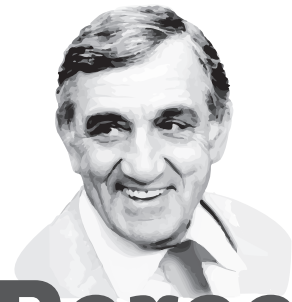


N°44

Décembre 2022



Perce
Neige.

magazine



Les bienfaits
de l'activité sportive

3

Actualités
de la Fondation

4

Route du Rhum 2022
Tous avec William!

6

Dossier
Le sport dans les maisons



Conjuguons nos forces pour le bien-être des personnes en situation de handicap

Chères Amies,
Chers Amis de Perce-Neige,

En cette fin d'année, je tiens à remercier chaleureusement tous nos donateurs, bienfaiteurs, partenaires et bénévoles pour leur solidarité et leur générosité à l'égard de notre Fondation et des personnes que nous accueillons et accompagnons au quotidien. Je tiens également à saluer l'engagement de nos équipes qui oeuvrent 365 jours par an pour le bien-être et l'épanouissement des résidents dans toutes les Maisons Perce-Neige.

Dans ce dernier magazine de l'année, vous trouverez notamment des informations sur le partenariat que nous avons noué avec un jeune skipper dans le cadre de la 12^{ème} édition de la Route du Rhum. Les échanges et moments de partage avec William Mathelin Moreaux ont été enrichissants pour tous et ont permis à de nombreux résidents de découvrir le monde de la voile.

Vous pourrez également parcourir un dossier sur un thème qui nous tient à cœur : il s'agit des activités sportives. En effet, que ce soit à l'intérieur ou à l'extérieur de nos différents Maisons Perce-Neige, nous encourageons les séances de sport adapté car nous sommes convaincus des bienfaits qu'elles apportent aux enfants et adultes touchés par un handicap mental, physique, psychique ou l'autisme. Outre ses vertus pour la santé, faire

du sport permet par ailleurs de nouer de nouvelles relations, notamment au sein de clubs sportifs proches de nos différents établissements. Tout au long de l'année, les résidents apprécient tout particulièrement de pratiquer ou découvrir de nouvelles activités sportives. Et, comme vous le savez, cela est essentiel pour nous de les voir épanouis et heureux.

Nous sommes aujourd'hui plus que jamais engagés au service des personnes en situation de handicap. Sur le plan de l'accompagnement quotidien, nous accueillons plus de 1300 personnes dans nos Maisons Perce-Neige sur l'ensemble du territoire. Afin de relever le défi du manque de places d'accueil, nous initions de nouveaux projets et pouvons être amenés à nous rapprocher, puis à accueillir définitivement des établissements spécialisés. C'est en effet en multipliant nos actions que nous pourrions faire grandir l'œuvre initiée par mon grand-père Lino Ventura il y a 56 ans déjà !

Je vous souhaite une bonne lecture de ce magazine et vous adresse mes vœux les plus chaleureux pour vous et vos proches pour l'année à venir.

Christophe Lasserre-Ventura
Président



www.perce-neige.org

PERCE-NEIGE MAGAZINE,
Le magazine des actions de la Fondation
7 bis rue de la Gare - CS 20171
92594 Levallois-Perret Cedex
Tél. : 01 47 17 19 30
Directeur de la publication : Christophe Lasserre-Ventura
Rédacteurs-en-Chef : Franck Vincent et Béatrice du Retail
Rédaction : Claire Goutines,
Maquette : poivrevert-studio.fr
Crédits photos : Fondation Perce-Neige, C. Hargoues, Adrien François, Polaryse
N° ISSN : 1960-7210


ANNIVERSAIRES

40 ans déjà pour la Maison de Sèvres !

Près d'une centaine de personnes se sont réunies le 13 septembre dernier à Chaumont-sur-Loire (41) pour célébrer les 40 ans de la Maison Perce-Neige de Sèvres (92). Maison « historique » puisqu'il s'agit du premier établissement adapté réalisé par Lino et Odette Ventura en 1982.

