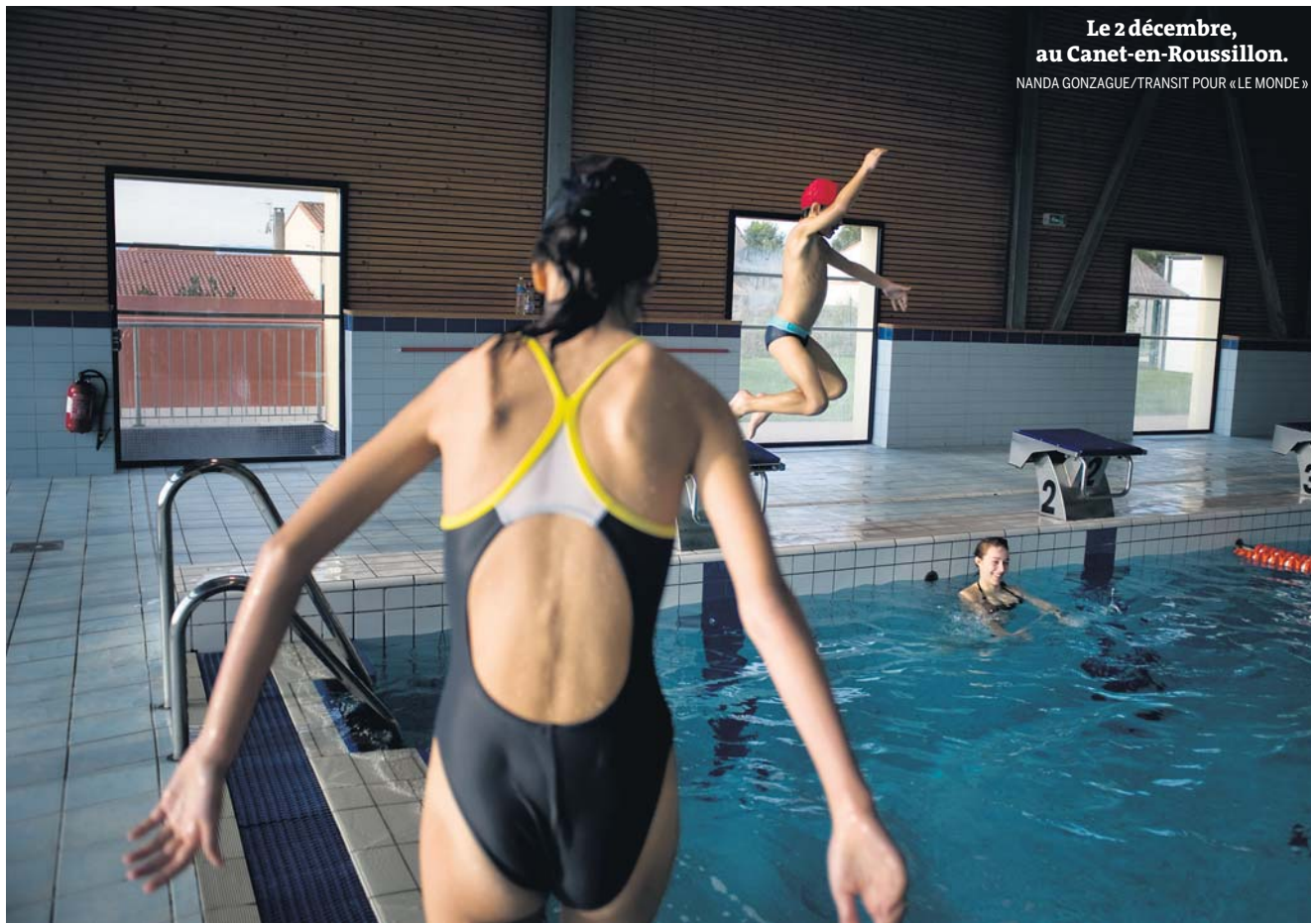


A Canet-en-Roussillon, tout le monde se jette à l'eau

PRIX « LE MONDE » - APELS

Chaque samedi, l'association Alter et go ! ouvre les portes du centre aquatique à des enfants et jeunes adultes en situation de handicap mental



Le 2 décembre, au Canet-en-Roussillon.
NANDA GONZAGUE/TRANSIT POUR « LE MONDE »

