



LES COMPOTES
INCOMPARABLES
EXPERIMENT
Volume n°1



THIMOTHEE ADOLPHE

Athlète 400m T11, et mal voyant

MARIE-AMELIE LE FUR

Athlete 400m et saut en longueur T64

FIN DE LECTURE EN P. 2 et 3



Edito

Dans ce premier numéro de l'expérience des Compotes Incomparables vous trouverez :

- des témoignages de différents athlètes, homme et femme, déficient à leur niveau, qui ont accepté de nous en dire un peu plus sur leur parcours et sur ce qu'ils vivent !
 - un aperçu des actions que nous avons mené pour aller au bout de ce projet
 - et une suggestion de document cinématographique pour pousser aux plus loins votre curiosité !!
 - Vous pourrez visualiser le reportage que nous avons réalisé au court de nos rencontres sur la 4^e de couverture !
- on a d'autre surprise mais on ne vas quand même pas tout vous dévoiler maintenant !



THEO CURIN

Nageur amputé et mannequin

LA SUITE EN P.4

SALIM EJNAÏNI

Cavalier amateur et non voyant

A RETROUVER EN P.5



Présentation

Lorsqu'on parle de handicap, on pense la plupart du temps aux personnes en fauteuil roulant, mais elles ne représentent qu'une petite minorité des personnes handicapées. A titre indicatif, on estime que 80% des handicaps sont invisibles. Déficit de vision ou d'audition, difficulté mentale, maladie chronique, il existe un très grand nombre de formes de handicaps.

Mais alors, savez-vous que même les personnes handicapées peuvent pratiquer du sport : on appelle ça l'handisport. Il s'agit une pratique sportive où les règles, les équipements et les disciplines sont adaptées au degrés d'handicap des participants. Pour le déroulement équitable des compétitions, Ludwig Guttmann a créé les Jeux Paralympiques en 1960. Nous trouvons aujourd'hui 22 disciplines.

Marie-Amélie Le Fur, athlète amputée, travaille chez EDF en tant que chargée de communication afin de promouvoir leur engagement auprès du sport et du handicap.

EDF soutient financièrement de nombreux athlètes dont 12 participants aux jeux paralympiques et une centaine au Pôle Espoire sur le territoire français et DOM TOM. Les sponsors sont pour beaucoup indispensables à la pratique de leur sport. Le coût d'une lame s'élève en effet à 10 000€, un coût que tout les sportifs et leur famille ne peuvent se permettre d'autant plus que pour certaine discipline il faut acheter en plus du matériel spécifique (ex ski, équitation, ...).

Au travers de son histoire, Marie Amélie, espère promouvoir la pratique du handisport, auprès des déficients mais aussi des valides pour leur ouvrir l'esprit. Ainsi elle désire que tous puissent accéder à un club librement et facilement. Pour cela, elle témoigne, comme beaucoup d'autres athlètes, dans les entreprises, les écoles, les universités pour démontrer que les changements, les contraintes qu'ils subissent sont en réalité de belles opportunités pour se questionner et s'améliorer.



Nous sommes 5 Compagnons au caractère tous différents. Pour autant, nous nous retrouvons tous autour de valeurs communes : l'altruisme et l'inclusion, la protection de l'environnement, et le partage.

Autours de toutes nos convictions nous avons construit un projet fantastique avec des personnes Extraordinaires : mener une action de sensibilisation auprès de notre environnement proche, entourage, groupe scout.

Plusieurs coup de fils ont été passés, des milliers de mails envoyés et des rencontres organisées... Ainsi, ce journal voit le jour. Mais nous ne nous sommes pas arrêtés là. Avec les 11-14 ans de notre groupe, nous sommes partis à la rencontre d'athlètes un peu tête en l'air après avoir assisté à l'avant première d'un reportage que nous avons réalisé au court de nos rencontres.

On nous reproche souvent nos trop long discours alors nous vous laissons aller regarder le déroulé de cette journée par ici → [Groupe saint gabriel saint jean bosco - paris 20 - Scouts et Guides de France \(sgdf.fr\)](https://www.sgdf.fr/actualites/2019/09/20-scouts-et-guides-de-france-sgdf-fr)

Tout au long de votre lecture (numérique) vous trouverez plusieurs liens annexes spécifiés par de petits logos, des icônes et certaines images !

