



CENTRE HOSPITALIER JACQUES CŒUR

# Communiqué de presse

Le 13 février 2020, à Bourges

## **Des séances d'escrime en club pour les personnes atteintes de maladies neurodégénératives et leurs aidants : un atelier unique en France !**

**La Plateforme de Répit et d'Accompagnement de Bourges et l'Escrime Club de Saint-Doulchard s'associent pour proposer des séances d'escrime pour les personnes atteintes de maladies neurodégénératives et leurs aidants (conjoint, parent, ami, ...). Ces séances ont lieu tous les lundis de 10h30 à 11h30, à la salle d'armes de l'Escrime Club de Saint-Doulchard, et sont uniques en France.**



*Faire face à la maladie et voir son proche sous un nouveau jour grâce à l'escrime.*

### **Apprendre à se défendre face à la maladie**

La Plateforme de Répit et d'Accompagnement propose un soutien aux personnes qui souffrent de troubles de la mémoire et à leurs proches aidants. L'objectif est d'informer, écouter, soutenir et orienter le duo aidant-aidé aux différents moments d'évolution de la maladie.

Contact presse : Pierre-Yves HALIN, chargé des relations publiques - 02 48 48 47 16 - pierre-yves.halin@ch-bourges.fr  
Centre Hospitalier de Bourges - 145 Avenue François Mitterrand - CS 30010 - 18020 Bourges Cedex  
www.ch-bourges.fr |   @chjacquescoeur

L'idée des séances d'escrime est de créer un parallèle avec le quotidien des aidants et des aidés à travers un challenge : découvrir un nouveau sport (faire face à une maladie inconnue) et apprendre à combattre (affronter la maladie). En pratiquant l'escrime, on nous apprend que la riposte est la meilleure défense contre l'attaque. C'est l'idée que véhicule la Plateforme de répit en apprenant aux aidants à réagir face à la maladie. Cet atelier permet également de rompre l'isolement en rencontrant des personnes qui partagent un vécu similaire, d'échanger sur ses expériences et de voir son proche sous un nouvel œil.

*« Les personnes que nous accueillons vivent toutes à domicile. Les maladies neurodégénératives peuvent conduire à un isolement tant des aidés que des aidants. Ces séances d'escrime sont l'occasion de se retrouver et d'échanger sans forcément aborder la maladie, et de se focaliser sur les capacités restantes et non plus sur les capacités perdues. De plus, ces séances se déroulent dans un lieu uniquement dédié au sport et permettent de créer du lien social. »*

Manon Billaud, psychologue à la Plateforme de Répit et d'Accompagnement

Ces séances sont animées par Anaïs Berrueco, professeure de sport adapté à l'EHPAD de Taillegrain, et Eric Gaudin, brancardier et éducateur sportif au Centre Hospitalier Jacques Cœur et licencié à l'Escrime Club de Saint-Doulchard avec CQP (Certificat de Qualification Professionnelle). Elles auront lieu jusqu'au lundi 9 avril.

*« Lors de la première séance, nous avons commencé par apprendre le maniement du fleuret et les déplacements. L'objectif est de faire découvrir petit à petit toutes les facettes de l'escrime. A terme, les participants pourront même combattre avec les tenues traditionnelles. Les retours des participants sont d'ailleurs très positifs. »*

Éric Gaudin, brancardier et éducateur sportif au Centre Hospitalier Jacques Cœur et licencié à l'Escrime Club de Saint-Doulchard avec CQP

## **Le sport envisagé comme un soin**

Ces séances d'escrime doivent également permettre de maintenir les capacités physiques et cognitives des aidés et des aidants. En effet, l'activité sportive favorise le mouvement, la coordination, améliore les capacités motrices ainsi que la dextérité et l'équilibre. Autant de bienfaits qui favorisent aussi le bien-être.

« Le sport est un soin à part entière, car il possède des vertus physiques et psychologiques essentielles. Dans le cadre du projet Bouger à l'EHPAD<sup>1</sup>, nous proposons depuis 2018 un atelier d'escrime pour les résidents de l'EHPAD de Taillegrain. C'est un atelier pour lequel nous avons constaté un bel engouement, et que nous retrouvons aujourd'hui avec les participants de la Plateforme de Répit et d'Accompagnement. »

Anaïs Berrueco, professeure de sport adapté à l'EHPAD de Taillegrain



Une séance d'escrime à l'EHPAD de Taillegrain, animée par Anaïs Berrueco et Eric Gaudin.

Des séances qui ont pu se concrétiser grâce à l'aide précieuse de l'Escrime Club de Saint-Doulchard, qui fournit la salle d'armes mais également le matériel adéquat.

« Notre club s'est toujours investi pour le sport-santé. Tous les mardis, nous accueillons des femmes pour de la rééducation suite à un cancer du sein. Nous intervenons également à l'EHPAD de Taillegrain et aux résidences de Bellevue. Accueillir les aidant-aidés de la Plateforme de Répit et d'Accompagnement était une évidence. Quand on voit le sourire des participants et qu'ils ne pensent plus à la maladie, c'est une victoire pour nous. »

Éric Lamouroux, président de l'Escrime Club de Saint-Doulchard

<sup>1</sup> Le projet Bouger à l'EHPAD a pour objectif de rendre la pratique physique et sportive accessible aux résidents de l'EHPAD de Taillegrain. Ce programme propose aux résidents volontaires des activités sportives hebdomadaires, comme le basket-ball, la découverte de sports innovants et l'escrime.

## Les missions de la Plateforme de Répit et d'Accompagnement

La plateforme de répit répond aux besoins d'information, d'écoute, de conseils et de relais. Pour cela, des séances individuelles de suivi psychologique sont proposées, mais aussi des ateliers à destination des aidants seuls (sophrologie, informations sur les maladies neurodégénératives) ou du duo aidants-aidés (atelier mémoire, groupe d'activité physique). Ces ateliers ont pour objectif d'offrir du répit, de favoriser le maintien de la vie sociale et de stimuler les capacités fonctionnelles, cognitives et sensorielles.

*« Après un premier rendez-vous, nous définissons les besoins de la personne que nous rencontrons et proposons une aide personnalisée. Tous nos ateliers s'inscrivent autour de moments conviviaux. »*

Manon Billaud, psychologue à la Plateforme de Répit et d'Accompagnement



*La Plateforme de Répit et d'Accompagnement de Bourges est située à l'EHPAD de Taillegrain.*

L'équipe est composée d'une secrétaire, d'un infirmier coordonnateur, d'une psychologue, d'une ergothérapeute, d'une professeure de sport adapté ainsi que d'une psychomotricienne. Ces prestations sont intégralement financées par l'Agence Régionale de Santé et donc gratuites pour les aidants/aidés.

Pour prendre rendez-vous avec la Plateforme de Répit et d'Accompagnement, et bénéficier d'une aide adaptée à leurs besoins, les personnes intéressées peuvent contacter le secrétariat du service au 02 48 23 77 49, du lundi au vendredi de 9h à 17h.