LAURENT TELO

Canet-en-Roussillon (Pyrénées-Orientales),
envoyé spécial

Samedi 3 décembre, la piscine de Canet-en-Roussillon, tout près de Perpignan, est une sorte de raccourci humide de l'humanité. Dans la ligne d'eau de droite, des seniors pratiquent l'aquagym ; dans la ligne d'eau du milieu, un jeune baracuda tout en muscles enchaîne les longueurs à toute vitesse ; dans la ligne d'eau de gauche, celle qui nous intéresse, Amélie batifole avec ses camarades d'Alter et go !, association d'aide aux loisirs pour personnes en situation de handicap mental. Amélie souffre d'une déficience intellectuelle prononcée mais il y a beaucoup de vie dans ses yeux fragiles. Chaque samedi matin, ils sont une petite quinzaine, enfants et jeunes adultes de 8 à 30 ans, encadrés par cinq moniteurs, à se jeter à l'eau pour une heure.

A 12 ans, déjà très coquette, Amélie ôte ses lunettes de plongée entre chaque exercice. C'est toute une histoire pour les remettre mais ça la fait rire aux éclats. « Amélie avait tellement envie de venir qu'elle était réveillée à 6h30, sourit Christophe Miroso, son papa. Ça lui fait un bien... La séance avec Alter et go !, c'est son moment, son intimité. Je n'y assiste pas. » Le rendez-vous est donné à 8h30, l'heure où les premiers rayons harponnent le sommet enneigé du Canigou, la montagne des Catalans. Sur le parking du complexe nautique qui hébergea un temps Laure Manaudou et son entraîneur Philippe Lucas, il n'y a pas un seul retardataire. Même Christelle, trisomique, grippée et un genou mal en point, a tenu à assister à la séance, en maillot de bain, depuis le bord du bassin.

« Ça traîne ! », hurle Amélie. Alors, ça s'ébroue. Le rituel est rodé. La petite troupe

se change rapidement et se divise en deux groupes. Les plus jeunes, dont Amélie, s'adonnent à des jeux, classiques mais toujours de bon aloi : jeux de balles, chasse au trésor, maintien de l'équilibre sur une grande planche en mousse, sauts depuis les plots de compétition, passages en apnée à travers des cerceaux... La cohabitation est parfaite. « Il s'agit de leur faire accepter de se faire éclabousser, d'être touché par quelqu'un d'autre, mais aussi d'apprendre à

« La séance avec Alter et go !, c'est son moment, son intimité »

CHRISTOPHE MIROSO
père d'Amélie, 12 ans

nager pour gagner en autonomie et se sentir à l'aise dans l'eau », raconte Luc Toreilles, qui a fondé Alter et go ! après avoir travaillé sept ans en institut médico-éducatif.

Amélie parvient maintenant à nager une longueur de 25 mètres sans poser le pied au fond du bassin. Pour les plus aguerries, ça se corse. Au programme, séries de longueurs, comme les pros. « On travaille par cycles, explique Olivier, encadrant. Un cycle crawl, brasse et un travail avec palmes et tuba. » Thibault, trisomique, partira à la conquête de son corps sans répit durant toute l'heure d'entraînement. Le but du jeu : passer son brevet, qui lui garantira l'accessibilité à des activités nautiques comme le kayak, la pratique du catamaran, voire de la plongée avec bouteilles.

A première vue, le petit groupe est assez hétérogène. « Il y a des profils et des histoires

différentes, des âges et des pathologies divers qu'on essaye de fédérer, explique Luc Toreilles. On propose aux parents de connaître complètement leur enfant pour lui offrir la prise en charge la plus personnalisée et la plus humaine possible. On a voulu se séparer des grosses structures d'accueil spécialisé et mettre l'accent sur la proximité, l'échange, afin de créer du lien social. »

Toute la semaine, Amélie a parlé de retrouver sa copine Elisa, 11 ans. Craintive, Elisa a bu la tasse en début de séance et n'a pas profité pleinement de la suite. Contrairement à Amélie, qui est déjà scolarisée dans un établissement spécialisé, elle attend de pouvoir intégrer un. « Elisa est toute la semaine à la maison. On ne sait plus quoi faire pour lui trouver une institution », avoue Stéphanie Triguéro, sa maman. « Alter et go ! a été créé il y a trois ans pour combler un vide, intervient Luc Toreilles, et pour structurer le temps de loisirs durant le week-end, qui était un temps mort pour eux. Ils attendaient de retrouver le boulot ou l'école le lundi. Il s'agit aussi d'aider les familles à pouvoir souffler un instant. »

