

LA MGP

Le magazine des adhérents de la MGP

N° 47 — Avril 2025

& VOUS



Mon guide santé

DOSSIER

EMPLOI ET HANDICAP

Dépasser les idées reçues

La MGP à vos côtés

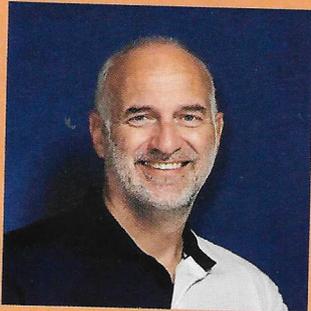
NOS ADHÉRENTS ONT DES TALENTS

Zoom sur...

Le médiateur interne de
la police nationale

MGP

L'avis de l'expert



Professeur François Genêt,

chef de service de médecine physique et de réadaptation, CHU Raymond-Poincaré, Garches (92), président de l'Institut de santé de parasport connecté¹

« TOUTES LES PERSONNES PORTEUSES D'UN HANDICAP PEUVENT FAIRE DU SPORT OU UNE ACTIVITÉ PHYSIQUE RÉGULIÈRE. »

« Comme pour la population générale, l'activité physique, qu'elle soit intense, avec la pratique d'un sport particulier, ou modérée, est essentielle pour les personnes en situation de handicap. Elle a les mêmes effets bénéfiques sur la santé physique et sur la santé psychique : prévention des maladies cardiovasculaires, du surpoids et des maladies chroniques comme le diabète, meilleure qualité de sommeil, bonne gestion du stress, etc.

En plus de ces bienfaits communs à tous, une pratique sportive régulière et adaptée permet plus spécifiquement aux personnes handicapées de gagner en autonomie grâce, par exemple, au renforcement musculaire, qui va faciliter leur déplacement. C'est aussi un excellent outil pour reprendre goût à la vie, notamment après un accident, se réappropriier son corps, se donner à soi-même des objectifs qui sont autant de challenges à atteindre, avec, au bout, la satisfaction de s'être dépassé. Il est vrai qu'une activité physique ou sportive nécessite de la part des personnes handicapées beaucoup de volonté et de motivation. En effet, comme dans d'autres secteurs de leur vie quotidienne, la charge mentale qu'elles ont à supporter est lourde. Il leur faut d'abord anticiper et organiser leurs déplacements vers le site sportif. Même si, depuis la loi de 2005, l'accessibilité des lieux et des transports s'est améliorée, il reste bien des obstacles qui entravent la mobilité. Il leur faut ensuite s'équiper et rejoindre des équipes ou des clubs où l'accueil des personnes porteuses d'un handicap n'est pas toujours facilité, malgré les bonnes volontés. Enfin, le risque de se blesser est toujours présent. Mais toutes les personnes porteuses d'un handicap, quel qu'il soit – moteur, sensoriel, psychique ou mental –, peuvent faire du sport ou une activité physique régulière, avec quelques réserves, bien sûr, pour certaines pratiques. Il n'est pas question d'infantiliser, mais d'accompagner en amont dans le choix du sport ou de l'activité physique qui leur convient le mieux, puis dans la mise en place d'aides techniques et d'équipements spécifiques. Ensuite, elles doivent pouvoir bénéficier d'un suivi médical et technique. C'est ce sur quoi nous travaillons avec le projet de création du premier centre au monde dédié exclusivement au parasport santé : l'Institut de santé parasport connecté, en cours de déploiement sur le site de Bècheville - Les Mureaux (78), a notamment pour objectif de permettre à une personne handicapée de pratiquer une activité physique adaptée en identifiant les différents freins et en mettant en place des leviers pour les surmonter. »

Une convention partenariale pour faciliter l'accès au sport

Qu'ils soient porteurs d'un handicap inné ou acquis à la suite d'un accident ou d'une maladie, les adhérents MGP et leurs ayants droit vont désormais bénéficier d'un dispositif d'aides spécifiques pour les accompagner dans le choix et la pratique d'une activité physique. En effet, Benoît Briatte, président de la MGP, et Philippe Fourny, directeur général de l'Institut de santé parasport connecté (ISPC), ont signé en janvier dernier une convention partenariale. Les termes de ce partenariat prévoient trois différents types de services : une information régulière sur la consultation en parasport santé proposée par l'ISPC ; un accès privilégié à ces consultations pour identifier les activités physiques les plus en adéquation avec ses capacités ; pour les fonctionnaires de police porteurs d'un handicap à la suite d'un accident de travail, un accompagnement personnalisé par un paracoach sportif qui veillera à la bonne intégration et à la compréhension mutuelle dans une structure choisie par ses soins.

1. <https://www.ispc-synergies.org/l-institut>