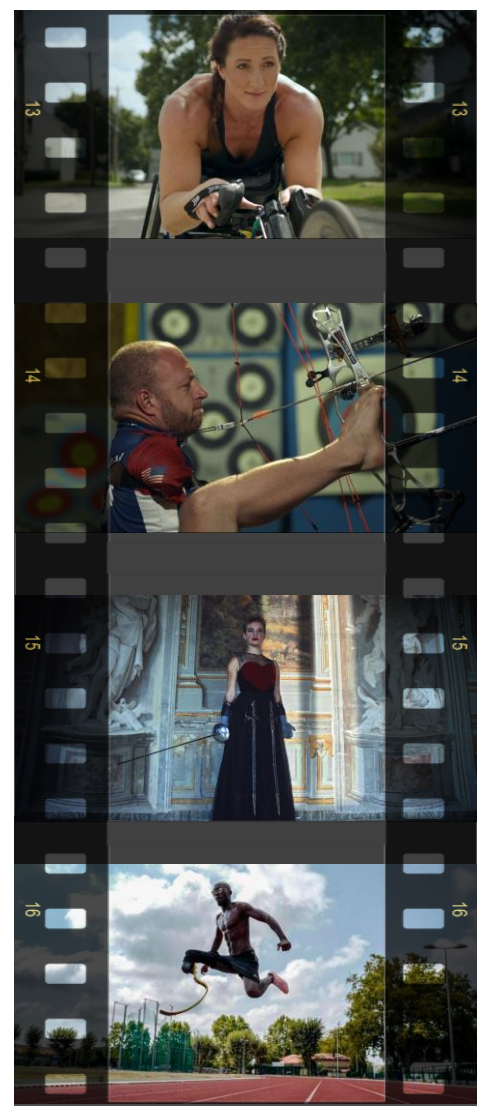
Ainsi, nous vous laissons avec les athlètes que nous avons rencontrés !!



**Critique du film « comme des phenix : l'esprit paralympique »
2020, De Ian Bonhôte, Peter Ettegui, (disponible sur Netflix)**

Comme des Phénix est un documentaire sur les Jeux Paralympiques. A travers l'œil d'athlètes et d'organisateur, l'histoire générale de ces Jeux et plus précisément l'aventure de 2012 à Londres et 2016 à Rio nous sont racontés, en même temps que le parcours des sportifs, leur histoire et leurs motivations. Nous rencontrons ainsi Jean-Baptiste Alaize, champion de saut en longueur et amputé, ou encore Tatyana McFaden, athlète dix-sept fois médaillée des Jeux Paralympiques et paralysée depuis sa naissance.

Outre une brève approche historique allant de la vie de Ludwig Guttman et des Jeux de Stoke Mandeville aux 9^{ème} Jeux Paralympiques en 1960 à Rome, les différents athlètes et les organisateurs du Comité International Paralympique témoignent durant la dernière moitié de Comme des Phénix sur l'organisation compliquée et le déroulé des Jeux Paralympiques de Rio en 2016. L'organisation était en effet compromise par des problèmes financiers. Les organisateurs évoquent la course pour trouver des fonds, les athlètes parlent de leurs ressentis : annuler les Jeux parce que les fonds ont été utilisés autrement par des personnes valides équivaut à dire à tous les athlètes handicapés qu'ils sont moins importants, moins légitimes que des personnes valides à accomplir des exploits, que ce soient des exploits sportifs ou intellectuels, solidaires, etc. Mais les Jeux ont eu lieu prouvant au monde et à l'opinion publique hautaine que le handisport est tout aussi impressionnant et beau, voire plus, que le sport valide. Le film est ponctué de séquences artistiques, montrant les sportifs dont nous suivons le parcours comme des statuts de marbre qui s'abiment parfois mais qui réapparaissent à la fin du film intacte. L'image est belle : si certaines conditions ne permettent pas aux athlètes de concourir avec les valides, leurs performances n'en sont que plus intéressantes, leur entraînement aussi dur. La flamme olympique leur fait vivre de leur passion, ils renaissent dans le sport à haut niveau : comme des phénix.





