

TRAMPOLINE ET HANDICAP MENTAL

LOS SAUTAPRATS

Le trampoline est une activité sportive qui présente de nombreux avantages pour les personnes porteuses de handicap mental.

Tout d'abord c'est une activité ludique à laquelle participent la personne porteuse de handicap mental et son ou ses accompagnants favorisant ainsi son insertion au sein du groupe.

Los Sautaprats, club de sport adapté qui propose cette activité, devient un lieu d'écoute et d'échange permettant une stimulation inscrite dans une dynamique bienveillante et respectueuse de tous.

Les accompagnants (famille ou éducateur), les techniciens sportifs autant que les personnes porteuses de handicap ont leur rôle, chacun a sa place avec ses compétences et ses attentes.

L'activité proposée permet un moment de pause dans la vie très remplie des personnes porteuses de handicap, pause favorable à l'intégration de mouvements simples qui pourront être réutilisés dans la vie quotidienne sous d'autres formes.

Ce moment de pause, le rythme lent, l'accompagnement par des proches suscite un moment favorable au calme, à la détente et au partage.

Le travail de l'équilibre se fait grâce et à une stimulation multi sensorielle (vue, ouïe, toucher), permettant l'acquisition ou la découverte de la position verticale et de la sensation du corps dans un autre espace de mobilité peu habituel.

Cette activité offre une approche différente de son corps, conjuguée à l'apaisement et au balancement de la toile la pleine attention facilite l'acquisition plus rapide de nouveaux schémas moteurs.

Alors venez expérimenter une nouvelle approche des apprentissages chez les personnes porteuses de handicap dans le cadre

de cette activité.

Dr C.Bruset Sentenac

*Mère d'une adolescente porteuse
de handicap et participant aux activités proposées.*