *Classification Internationale du Fonctionnement (CIF)*, éditée en 2001 par l'Organisation Mondiale de la Santé (OMS), définit une **situation de handicap** comme étant :

le résultat de l'interaction dynamique entre un problème de santé (maladies, troubles, lésions, traumatismes) et des facteurs externes (contexte de vie propre, environnement ou contexte plus large)

Sur 65 millions de français, 12 millions sont en situation de handicap.

Une situation de handicap, c'est donc :

une situation vécue par une personne singulière, dans un environnement donné



La définir ainsi, c'est : reconnaître que chaque personne a un parcours qui lui est singulier et rencontre plus ou moins de limitations ou de restrictions d'activités selon les différentes situations de sa vie.

C'est pourquoi on utilise le concept de :

personne en situation de handicap

Une déficience peut être innée ou acquise, évolutive ou stable.

A déficiences similaires, la situation de handicap sera différente selon le contexte.

1 français sur 2 sera en situation de handicap au cours de sa vie.

85 % des situations de handicap ne se voient pas !

Le contexte peut varier, selon les adaptations mises en place ou, par exemple, le niveau d'accessibilité disponible.

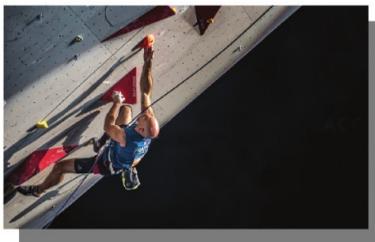
SPORT ET HANDICAP

PRATIQUES SPÉCIFIQUES

Fédération Française de Sport Adapté (FFSA) pour les personnes en situation de handicap liée à une déficience mentale et / ou psychique



Fédération Française Handisport (FFH) pour les personnes en situation de handicap liée à une déficience motrice et / ou sensorielle



« La promotion et le développement des activités physiques et sportives pour tous, notamment pour les personnes en situation de handicap, sont d'intérêt général. »

Code du sport
Article L100-1

PRATIQUES COMMUNES

Chaque fédération sportive a un devoir d'accueil de tous les sportifs.

A la FFME, les 4 catégories actuellement reconnues en compétitions sont celles retenues par l'IFSC* :

- ◆ Déficience Visuelle : B1 à B3
- ◆ Amputation Membre Supérieur : AU1 et AU2
- ◆ Amputation Membre Inférieur : AL1 et AL2
- ◆ Limitation de Mobilité, Puissance et Stabilité : RP1 à RP3

Pour mieux comprendre Les athlètes sont classés en fonction de leurs capacités physiques et sensorielles au regard du sport concerné. Plus le chiffre est élevé, moins les déficiences sont importantes.

* International Federation of Sport Climbing

RENDRE SON CLUB ACCESSIBLE

DIRE QUE L'ON ACCUEILLE

Plusieurs moyens pour communiquer :

Se faire connaître grâce :

- ◆ au site internet de votre club
- ◆ à la fiche de présentation du club sur le site FFME

En s'inscrivant sur :

- ◆ le Handiguide des sports
- ◆ l'annuaire du CROS* Rhône-Alpes

En s'identifiant auprès :

- ◆ du Comité Handisport ou du Comité Sport Adapté de son département
- ◆ de la Ligue Handisport ou de la Ligue Sport Adapté.

Sans obligation d'affiliation, ils peuvent orienter les grimpeurs et faire le lien avec les clubs accueillants.

Handiguide
des sports

Vivre
un sport ensemble
en Rhône-Alpes
pour le meilleur accueil des personnes
en situation de handicap

ACCOMPAGNER

C'est être à l'écoute : la personne concernée est celle qui est le plus à même d'exprimer ses besoins.

Demandez-lui :

- ◆ Ce qu'elle attend de l'activité
- ◆ Quels sont ses besoins pour pratiquer



C'est aussi favoriser l'accessibilité à l'environnement, tant humain que matériel.

SE FORMER

Chaque fédération spécifique propose une courte formation allant des connaissances fondamentales sur les situations de handicap à la mise en place d'une pédagogie sportive adaptée :

- ◆ FFH : formation « abécédaire handisport » ouverte à tous, et le CQH (Certificat de Qualification Handisport) pour les cadres et moniteurs sportifs
- ◆ FFSA : attestation de « qualification sport adapté » ouverte à tous mais non qualifiante pour les bénévoles.

A noter : la Ligue FFME Auvergne-Rhône-Alpes propose une formation handi-escalade.

QUELQUES CONSEILS

Pour un accueil individualisé dans le club, répondant aux besoins de la personne et de sa déficience

Ces conseils ne sont pas exhaustifs, c'est la personne qui est à même de dire ce qui lui convient le mieux !
Pour cela, rien de tel que de communiquer et d'échanger pour mieux se connaître.