LES ATHLETES

« Je ne tiens pas à devenir autonome grâce à la technologie, car rien ne remplacera le partage entre mon guide et moi »

Timothée Adolphe

« 7,16 secondes ! C'est le nouveau record du monde du 60 mètres indoor en T11. A l'œuvre ? Timothée Adolphe, aveugle à 100 % en raison d'un glaucome congénital, et son guide Bruno Naprix. »

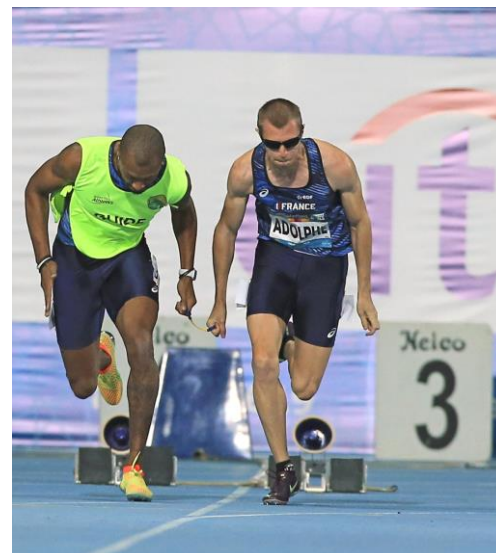
Timothée Adolphe, 31 ans, appelé le guépard blanc est un athlète paralympique français polyvalent sur les épreuves de sprint, détenteur de la meilleure perf de l'histoire sur 60 mètres et des records d'Europe du 100 mètres et du 200 mètres. Il concourt dans la catégorie T11 du fait de sa cécité.

Lorsqu'en 2005 il arrive à Angers pour ses études, il découvre un club d'athlétisme possédant une section d'athlétisme handisport. L'entraîneur déclare que Timothée Adolphe, étant très malvoyant, a besoin de courir avec un guide, il n'a « pas de temps à perdre avec un aveugle ». Atteint moralement, le jeune adolescent se tourne alors vers d'autres activités, le torball où il évolua en D2, d'une part, et la musique, d'autre part.

Malgré ça il n'abandonne pas l'athlétisme et est d'abord inspiré par l'athlète non-voyant Aladji Bâ, médaillé à Sydney en 2000. En 2008, il fait la rencontre d'Arthémon Hatungimana, médaillé aux Mondiaux IAAF 95 sur 800m. Ensemble, ils commencent à écrire l'histoire dès l'Euro 2012 à Stadskanaal.

A force de persévérance il est médaillé de bronze à deux reprises sur 400m aux championnats du monde, cinq fois champion d'Europe. Il remporte l'or sur 400m et l'argent sur 100m aux mondiaux de Dubai en 2019, effaçant les désillusions des disqualifications des dernières années et permettant tous les espoirs pour les jeux paralympiques de Tokyo en 2020.

Parrallèlement il se consacre à sa deuxième passion : le rap. Après un très bon accueil de son premier morceau *Olympe*, il travaille sur deux nouveaux morceaux inspirés de son parcours.





Marie-Amélie Le Fur

« Sa rapidité nous avait bluffés. Elle avait bien mérité de la garder »

Depuis l'âge de 6 ans Marie Amélie pratique l'athlétisme. Après avoir décroché de nombreux titres départementaux et régionaux, elle réalise la 4^e performance Française sur 1000m en 2'58. Ce fut l'événement qui propulsa son palmarès vers le haut avec deux titres de championne de France, en cross pompiers et 500 m piste pompiers.

Mais le 31/03/2004, Marie-Amélie est victime d'un grave accident de scooter, 3 jours après, elle est amputée sous le genou.

Se reconstruire professionnellement et socialement...

Jeune sapeur-pompier de l'âge de 12 à 18 ans, elle rêvait de devenir sapeur-pompier professionnel, malheureusement mon handicap m'empêche de réaliser ce rêve.

Grâce à Cyrille Nivault, son entraîneur, et à Emmanuel Janus, tous deux pompiers professionnels elle recommence à courir seulement 4 mois après son accident.

On est fin 2004, la réalisatrice Virginie Sauveur cherche une jeune fille amputée pour jouer le rôle de doublure dans un film France 2, *Celle qui reste*. Une jeune adolescente vient de perdre une jambe dans un accident mais rêve de pratiquer de l'athlétisme de son village. Bref un rôle de doublure parfait pour elle !! La réalisatrice raconte : « On avait seulement besoin de filmer ses jambes. Et l'histoire de Marie-Amélie résonnait avec celle du film ». Pour la remercier, une

lame, sa première lame, sur mesure lui a été offerte. Elle commencera les compétitions handisports en 2005.