Au programme de la journée: visite du château de Chaumont et découverte du magnifique domaine, pique-nique champêtre près de la Loire avec gâteau d'anniversaire, pyramide de bonbons et bougies soufflées par les résidents présents depuis l'ouverture.

Une journée exceptionnelle qui a fait la joie de tous les participants! ■

 La Maison Perce-Neige de Sèvres est composée d'un foyer de vie (établissement d'accueil non médicalisé) de 21 places et d'un CAJ (Centre d'Accueil de Jour) de 15 places.




La Maison de Moulins-la-Marche fête ses 20 ans

Vendredi 23 septembre, la Maison de Moulins-la-Marche, dans l'Orne, a accueilli les familles des résidents, mais également les partenaires et les voisins pour célébrer le vingtième anniversaire de son ouverture.

Près de 150 personnes ont participé à l'évènement autour d'un programme animé: fanfare, foodtruck et repas convivial dans le jardin, tombola, et présence d'un caricaturiste qui a fait le portrait de tous les résidents.

Un beau moment de partage qui restera dans les mémoires! ■



 La Maison Perce-Neige de Moulins-la-Marche (établissement d'accueil non médicalisé) accueille 30 résidents en internat et 2 en accueil temporaire.



Les résidents de Perce-Neige associés à la 12^{ème} édition de la Route du Rhum!



Souhaitant soutenir une cause qui lui tient à cœur tout en naviguant, William Mathelin Moreaux s'est rapproché de Perce-Neige dès 2021. Un partenariat a été noué pour 2022 avec la volonté de travailler en équipe; les résidents des Maisons Perce-Neige ont ainsi tenu un rôle actif pour soutenir le jeune et talentueux skipper jusqu'au départ de la Route du Rhum, de Saint-Malo le 9 novembre dernier.



Lors d'une visite sur le chantier à Vannes, des résidents des Maisons de Baracé et Bagneux-Saumur participent à la construction de la quille du bateau.



Les résidents de la Maison de Boussay lors du baptême à Saint-Malo le 16 septembre.

Avec les résidents et les accompagnantes des Maisons de Bagneux-Saumur et Baracé !



Philippe et Antoine aux côtés de William.



Quelques banderoles de soutien réalisées dans les Maisons Perce-Neige.

Certains ont eu la chance de rencontrer William pour le lancement du projet, d'autres se sont rendus en février dernier sur le chantier du bateau, le « Class40 Dékuple » à Vannes et ont pu participer à des ateliers pour contribuer à la construction de la quille.

Dimanche 23 octobre, Philippe, résident de la Maison Perce-Neige de Givrand (85) et Antoine, un éducateur ont pris place à bord du voilier impressionnant, accompagnant ainsi William -par des conditions météo agitées - pour une navigation en mer avant le passage des mythiques écluses de Saint-Malo.

Quelques jours avant le départ de la célèbre course en solitaire et sans escale pour Pointe-à-Pitre (Guadeloupe), plusieurs résidents des Maisons Perce-Neige de Chauché (85), Brissac, Bagneux-Saumur, Baracé (49), Maing (59) et Sèvres (92) se sont rendus au Village de la célèbre transatlantique pour visiter le Class40 Dékuple de William et lui témoigner leurs encouragements en lui remettant différents petits cadeaux qu'il a pu découvrir au fur et à mesure pendant la traversée.

Durant tout le mois d'octobre, le vent du large a soufflé dans les

Maisons Perce-Neige! Les résidents et les équipes des Maisons Perce-Neige ont en effet rivalisé d'imagination pour réaliser de magnifiques bannières en soutien au skipper.

Ce beau partenariat et les formidables moments d'échange et partage avec William ont donné l'envie à de nombreux résidents de s'initier à la voile!





Bouger,
ça fait du bien!

Randonnée en forêt - Maison Perce-Neige de Combs-la-Ville.



Dossier réalisé en collaboration
avec les Maisons Perce-Neige de Combs-la-Ville (Seine-et-Marne)
et de Moulins-la-Marche (Orne)

Les bienfaits de l'activité sportive



Si la pratique sportive est bénéfique pour chacun d'entre nous, elle l'est également pour les résidents des Maisons Perce-Neige qui manifestent leur enthousiasme à l'idée d'aller faire du judo, de jouer au foot ou de franchir un parcours d'obstacles. Mettons nos pas dans les leurs pour mesurer les bienfaits d'une activité physique adaptée.

