

CAHORS HANDISPORT

Bulletin trimestriel N ° 24

3^{ème} trimestre 2004

Bonnes vacances et un excellent été

EDITO

Le 9 juin 2002, Cahors Athlétisme, le tennis club de Douelle et le Comité d'animation de Douelle, lancent la première édition des courses pédestres hors stade « Vignes et Châteaux » Cahors Athlétisme souhaite ouvrir cette manifestation aux handicapés moteurs et sensoriels et lance donc l'idée d'une course sur route.

Après plusieurs rencontres avec Jean-Marc LAGARDE, président de Cahors Handisport et Serge Robert, Conseiller Technique Fédéral des athlètes en fauteuil, une course de 15 kilomètres sur route est mise en place pour la seconde édition de « Vignes et Châteaux ». C'est la seule course de ce type dans le département.

Cahors Handisport intègre ainsi l'équipe organisatrice des courses « Vignes et Châteaux »

Le 29 juin 2003, trois concurrents en fauteuils inaugurent cette course : Stéphane Peaudeau, Serge Robert et Alexandre Brunet.

Octobre 2003, Lionel Alazard, licencié à Cahors Handisport, débute les entraînements d'athlétisme en fauteuil sur piste avec l'entraîneur de Cahors Athlétisme sous les conseils de Serge Robert.

Malgré quelques problèmes de santé, des entraînements interrompus par les intempéries et un fauteuil non adapté à sa morphologie, Lionel s'accroche, soutenu par Laurence Miramont, animatrice à Cahors Handisport et son président Jean-Marc Lagarde.

Animé de la volonté des battants, Lionel s'aligne cette année, au départ du 15 kilomètres sur route et termine brillamment avec ses deux coéquipiers Serge Robert et Stéphane Peaudeau.

Le nombre de participants handicapés pour 2004 (trois) est en dessous de ce que l'on pouvait espérer, mais il est une chose à retenir, c'est la venue de Lionel à la compétition suite à l'édition 2003, ainsi que la venue possible d'un autre très jeune handicapé qui lui, après avoir assisté à l'édition 2004, souhaite également suivre des entraînements. Donc même si le nombre de concurrents handicapés n'est pas encore là, « Vignes et Châteaux » peut être considéré comme un succès puisqu'il a été l'élément déclencheur pour ces deux jeunes handicapés et cela récompense largement les efforts de tous les bénévoles.

« Vignes et Châteaux » 2005, nous interpelle déjà, ne devrions nous pas avoir une vision plus large et globale de l'handicap ?

Voilà matière à réflexions, avoir une démarche plus large pourrait contribuer à l'épanouissement des personnes handicapées sportives et néophytes car tel est avant tout notre objectif, intégrer ces personnes à part entière et pour le plus grand nombre dans le monde sportif et pour leur plus grande joie.

L'équipe de Cahors Handisport a maintenant pris ses marques dans l'organisation, de « Vignes et Châteaux » et elle n'a pas ménagé ses efforts en cette édition 2004 et ceci toujours avec le sourire.

Mention à Suzy, Michel et leur équipe pour le service des repas. Promis l'an prochain le camion sera plus près !!!

Bravo à Odette et René qui en fin d'après midi, même fatigués, nous ont fait une démonstration de « paso doble ». On est jamais fatigué quand il s'agit de danser, pas vrai Odette ?

Chapeau à Jean-Yves et toute l'équipe des signaleurs qui ont fait un parcours sans faute.

Merci à Jeannette et Laurence que j'ai sans cesse sollicitée et fait beaucoup courir (ça entretient la forme ...)

Félicitations à Jean-Marc Lagarde, qui à su manager son équipe et merci à tous les bénévoles que je n'ai pas cité (ils sont nombreux) car grâce à eux, grâce à leur participation quelle qu'elle soit, cette journée fut une réussite.

D'autre part, fidèle à son objectif d'ouvrir la pratique et la compétition d'athlétisme aux personnes Handicapées, le club de Cahors Athlétisme, grâce au partenariat de la CAISSE D'EPARGNE MIDI-PYRENEES offrira un fauteuil de compétition à Lionel Alazard pour la saison 2004/2005.

Des contacts ont été pris avec Serge Robert pour d'ores et déjà prendre les mesures et passer la commande de ce fauteuil qui nous viendra des Etats-Unis pour la somme de 4 000 Euros.

Bonnes vacances à tous, rendez-vous à la saison prochaine et prenez déjà note : jeudi 05 mai 2005, « Vignes et Châteaux » 4^{ème} édition.

Bénédicte LANES,
Vice-Présidente de Cahors Athlétisme

NOUVEAU BUREAU

Suite à notre Assemblée Générale qui s'est déroulée le 18 juin 2004, nous vous présentons le nouveau bureau de l'association.