Lors de sa première course, elle obtient le titre de championne de France du 200m, établissant un nouveau record. Quelques mois plus tard, elle obtient le titre de championne du monde jeune du combiné 100m-200m et celui du 800 m battant son propre record

Par la suite, elle participe aux championnats du monde de 2006, puis aux jeux paralympiques de Pékin en 2008, avec 2 médailles d'argent (100m et saut en longueur), puis aux championnats du Monde de Christchurch en 2011 (2 médailles).

Le summum de sa carrière arrive en septembre 2012 où elle obtient, après près de 8 années de travail, le titre de championne paralympique sur 100m, l'argent au 200m et le Bronze en saut en longueur.

Puis elle les enchaîne pour cumuler aujourd'hui 8 médailles paralympiques (3 or, 3 argent, 2 bronze) dont 2 médailles d'or (longueur et 400m) et une de bronze (200m) au jeux paralympique de Rio, 12 médailles mondiales et plusieurs titres au championnat d'Europe, le plus récemment une or à Berlin (2018). sans oublier qu'elle possède le record mondial au saut en longueur.

En 2018, elle devient la nouvelle présidente du Comité Paralympique et Sportif Français.

Théo Curin

« Je remercie mon handicap de m'avoir construit. Je n'aurais jamais fait autant de choses si je n'avais pas été amputé »

A 19 ans, le double vice-champion du monde de natation handisport Théo Curin est devenu éditorialiste de Biotherm, chroniqueur au « Magazine de la santé » (France 5), invité sur les plateaux télé, il hisse sa diérence en haut de l'arche et modifie le regard sur le handicap. Tout cela en continuant ses études car il est le récent titulaire d'un bac technologique ST2S et vient d'obtenir son permis B et une voiture adaptée.

Amputé des quatre membres à l'âge de 6 ans suite à une méningite, Théo Curin rencontre le nageur Philippe Croizon, atteint du même handicap, ce qui lui a donné envie de s'inscrire dans un club handisport. Un sport qui lui permet non seulement de se sentir libre, mais également de se dépasser au quotidien. A tel point qu'il intègre à l'âge de 14 ans le pôle Espoir Handisport de natation et devient le plus jeune athlète de la délégation française des Jeux paralympiques de Rio en 2016.

Médaillé de Bronze aux championnats d'eurodes de Funchal en 200m nage libre, il ne s'arrête pas là car en 2017 il obtient la médaille d'argent au championnat du monde au Mexique en 100 et 200m nage libre. Il remporte la 3^e place au championnat du monde de 2019 à Londres en 200m nage libre.

Un parcours abracadabrant quand on sait que Théo avait une phobie de l'eau avant de commencer la natation !

Membre du Team EDF, Théo, avec deux autres nageurs se lancera en novembre 2021 dans une aventure inédite : traverser le lac Titicaca à la nage en totale autonomie. Accompagné de Malia Metella (vice-championne olympique 2004) et de l'éco-aventurier Matthieu Witvoet, il devra parcourir 122 km entre le Pérou et la Bolivie, dans une eau à 10°.

