

Société

SPORT À L'HÔPITAL BOUFFÉE D'OXYGÈNE POUR LES MALADES

DEPUIS UNE VINGTAINÉ D'ANNÉES, LA PRATIQUE SPORTIVE S'EST DÉVELOPPÉE AU SEIN DE L'HÔPITAL. UN MOYEN POUR LES PATIENTS DE SORTIR DU QUOTIDIEN ET D'OUBLIER UN TEMPS LA MALADIE, AVEC DE RÉELS BÉNÉFICES EN TERMES DE SANTÉ.

Aujourd'hui est un grand jour pour Thomas. Il va suivre sa première leçon d'initiation au golf. Il est très excité car, la semaine dernière, il n'a pas pu répondre présent. Trop affaibli par son nouveau traitement. Thomas souffre d'une maladie de l'intestin qui le cloue à l'hôpital depuis presque un an. C'est l'association **Premiers** de cordée (1) qui dispense les cours. Ici, pas de grandes stars du sport, seulement des éducateurs sportifs bénévoles, qui ont la passion chevillée au corps.

■ Des activités adaptées

Pour le cours de golf, ils ont aménagé le couloir du service pédiatrique, posé du gazon synthétique qui sert de «green» sur le sol, distribué des cannes aux enfants, et la séance peut commencer. Au programme, un cours de putting (s'exercer à rentrer la balle dans le trou à l'aide d'un putter [club utilisé pour lancer la balle]) pas trop technique, plutôt une initiation ludique et détendue. Plus loin, ce sera une séance de badminton dans la chambre de Lucie et Sabrina, où les lits servent de support au filet afin d'optimiser l'espace disponible pour se déplacer. Les fillettes se serviront de raquettes ultra-légères et de volants en mousse. Pour les enfants très affaiblis par la maladie et les traitements, la balle se transforme en ballon de baudruche. Sa légèreté ralentit la chute, ce qui permet d'augmenter le nombre d'échanges avant qu'il ne tombe au sol.

« On s'adapte à tous les milieux, à toutes les maladies. Et qu'il y ait dix enfants ou un seul, on répond toujours

présent! Pas question de les décevoir », explique Sébastien Ruffin, le directeur de Premiers de cordée.

Depuis 1999, date de la création de l'association, 17 000 enfants et adolescents ont bénéficié des prestations sportives qu'elle a dispensées au sein de l'hôpital. « Le programme est préparé avec le personnel du service et selon les affections, précise Sébastien Ruffin. On joue beaucoup sur la relation que l'on établit avec eux, on souhaite surtout faire passer un désir, une envie de faire du sport, avec de l'humour pour faire oublier le quotidien. »

Et ça marche! Les soignants apprécient ces visites, et remarquent qu'au fur et à mesure des séances les enfants, fragilisés physiquement et psychologiquement par la maladie, ont plus confiance en eux et retrouvent le moral. Les sports qui ont le plus la cote auprès d'eux, des filles en particulier, sont les sports de combat. On affronte un adversaire, comme on peut affronter la maladie, on met en jeu des qualités de combativité et en même temps de défense. « Pour la

« Donner envie de faire du sport et faire oublier le quotidien »

boxe, par exemple, nous installons un ring gonflable. Tous les enfants mettent des casques et des gants et l'entraîne-

ment dure environ une heure, explique un animateur, ils sont tous très motivés et attentifs aux consignes. »

Mêmes objectifs pour l'association Un maillot pour la vie (2), créée en 2006, mais sous une forme différente. Elle organise en parallèle des cours des goûters-dédicaces deux fois par semaine dans les services pédiatriques avec des sportifs de haut niveau. Un moyen de rompre l'isolement pour les enfants



PREMIERS DE CORDEE



UNO SIGNO/PREMIERS DE CORDEE

Grâce à des partenariats avec des fédérations sportives, l'association Premiers de cordeé propose des cours aux enfants hospitalisés, comme les séances d'escrime à l'institut Curie et les cours de boxe à l'hôpital Robert-Debré, à Paris.

malades, qui, entourés de leur famille, rencontrent les champions. « Ma petite fille de neuf ans, qui est handicapée, a participé à cette animation. Cela lui a permis de souffler, de se détendre. Les sportifs l'ont considérée comme un enfant comme les autres. Je l'ai vue très heureuse », explique cette maman émue.

■ Un choix varié

A la Maison de l'enfant de l'hôpital Robert-Debré, à Paris, créée il y a vingt-cinq ans, les activités sportives sont rodées. « Nous signons des partenariats avec les associations, ce qui permet d'organiser des animations à l'hôpital, mais aussi à l'extérieur, comme au Stade de France, déclare Delphine Filippi, la responsable. Notre structure, qui comprend plusieurs éducateurs, rassure les parents. »

Des activités sportives sont également proposées aux adultes à l'hôpital. A l'institut Curie, à Paris, les femmes qui ont eu cancer du sein peuvent bénéficier du programme Activ' depuis 2012. Des cours (gym, step, danse, vélo...) sont proposés et dispensés à l'intérieur de l'établissement par l'association Siel. « L'activité physique a le double avantage de limiter le risque de rechute et de participer à la "réhabilitation", au retour à une vie normale, indique le Dr Laure Copel, oncologue à l'institut et

responsable du programme. C'est également le meilleur traitement pour lutter contre la fatigue consécutive aux traitements. Plus de 85 % des patientes continuent une activité physique six mois après l'arrêt de l'atelier », précise-t-elle.

A l'hôpital Saint-Louis, toujours à Paris, la pratique sportive est intégrée à l'établissement et se déroule dans des salles et gymnases prévus à cet effet. Le choix est varié : escrime, tai-chi-chuan, karaté, randonnée... A Angers, l'activité physique fait l'objet de conventions originales entre le Chu et des clubs de sport, ce qui, par exemple, a permis la création d'un cours d'éducation physique pour patients obèses. Avec cet atelier, le département d'endocrinologie-diabétologie-nutrition du Chu propose au patient une activité « sociabilisée », où il ne risque pas d'être discriminé.

Dans la plupart des cas, la pratique d'un sport à l'hôpital est gratuite ou n'exige qu'une participation réduite. Espérons que les subventions de ces associations seront maintenues afin de leur permettre de continuer à proposer ces activités si bénéfiques pour les malades, enfants et adultes. ● Marilyn Perioli

marilyn.perioli@viva.presse.fr

(1) Site Internet : www.premiersdecordee.org/premiers-cordee

(2) Site Internet : www.unmailotpourlavie.com/