Pour ce dossier, nous sommes allés à la rencontre de deux Maisons Perce-Neige très investies dans l'organisation de séances sportives pour les résidents. Elles accueillent des publics différents: des adultes autistes à Combs-la-Ville (77), et des adultes en situation de handicap mental et/ou psychique à Moulins-la-Marche (61).

Ces deux structures proposent à la fois du sport au sein de l'établissement, dans une salle spécialement aménagée, et à l'extérieur grâce à des partenariats noués avec les clubs environnants. Ce double dispositif permet de répondre aux besoins de tous les résidents, en prenant en compte les capacités de chacun en termes de mobilité et d'autonomie. Les objectifs sont multiples: prévention des risques d'obésité ou de chute, bien-être général et meilleure condition physique des résidents, sans oublier la joie de bouger son corps et de partager de bons moments.

Sport pour tous

Hind Verrier, directrice de la Maison de Moulins-la-Marche, constate que l'âge n'est pas déterminant dans les aptitudes physiques. Ce sont plutôt des critères comme la motricité et la difficulté à se mouvoir qui influent sur les pratiques sportives. « Ici, nous n'avons pas d'accompagnement spécialisé dans l'activité physique adaptée, nous faisons donc appel aux professionnels de l'association SIEL BLEU¹. Un de leurs éducateurs intervient chez nous une fois par semaine. Ses ateliers ont lieu dans notre salle de sport aménagée

ou dans le jardin de la Maison, lorsque la météo le permet. Il travaille sur l'équilibre ou l'assurance de la marche, soit en collectif avec un groupe de 7 participants, soit en individuel selon les besoins. Mais de plus en plus, nous réservons ces séances aux résidents qui ne peuvent pas s'inscrire aux activités extérieures, parce qu'ils sont limités dans leurs déplacements. Pour eux, l'important est de concevoir des enchaînements avec des mouvements doux, en utilisant des chaises, des tapis, de petits accessoires, sans jamais les mettre en échec, et en conservant toujours un côté ludique. »

Cette dimension plaisir est également bien présente à la Maison de Combs-la-Ville, qui emploie notamment deux éducateurs de sport adapté à temps plein. Maxence Froger et Steven Maury proposent chaque semaine au moins 30 minutes de sport à chaque résident, « jusqu'à 4 heures pour les plus sportifs », précise Maxence. L'établissement dispose d'une pièce de fitness très bien équipée, avec vélos elliptiques, tapis de marche, haltères, rameurs et appareils de musculation. Un à deux adultes maximum y sont accueillis, tandis que dans une salle à côté, d'autres travaillent leur motricité grâce à un parcours d'obstacles sur-mesure. « Nous accueillons majoritairement des personnes qui ne parlent



La pratique sportive permet de lutter contre la prise de poids, inhérente au handicap ou aux traitements médicaux. Elle favorise également l'inclusion dans la société, lorsque nos résidents se rendent dans des clubs extérieurs.

Hind Verrier - Directrice de la Maison Perce-Neige de Moulins-la-Marche



1. Le but de SIEL BLEU, association intervenant partout en France, est de rendre l'activité physique adaptée accessible au plus grand nombre, par des séances individuelles ou collectives.
www.sielbleu.org



accompagner le résident/la résidente et l'aider si besoin. Nous ne sommes pas dans le cadre d'un environnement spécialement adapté et cela fonctionne très bien. Cette mixité est bénéfique pour les résidents que nous accompagnons au quotidien. Elle leur permet une ouverture sur l'extérieur, en dehors des familles, valorise leurs compétences et augmente leur estime d'eux-mêmes. À travers le sport, ils communiquent et développent leurs capacités relationnelles. Ils font partie d'un groupe, au même titre que les autres personnes. C'est une des formes que prend l'objectif de leur inclusion dans la société. »