Le Président : Jean-Marc LAGARDE

Le Vice-Président : Michel DELRIEU

La secrétaire : Sandrine LAGARDE

La trésorière : Annie ARNAUDET

Suite à la démission de deux personnes, nous lançons un appel à candidature pour toute bonne volonté souhaitant rejoindre nos troupes. Nous avons besoin de personnes motivées.

VACANCES D'ETE

Les activités sportives se terminent et nous vous donnons rendez-vous en septembre. Un courrier vous sera envoyé pour vous informer des dates de la reprise. Si vous avez des propositions à nous faire concernant les activités et tout particulièrement les créneaux horaires n'hésitez pas à nous contacter, nous restons à votre écoute et essayons de trouver des solutions selon nos possibilités.

Le bureau de Cahors Handisport ferme ses portes du 07 au 28 août 2004.

Durant le mois de juillet, les permanences s'effectueront du lundi au vendredi de 8 à 12 heures.

Adresse du siège : 62, rue Louis Deloncle, 46 000 CAHORS

Adresse E-Mail : cahors.handisport@tele2.fr

Téléphone: 05-65-35-99-93

BREVES

HANDISPORT EN FETE : le 24 avril 2004, le Comité Régional Handisport Midi-Pyrénées a organisé une journée Handisport, place du Capitole, à Toulouse.

Plusieurs disciplines étaient représentées et tout au long de la journée les promeneurs pouvaient assister aux démonstrations.

COURSE « Vignes et châteaux » à DOUELLE : le 20 mai 2004, nous avons participé à la course pédestre organisée par Cahors Athlétisme, le Tennis club et le Comité d'animation de Douelle ainsi que notre association.

Au départ 3 athlètes Handisport, Serge Robert et Stéphane Peaudeau de Toulouse ainsi que Lionel Alazard notre licencié lotois sur le parcours de 15 kilomètres sur route.

L'année prochaine nous ouvrirons d'autres parcours plus accessibles selon le niveau des concurrents.

Merci à tous les bénévoles que nous avons sollicité, merci encore pour votre aide si précieuse.

MATCH DE BASKET : le 22 mai 2004, à l'occasion d'un tournoi de benjamins organisé par Cahors Sauzet Basket, nous avons invité l'équipe du T.I.C. (Toulouse Invalide Club) qui joue cette année en division 1 A.

Les handisportifs ont évolué sur le parquet du Palais des Sports sous les yeux ébahis des spectateurs.

Nous regrettons de ne pas avoir vu plus de licenciés ou d'adhérents de Cahors Handisport.

MONTATHLON : le 30 mai 2004, certains de nos licenciés ont participé à cette journée sportive sur la commune du Montat.

Le principe était de constituer des équipes de quatre personnes et de franchir les 7 activités tout au long de la journée, ces activités étaient les suivantes : VTT, équitation, tir à l'arc, vélo trial, escal'arbre, course d'orientation et bike and run.

Nous avons constitué une équipe mixte, personnes handicapées et personnes valides afin de pouvoir participer aux 7 activités.

Au départ une équipe adulte, avec Lionel Alazard et Muriel Bettio, licenciés à Cahors Handisport ainsi que Pauline, Frédéric Mares et Christophe Oubron.

Mickaël Véril, jeune archer, a intégré une équipe enfants.

Un grand merci aux organisateurs du Montathlon, qui ont mis tout en œuvre pour nous recevoir dans les meilleures conditions ainsi qu'à Laurent Torné, de Cahors Lot Orientation, qui a créé une course d'orientation dans le village afin qu'elle soit accessible.

Félicitations à nos sportifs pour leurs résultats, l'équipe adulte a fini 13^{ème} sur 39 équipes et l'équipe enfant, 3^{ème} sur 23 équipes.

JOURNEES DE SENSIBILISATION :

Cette année nous avons renouvelé la convention avec l'A.P.F. et nous avons décidé de répondre présent uniquement aux établissements qui nous sollicitaient.

Nous avons organisé quatre journées de sensibilisation que nous vous présentons ci-dessous :

Lycée Champollion à Figeac : jeudi 18 mars 2004

Divers ateliers ont été proposés, aux élèves, tout au long de la journée. Dans certains des ateliers les élèves prenaient place sur les fauteuils.

Parcours d'obstacles

Voiture aménagée

Atelier athlétisme

Atelier basket

Collège de Gourdon : jeudi 01 avril 2004

Vidéo le matin

Basket l'après-midi avec l'équipe de Muret Handisport

Les basketteurs ont commencé par une démonstration, ensuite les élèves ont pris place sur les fauteuils roulants et ont échangé quelques balles avec nos handisportifs.

Lycée à Gourdon : vendredi 23 avril 2004

Parcours d'obstacles

Atelier basket

Lycée Clément Marot : vendredi 30 avril 2004

Vidéos et témoignages.