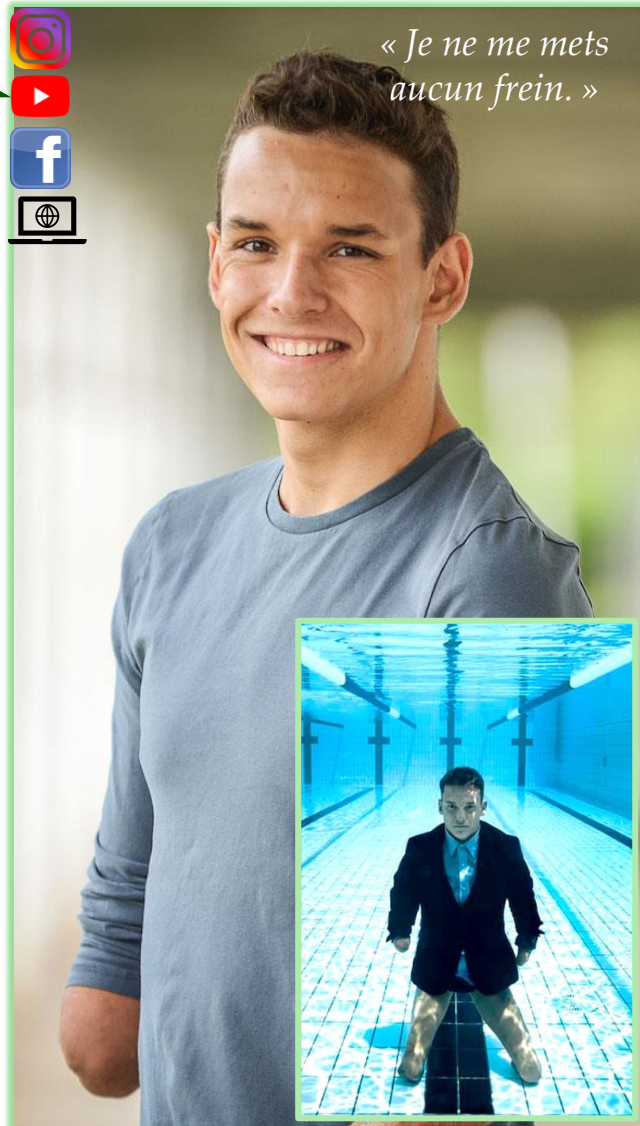


La R&D d'EDF assurera l'écoconception du radeau qui lui permettra de survivre pendant ces 8 à 10 jours, afin de tracter le matériel nécessaire (nourriture, équipement médical...). Au sein d'EDF Pulse Explorer, le Design Lab cherche les meilleures solutions afin que cette embarcation soit légère, repérable et écologique.

Si ce défi s'annonce donc comme une formidable aventure humaine, ce sera également l'occasion de médiatiser les questions environnementales autour de la pollution du site et de collaborer avec des associations locales.



« Je ne me mets aucun frein. »



Youtube : Vestiaires S9 - Omelette (feat. Théo Curin) [ICI](#)

« **Quel est ton meilleur souvenir de compétition ?**

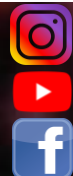
Ça reste ce 200m Nage Libre à Funchal lorsque je sors la tête de l'eau et que j'aperçois mon nom sur le tableau. Quand je réalise que je suis vice-champion d'Europe, je pense tout de suite à mon coach, Fabien Maltret. C'est finalement aussi sa médaille à lui aussi car il se lève comme moi tous les matins pour nous en faire baver et progresser ! Et je dirais que le meilleur reste à venir...

Si tu devais te décrire en quelques mots ?

Je dirais que je n'aime pas du tout perdre et je pense que ça se voit pas mal. J'ai toujours envie de faire le maximum et de me dépasser ! » extrait de notre échange !

Son livre :

« L'impossible n'est qu'un début »



Salim Ejnaini

« Un handicap qui ne l'empêche pas de sauter avec les meilleurs cavaliers du monde lors du Longines Masters de Paris (160cm). »

Salim Ejnaini pratique le saut d'obstacle en amateur depuis 2009 (10 saisons). Atteint d'un cancer de la rétine, diagnostiqué à 6 mois, ce bordelais aujourd'hui âgé de 28 ans est non voyant, ce qui ne l'empêche pas de concourir avec des cavaliers valides.

Après un décollement de la rétine Salim perd totalement la vue à l'âge de 16 ans, et un déménagement à Bordeaux, il retrouve Laetitia Bernard, elle aussi déficiente visuelle, pour s'entraîner avec l'aide de Tiffany Margueritat, son coach actuelle.

Avec une réelle motivation de sa coach et une volonté de repousser les limites, ils préparent ensemble les concours internes, puis se lance dans les compétitions officielles accompagné d'Alexandra Crespin comme guide. Il gagne avec leur aide deux fois le circuit national de saut d'obstacle para-équestre en 2011 et 2013. Mais cela avait un côté dangereux si le cheval guide faisait tomber une barre ou détruisait l'obstacle.



➤ Fin de carrière ?

La fin des circuits obstacle handisport et la non-reconnaissance officiel de la discipline (CSO) met potentiellement fin à cette carrière mais il continue les concours classique club 2 et 1, et amateur en prépa 105cm et 110cm, accompagné de « ses petites voies ». À la retraite de son fjord Ivoire, il décide d'aller plus loin dans sa pratique de l'équitation et décide alors de se séparer de son guide. Grâce à un financement participatif lancé par l'équipe de France de cavalier d'obstacle il croise la route de Rapsody R.P.

➤ Les petites voies

La petite voie, ou crieur est une personne positionnée sous le fanion rouge (à gauche) de chaque obstacle pour qu'il se positionne de façon à franchir l'obstacle droit et au milieu, en fonction du rythme d'appel du crieur il se trouve plus ou moins près de celui-ci. Tiffany quant à elle court à proximité en lui indiquant si c'est un oxer, une combinaison, ou un directionnel mais aussi l'intensité des courbes et le sens du tournant.