A 9h30 tapantes, les enfants sortent de la piscine enveloppés de serviettes et de chaleur humaine pour s'éparpiller dans les voitures de leurs parents revenus les chercher. Une séparation pas trop nostalgique car la plupart se retrouvent le soir même pour une sortie au restaurant. Alter et go !, qui compte 250 adhérents, organise des sorties culturelles et des voyages de trois jours ou trois semaines. « Durant l'été, l'association a organisé 34 séjours dont un de trois semaines au Pérou, détaille Luc Toreilles. L'objectif est toujours le même : créer un réseau social pour les sortir de l'isolement et leur offrir un horizon extérieur. » ■

Cette association concourt au prix « Le Monde » - Apels, qui vise à récompenser un projet d'insertion par le sport. Pour en savoir plus : Apels.org



EN ROUTE POUR LONDRES

Le fabuleux destin contrarié d'Amélie Cazé

A 26 ans, la quadruple championne du monde de pentathlon moderne se lasse de l'anonymat et des contraintes de son sport

Amélie Cazé prévient d'une voix martiale : « Au cas où vous ne le sauriez pas, on dit "pentathlète" et pas "pentathlonienne". » C'est vrai, on ne connaît pas tout du pentathlon moderne. Mais, à l'issue de recherches approfondies, on peut désormais affirmer que la discipline compte cinq épreuves, qu'elle durait initialement plusieurs jours mais « a été raccourcie à une journée pour améliorer son image commerciale ». Et aussi que « son manque de popularité hors de l'Europe de l'Est a conduit à des demandes de suppression des Jeux olympiques au cours des dernières années ».

En France, on peut donc être quadruple championne du monde (2007, 2008 et 2010 en individuel, 2010 par équipe), double championne d'Europe (2009 et 2010) et rester cloîtrée dans l'anonymat le plus épais. C'est le malheureux destin d'Amélie Cazé, sérieuse chance de médaille à Londres.

Une décevante 9^e place aux Jeux de Pékin en 2008 et la non-notoriété de sa discipline n'arrangent rien. Mais dans un sens, ce n'est peut-être pas plus mal car, les journalistes, Amélie Cazé ne sait pas trop comment les prendre : « S'il y a un piège que j'ai identifié à Pékin et dans lequel je ne veux plus tomber, c'est la gestion des médias. Avant les JO, on est très sollicité, les médias font monter la sauce, on ne voit plus parler plus que de médaille... Le reste du temps, on n'existe pas. Et quand on gagne, tout le monde s'approprie votre histoire. »

De là à conclure qu'il ne faudrait jamais parler de pentathlon moderne, même un tout petit peu tous les quatre ans, pour ne subir aucun désagrément quel qu'il soit...

Ce serait bien dommage, car ce sport est une curiosité à plus d'un titre. D'abord, l'enchaînement d'épreuves hétéroclites et d'origine militaire est pour le moins original : l'escrime (épreuve à l'épée), la natation (200 m nage libre), l'équitation (parcours d'environ 400 m composé de 12 obstacles) et un combiné tir-course (épreuve enchaînant des séquences de course de 1000 m et du tir au pistolet).

Ensuite, il y a la volonté atypique de mettre chaque jour son corps au supplice pour obéir à un emploi du temps démentiel dont la lecture seule vous met sur les genoux. Pour l'heure, Amélie Cazé, avec son mètre quatre-vingts, se remet d'une blessure à la cuisse qui a gâché sa saison, mais consent à dévoiler sa journée type de préparation aux JO. « Le matin : échauffement puis une heure de course en extérieur, puis deux heures de combiné (course et tir). L'après-midi : de l'équitation puis deux heures de natation... » Et c'est comme ça six jours sur sept, en y ajoutant un peu d'escrime, sa « discipline préférée ». Car l'objectif d'Amélie Cazé, aux Jeux de Londres, « c'est la médaille ».

A 26 ans, la professeure d'EPS originaire de Noyon (Oise) semble pressée de tourner la page : « Je consacre 90 % de mon temps à m'entraîner à l'Insep, à faire attention à ma récupération, à surveiller mon hygiène et être dans les transports. Il me reste 10 % pour faire mes courses et avoir une vie en dehors. » ■

L. T.



PHOTOMATON

POUR PERMETTRE À CES PROJETS D'EXISTER,
NOUS SOUTENONS L'AGENCE POUR L'ÉDUCATION PAR LE SPORT DEPUIS 15 ANS.

Energie pour Agir
FONDATION D'ENTREPRISE
GDF SUEZ