Merci à tous les bénévoles pour votre aide ou vos témoignages auprès des jeunes.

Merci également aux établissements scolaires pour leur accueil.

Si vous, adhérents, licenciés ou sympathisants êtes intéressés pour apporter vos témoignages concernant votre quotidien, vos difficultés rencontrées de part votre handicap ou votre reconversion dans une activité de votre choix, contactez-nous au 05-65-35-99-93

PREVENTION

ATTENTION AU SOLEIL !

Savoir reconnaître une brûlure simple d'une brûlure grave :

Si les cloques provoquées par un coup de soleil ou par brûlure en allumant un barbecue, dépassent la moitié de la surface de la paume de la main de la victime, c'est une brûlure grave.

Refroidir la brûlure le plus tôt possible avec de l'eau (10 à 25 ° C) pendant 5 minutes, laisser ruisseler l'eau sans pression sur la brûlure.

Retirer les vêtements sauf ceux qui adhèrent à la peau.

Alerter les secours, allonger la victime sur la région non brûlée et si possible sur un drap propre, lui parler et le réconforter.

Pour une plaie qui suinte, gonfle et rougit, vérifier si le blessé est à jour de sa vaccination contre le Tétanos.

N'oubliez pas de protéger vos yeux et ceux de vos enfants, par de bonnes lunettes.

Les rayons U.V.-A les plus dangereux atteignent le cristallin et chez l'enfant ils peuvent endommager la rétine, à la mer comme à la montagne.

Autour d'une piscine, le rayonnement est aussi fort que sur du sable clair.

Bonnes vacances et restez prudent !

BIBLIOGRAPHIE



« Le métier d'homme » (Ed. Le seuil 2000) et « L'éloge de la faiblesse (Ed. du Cerf 2002)

Ces 2 livres du philosophe Alexandre Jollien témoignent du combat pour l'altérité et la différence. Il nous dit combien le regard que nous portons sur lui est parfois oppressant.

« Ah quelle famille ! un homme, une femme, des enfants, comment être heureux ensemble » Sylvie Angel (Ed. Robert Laffont 2003)

Des conseils pour mieux traverser les crises familiales.

« Victime des autres bourreaux de soi même ? » Guy Corneau (Ed. Robert Laffont 2003)

« Immanquablement vient un moment dans la vie où ça ne va plus du tout... »

Et si ce moment difficile était justement l'occasion de nous libérer, de devenir enfin les créateurs conscients de nos propres vies »

Bulletin d'adhésion

A adresser à Cahors Handisport, 62, rue Louis Deloncle, 46 000 CAHORS

Mlle, Mme, M.....Prénom.....

Adresse.....

Code postal..... Ville.....

Somme.....€(un reçu vous sera délivré)

REMERCIEMENTS

L'association CAHORS HANDISPORT tient à remercier ses principaux partenaires pour le soutien moral et financier :

<p><u>SECTEUR PUBLIC :</u></p> <ul style="list-style-type: none">- BANQUE POPULAIRE- Collège Champollion à Figeac- Collège Gambetta- Collège et Lycée de Gourdon- COMMUNAUTE DE COMMUNES DU PAYS DE CAHORS- CONSEIL GENERAL- C.P.A.M.- D.D.A.S.S.- D.D.J.S.- EDF/GDF- GROUPAMA- Lycée Clément Marot- MAIRIES de Cahors, Albas, Douelle, Lavercantière, Parnac, Castelnau Montratier, Cremps, Payrignac, Rocamadour, Saint Sozy, Saint Cirq Madelon, Carnac Rouffiac, Souillac, Mayrac, Reilhaguet, Montdoumerc, Rampoux, Bagat en Quercy- O.M.S. <p><u>SECTEUR PRIVE :</u></p> <p>AXA ASSURANCES (Laurent SUDRET) BUREAU + DIRECT Etablissement PEGOURIE Etablissement PIERRE FABRE INTERMARCHE M.A.E.C. PIZZATHEQUE TOUCOPY TOSHIBA</p>	<p><u>ASSOCIATIONS :</u></p> <ul style="list-style-type: none">- A.S.M.T.H. (équipe de basket de Muret)- Association des Paralysés de France- Cahors Athlétisme- Cahors Sauzet Basket- Club de Tennis de Montcuq- Comité Régional Handisport Midi-Pyrénées- C.O.S. de la mairie de Cahors- EMMAUS- Fédération Française Handisport- Mémoire du 20^{ème} siècle- Montathlon- Toulouse Invalide Club (équipe de basket)
---	---

L'association tient également à remercier chaleureusement tous les bénévoles, les membres bienfaiteurs et les licenciés, toujours prêt à nous aider, chacun à sa manière, dans nos actions en faveur des personnes handicapées et du développement du handisport dans le département du Lot.