



ORSAC



SPORT

Le challenge en chiffres

- 12 patients participants
- 42,195 km parcourus
- + de 2 000 € récoltés

Le challenge en vidéo

- <https://urlr.me/nrVNO>

SEP'Avenir

- <https://sepavenir.org/>
- 07 80 90 04 45

Orsac

18 rue Bichat
69002 Lyon

04 72 56 73 00
www.orsac.fr

INCLUSION

Challenge SEP'Ossible

Le défi sportif et inclusif illustre avec enthousiasme la valeur du « pouvoir d'agir », au bénéfice de SEP Avenir, association de patients atteints de sclérose en plaques.

PAR PASCALINE TERELLI

Prévu initialement sur la rivière d'Ain, le challenge canoë SEP'Ossible s'est adapté à la météo en investissant le 31 mai dernier la base de loisirs de la Plaine tonique à Montrevel-en-Bresse. Le projet a été créé et porté par des salariés de l'ORSAC Unité territoriale d'Hauteville, pilotée par Jérôme Belfy, directeur adjoint du SMR* de Bourg-en-Bresse, Élise Rostan, orthophoniste, et Nicolas Pons, masseur-kinésithérapeute. « *Après une première édition du challenge canoë en 2023, explique ce dernier, où nous avons parcouru, ma collègue Elodie Artois et moi-même, 50 km sur la rivière d'Ain, nous nous sommes lancés comme défi d'impliquer nos patients. L'objectif était de montrer qu'ils pouvaient continuer à récupérer leur forme physique en dépassant leurs acquis de rééducation intensive.* » Une initiative placée sous le signe de la notion de pouvoir d'agir inscrite dans le projet associatif de l'ORSAC.

Douze patients du SMR ORSAC Bourg-en-Bresse, encadrés par des salariés et des bénévoles, se sont portés volontaires. À la place du marathon en rivière, les participants se sont relayés pour parcourir les 42,195 km en canoë sur le plan d'eau et en vélo autour du lac. Chaque binôme patient-soignant étant escorté par un canoë de secours, prêt à intervenir en cas de difficulté. Pour relever la performance sportive, les patients se sont entraînés pendant quatre mois, le plus souvent en balnéothérapie. Coordination, renforcement musculaire, équilibre..., un programme créé sur mesure par les enseignants en activité physique adaptée et les kinésithérapeutes. Le jour J, l'ambiance était aussi sur la rive, avec le plein de jeux et d'animations en musique. Parmi les supporters, de nombreux rééducateurs et bénévoles issus des SMR ORSAC de Bourg-en-Bresse et de Mangini ainsi que de l'Ehpad du Château d'Angeville

ont profité de la journée. Les partenaires, comme l'association SEP'Avenir au profit de laquelle était organisé le challenge, étaient de la partie. « *Après la maladie de Charcot**, nous avons choisi de mettre un coup de projecteur sur la sclérose en plaques, détaille Nicolas Pons, afin de faire connaître cette maladie et de soutenir les efforts de recherche et l'accompagnement des malades.* » Avant clôture, la cagnotte dépassait les 2 000 €. Rendez-vous pris pour 2025 sur la rivière d'Ain cette fois, si le temps le permet... ■

* Soins médicaux et réadaptation

** Le challenge 2023 était organisé au profit de l'association pour la recherche sur la sclérose latérale amyotrophique (ARSLA), rassemblant plus de 3 000 €.



Parmi les patients participants, Estelle F., souffrant de sclérose en plaque, est accompagnée par Nicolas Pons, à l'origine de l'évènement.



Dépasser
ses acquis
de
rééducation