Bien sûr, tous ces déplacements requièrent une bonne logistique pour gérer le transport, d'autant que la Maison de Moulins-la-Marche est située en zone rurale. Aucun club n'est en effet accessible à pied. « Mais c'est inscrit dans notre projet d'établissement, insiste Mme Verrier, et nous mettons tout en œuvre pour élargir notre panel d'activités physiques. »

pas ou peu, et cette difficulté à s'exprimer oralement peut engendrer des comportements inadaptés », reconnaît Maxence. Mais cela n'a jamais lieu pendant le sport, qui les aide à évacuer certaines tensions. »

Sur l'eau, à cheval ou dans un dojo

Grâce à leur formation de sport adapté, Maxence et Steven encadrent des activités extérieures avec les résidents, comme la randonnée par groupe de niveau, les sorties vélo, la natation ou la course à pied. « Nous emmenons aussi les résidents à la découverte de nouvelles pratiques, en partenariat avec le Comité départemental de la Fédération de sport adapté de l'Essonne. Judo, boxe, voile, canoë, rugby... ils participent à de nombreuses séances. C'est toujours très bénéfique pour eux de sortir de leur cadre habituel et de côtoyer d'autres personnes en situation de handicap. La pratique régulière d'une activité physique renforce la confiance, l'estime de soi et l'autonomie. »

Le sport est-il un vecteur de lien social ? « Oui, assurément », répond Hind Verrier, qui constate les effets positifs sur les résidents de la Maison de Moulins-la-Marche. Certains font du sport au sein de clubs locaux, ils y sont accueillis comme les autres pratiquants, sans aucune réticence. « Il n'y a aucun frein de la part des clubs, bien au contraire, et nos partenariats avec eux sont durables. Dans tous les cas, que ce soit le judo, le foot, l'équitation ou le ping-pong, il y a toujours un membre de l'équipe pour

Le marathon de Thomas

Thomas a 34 ans. Il vit à la Maison de Combs-la-Ville depuis 14 ans; très vite, les éducateurs sportifs ont décelé les aptitudes hors normes de ce jeune homme pour la course à pied. « Il veut tout le temps sortir, on ressent son besoin de se dépenser. Même s'il ne parle pas, dès que l'on court ensemble, il a le sourire jusqu'aux oreilles, que ce soit sur le tapis de marche ou en forêt », constate Maxence. Avec son collègue Steven, ils ont donc pris l'habitude de prendre part à des compétitions avec Thomas, qui, à leurs côtés, ne manifeste pas d'appréhension par rapport à la foule. Cette confiance les a amenés à monter un projet un peu fou : participer tous les trois au marathon de Paris, avec le soutien total de la famille de Thomas. D'autant que les frais d'inscription sont gratuits pour les « dossards handicapés ».

Et voilà Steven et Maxence qui allongent leur foulée au rythme de celle de Thomas. « Nous augmentons nos entraînements mais très franchement, j'ai plus de doutes sur mes capacités que sur celles de Thomas! », reconnaît Maxence en souriant. Il faudra suivre attentivement leurs exploits le 2 avril 2023...

“
Les résidents sont parfois tentés par le repli sur soi. Le sport les aide à sortir de cet isolement.

Maxence Froger,
éducateur sport adapté à
la Maison Perce-Neige de
Combs-la-Ville

”



Défi santé.



Olympiades inter-Maisons.

Vive les Olympiades

Quand ils peuvent s'exprimer, les résidents sont les premiers à manifester leur plaisir. « *Je vais mieux* », « *depuis que je fais du sport, je me sens bien* »... D'autant que les équipes leur proposent des pratiques en lien avec leur comportement et leurs aptitudes. Le judo, par exemple, est un bon moyen pour canaliser l'énergie. Pendant les sorties « équitation », certains montent à cheval, d'autres s'occupent des animaux, les brossent, les caressent. L'important est que chacun participe à son niveau. Pour cela, le projet individuel est discuté en réunion pluridisciplinaire, en tenant compte bien sûr des souhaits de chacun et des recommandations médicales.