Être attentif à l'autre et à l'environnement de pratique, être patient et surtout rester naturel !

Des adaptations sont parfois nécessaires au niveau :

- ◆ du temps (temps de repos supplémentaires...)
- ◆ de l'espace (isolement des sources de perturbations...)
- ◆ du matériel (utilisation de matériels spécifiques...)
- ◆ de la relation à l'autre (communication...)
- ◆ du corps (appui sur les potentialités corporelles de la personne...)
- ◆ des règles (simplification, décomposition...)

Soyez créatifs dans vos situations d'entraînement.

En gardant à l'esprit que :

Simplifier n'est pas réduire.
Décomposer n'est pas dénaturer.

S'adapter à la personne, c'est par exemple s'assurer que la consigne a bien été comprise. Pour cela :

- ◆ Faites des phrases simples
- ◆ Reformulez et répétez en cas d'incompréhension
- ◆ Laissez le temps de la réponse

S'exprimer passe aussi par le visage et le corps tout entier.

En cas de difficultés motrices :

- ◆ Soyez attentifs aux signes de fatigue
- ◆ Faites attention aux points de frottements au niveau du baudrier
- ◆ Anticipez les chocs
- ◆ Assurez vous du confort général de la personne.

Veillez à proposer votre aide sans jamais l'imposer et à respecter l'intimité de la personne.

Agissez comme vous en avez l'habitude, simplement en prenant en compte les particularités de chacun.

ADAPTATIONS POUR L'ESCALADE

Ce qui motive les handi-grimpeurs : participer à l'activité commune, progresser dans un groupe avec un projet partagé...

Choix des voies

En fonction de la personne, de ses capacités, de ses besoins, de ses objectifs.

Assurance

Si besoin, utilisez un contre-assurance et un système auto-bloquant, y compris en bloc.

Réalisation de la voie

Critères adaptés aux capacités fonctionnelles du grimpeur.

....Tout en préservant la logique et les objectifs de l'escalade !

Exemples d'adaptations

Le guidage vocal

Le guide renseigne le grimpeur en lui indiquant les prises grâce à un code commun. Il connaît le grimpeur et peut l'orienter avec efficacité.



A retenir :

La déficience visuelle regroupe des réalités très distinctes : acuité visuelle variable, champs de vision différents, perception ou non des couleurs, gêne variant en fonction de l'intensité de la luminosité, etc.

Ouverture des voies

Tenir compte des capacités du grimpeur à utiliser, par exemple, un membre lésé en favorisant :

- ◆ Les possibilités de changement de mains ou de pieds
- ◆ Les déplacements verticaux plutôt que les traversées
- ◆ Les points de repos utilisables, correspondants aux techniques de compensation mises en œuvre.

Inventez et créez !

Tout grimpeur essaye de trouver « sa » méthode, la plus efficace pour progresser.

Alors, laissez vous surprendre par des méthodes inédites et n'hésitez pas à en faire profiter tout le groupe !

Comme pour toutes les catégories sportives, la progression du grimpeur dans la voie doit être envisagée de manière personnalisée.

LIENS UTILES



La page handi-escalade de la Ligue Auvergne-Rhône-Alpes de la FFME :

<https://www.ffmeaura.fr/pratiquer/handi-escalade/>



Les sites de la FFH au niveau national, d'Auvergne-Rhône-Alpes et du Rhône :

- <http://www.handisport.org/>
- <http://www.handisport-rhonealpes.org/>
- <https://www.comitehandisport69.fr/>



Le guide du Comité Régional Olympique et Sportif d'Auvergne-Rhône-Alpes :

<http://sportethandicaps.cros-rhonealpes.fr/>



Les sites de la FFSA au niveau national, d'Auvergne-Rhône-Alpes et du Rhône :

- <http://www.ffsa.org/Pages/home.aspx>
- <http://www.sportadapte-rhonealpes.org/accueil.html>
- <http://www.cdsa69.fr/>



Le site de la mission Sport et Handicap du Ministère de la Ville, de la Jeunesse et des Sports à l'origine du Handiguide des sports :

- <http://www.handicaps.sports.gouv.fr/>
- <http://www.handiguide.sports.gouv.fr/>



NOUS CONTACTER

info@ffme69.fr

www.ffmeaura.fr/la-ligue/nous-contacter/

Réédition 11/2019 par le Comité Territorial du Rhône et de la métropole de Lyon de la montagne et de l'escalade et la Ligue FFME Auvergne-Rhône-Alpes

Réalisation : A. Faussurier, H. Lhopital

Crédit photos : ©FFME-RémiFabregue ; ©SheilaMcCarron