Aujourd'hui, Salim Ejnaini est kinésithérapeute. Il est également pilote de kart et joue du piano.

Ses inspireurs : Laetitia BERNARD et son coach Michel Robert

La relève obstacle déficiente : Cindy DUVAL, Ninon FORGET

Un quizz, ça vous tente ?

1. Quand ont été créés les Jeux paralympiques ?

1991 – 1960 - 1972

2. Qui a créé les Jeux paralympiques ?

- A- Ludwig Guttman
- B- Christian Prudhomme
- C- Jean-Michel Aulas

3. Qu'est-ce que la zoothérapie ?

- A- des soins donnés aux animaux des zoos
- B- une technique de soins pour les personnes handicapées mentales
- C- la visite d'un zoo dont on ressort très happy
- D- une psychothérapie pour animaux dépressifs

4. Laquelle de ces 6 personnes a dit : « je suis aveugle, mais on trouve toujours plus malheureux que soi... j'aurais pu être noir... »

- A- Stevie Wonder
- B- Ray Charles
- C- Gilbert Moontagné
- D- Alexandra Goya
- E- Blind Lemon Jefferson
- F- Jean-Sébastien Bach

Pour aller plus loin :

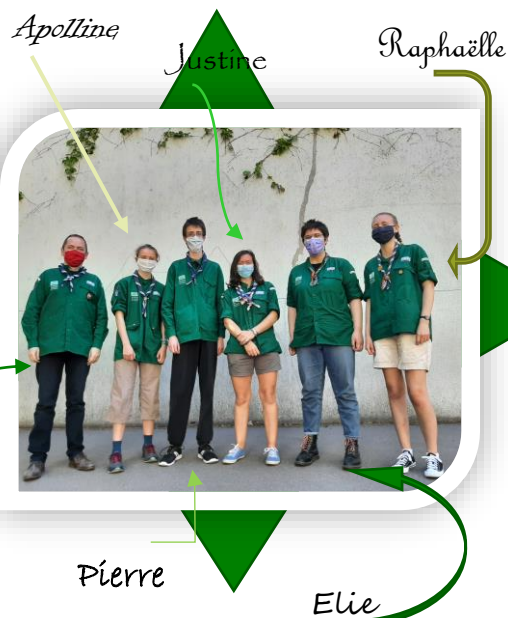
Vidéo promo des jeux paralympiques 2016, pour tout les âges, [ICI](#)

Vidéo pour comprendre l'importance des jeux paralympique, pour les plus jeunes – [un jour, une question](#)

Pour en apprendre plus sur chaque sport – [paralymquoi ?](#)

Une série télévisé qui va droit au but – [le vestiaire](#)

NOTRE ACCOMPAGNATEUR (IL NOUS CONSEILLE LORS DE LA RÉALISATION DE NOS PROJETS)



Retrouver dès maintenant l'interview d'autres athlètes que nous avons rencontré

Athlètes mais tous différents ! -> https://youtu.be/g_DU_IrG_r4

Antoine Moreno et son guide -> <https://youtu.be/EqxWj5OEdD0>

Réalisé par : Pierre, Raphaëlle, Elie, Apolline et Justine : Les Compotes Incomparables

Avec l'aide de : Timothée Adolphe, Marie Amélie Le Fur, Théo Curin, Salim Ejnaini : Athlètes Handisport

Antoine Moreno, Flora Vautier, Benjamin Daviet et Oriane Lopez que nous avons interviewé

La tribu Bleu de saint Gabriel – saint Jean Bosco



Réponses : 1. 1960 // 2. Ludwig Guttman // 3. B. la zoothérapie couvre l'ensemble des effets bénéfiques que les autres humains retirent de leur contact avec les animaux, elle permet de prendre le temps d'établir une relation étroite entre l'être humain et l'animal afin d'ouvrir la personne vers plus de socialisation. (exemple : le équithérapie, les bars à chats, ...) // 4. B. Ray Charles, afro-américain, il est devenu aveugle à l'âge de 7 ans à cause d'un glaucome non soigné faute d'argent. C'est de la soul Music et ironique envers lui-même, a toujours été combattif. Les autres personnes citées sont également aveugles et célèbres dans le domaine de la musique ou de la peinture.