Hind Verrier le constate au quotidien, « *grâce à l'activité physique, leurs capacités d'endurance sont renforcées. Il faut parfois vaincre des résistances de leur part pour les faire bouger et aller à l'extérieur, mais lorsqu'ils sont habitués, ce sont eux qui nous demandent à pratiquer des activités sportives.* »

Quant au côté ludique du sport, il n'y a qu'à regarder des vidéos prises pendant les Olympiades inter-Maisons organisées en juin 2021 par les professionnels de Combs-la-Ville. Le temps d'une journée, ils ont réuni environ une centaine de résidents des Maisons de Combs-la-Ville et de Mandres-les-Roses (94). La manifestation fut joyeuse: structures gonflables, parcours, chamboule-tout, stands de lancer, tir à l'arc... rien de tel qu'une belle ambiance de fête pour faire aimer l'exercice physique et réjouir l'ensemble des participants, résidents, familles et équipes des établissements. ■



Salle de sport à Moulins-la-Marche



Les pictos à la place des mots

De nombreux résidents fonctionnent en communication non-verbale. Comment dans ce cas expliquer les consignes essentielles à la pratique sportive? Les éducateurs ont à leur disposition

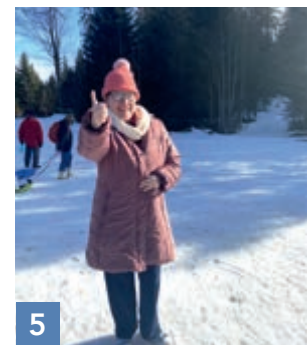
des planches de pictogrammes, que les résidents ont appris à reconnaître. C'est l'heure de la partie de ping-pong? Le picto avec deux raquettes se passe de commentaire, tout le monde se dirige vers la table. S'il s'agit d'un visuel d'haltères, c'est l'heure du rendez-vous en salle de sport.

Pour se faire comprendre, les moniteurs pratiquent également la communication par l'objet, comme avec une balle de tennis par exemple ou un ballon, et par imitation: ils font un geste et demandent aux résidents de le reproduire, voire de le refaire en toute autonomie. C'est ainsi que certains résidents ont parfaitement mémorisé leur parcours d'obstacles et qu'ils sont désormais capables de le réaliser seuls.

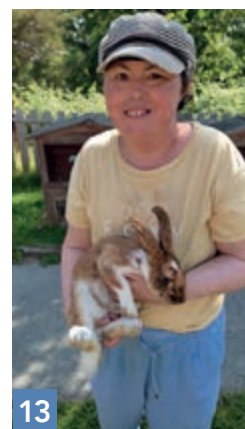


En photos !

Quelques temps forts en 2022



1. Course Algéron - Maison de Marseille (13) **2.** Équitation - Maison de Courbevoie (92) **3.** Festival du cerf-volant à Berck - Maison de Maing (59) **4.** Avec l'Association Moulin à café - Maison de Paris 14 **5.** Séjour dans le Jura - Maison de Juvigny-sur-Loison (55) **6&7.** Journée au zoo de Montpellier - IME de Montélimar (26)



8. À la rencontre des ânes - Maison de Condorcet (26) **9.** Au Mondial de l'Auto - Maison de Combs-la-Ville (77) **10.** Escalade - Maison d'Antony (92) **11.** Marche l'Aventura - Maison de Courdon (46) **12.** Sortie en voitures de collection - Maison de Sèvres (92) **13.** Médiation Animale - Maison de Givrand (85) **14&15.** Visite à Eurodisney - Maison de Castelnau-le-Lez (34)



En 1966, Lino Ventura, père d'une petite fille « pas comme les autres », décidait de créer Perce-Neige pour venir en aide aux personnes handicapées mentales et à leurs familles.

Depuis 56 ans et 35 ans après la disparition de l'acteur, la Fondation Perce-Neige, présidée par son petit-fils Christophe Lasserre-Ventura, œuvre pour accueillir et accompagner au quotidien les enfants et adultes touchés par un handicap mental, physique, psychique, un polyhandicap ou l'autisme.

**Vous aussi,
faites place
à la solidarité
et à l'action**

**en soutenant
Perce-Neige !**

DON EN LIGNE

sur perce-neige.org

DON PAR SMS (5 €)

Envoyez PNEIGE au 92030



FONDATION PERCE-NEIGE

7 bis, rue de la Gare - CS 20171
92594 Levallois-Perret Cedex

01 47 17 19 30

