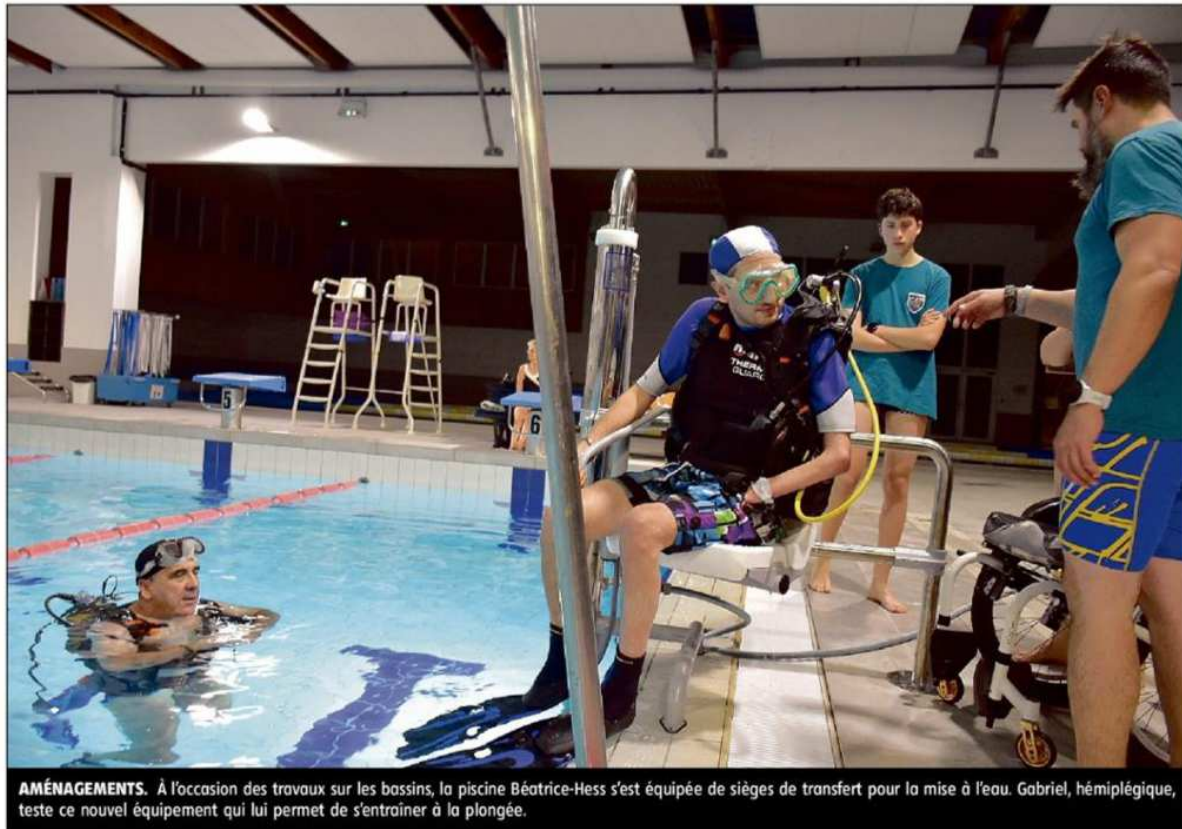




## Une section « handisub » au Club arverne de plongée de Riom

**SPORT.** Sous l'œil d'encadrants, des personnes en situation de handicap peuvent pratiquer cette activité de manière adaptée et sécurisée. **PAGE 12**

# « On se sent comme en apesanteur »



**AMÉNAGEMENTS.** À l'occasion des travaux sur les bassins, la piscine Béatrice-Hess s'est équipée de sièges de transfert pour la mise à l'eau. Gabriel, hémiparalysé, teste ce nouvel équipement qui lui permet de s'entraîner à la plongée.

**Le Club arverne de plongée a ouvert à Riom sa section « handisub ». Sous l'œil des encadrants, des personnes en situation de handicap peuvent pratiquer cette activité de manière totalement adaptée et sécurisée.**

Jean-Baptiste Ledys

Le visage barré par un large sourire, Gabriel quitte la piscine Béatrice-Hess, mercredi soir, à Riom. Hémiparalysé, il est en fauteuil roulant. Il vient de faire plus d'une heure de plongée, avec une lourde bouteille d'oxygène sur le dos. Et il est encore sur son petit nuage : la plongée lui apporte un temps de soulagement dont il sort à chaque fois revigoré. « On se sent bien dans l'eau. On se sent comme en apesanteur. On ne pense à rien, on est dans notre bulle. L'eau nous procure un état de bien-être. J'adore ça. » Quand ils parlent de cette sensation, les membres du Club arverne de plongée (CAP) disent parfois que « le handicap se dissout dans l'eau ».

Après une interruption d'un an, c'est donc à Riom - et non plus à la piscine Pierre-de-Coubertin, à Clermont - que le CAP a pu rouvrir sa section « handisub », ouverte aux personnes handicapées. C'est là qu'ils ont trouvé la réponse à leurs besoins.

À Clermont-Ferrand, les installations ne permettaient plus la pratique de cette activité dans de bonnes conditions. A contrario, les travaux récemment effectués au sein des vestiaires et des bassins de la piscine riomoise ont ouvert cette possibilité. La problématique de l'accueil des personnes à mobilité réduite avait été prise en compte, et des aménagements ont été réalisés en ce sens. « La piscine de Riom a fait d'énormes progrès, même si quelques petits ajustements

sont encore nécessaires », estime Alain Garcia, responsable de la section handisport au sein du club.

## Tous les handicaps

Quels sont les handicaps compatibles avec la plongée ? Tous, a priori, qu'il s'agisse de handicaps modérés, majeurs ou MPC (mental, psychique et cognitif). « Nous pouvons travailler sur les quatre composantes de la condition physique des handiplongeurs, continue Alain Garcia : le cardio ventilatoire, les aptitudes musculaires et la souplesse musculo-articulaire. »

Petite modération cependant : la pratique « handisub » reste soumise à validation par un médecin fédéral. « Avec les adaptations qui correspondent, chacun peut plonger dans les conditions qui lui conviennent », assure Fabien Pascual, encadrant handisport au sein du club et directeur de bassin.

Agé de 36 ans, Gabriel pratique cette activité depuis 2014. Et il ne s'en lasse pas. « Comme mon

bras gauche est paralysé, il y a beaucoup de sports que je ne peux pas faire. La plongée, c'est un sport doux. On se muscle sans trop d'efforts. C'est idéal. Il n'y a rien de mieux. » À force de pratique, il a pu passer son diplôme Pesh 20, qui lui donne le droit de plonger à vingt mètres de profondeur. Et il compte à ce jour plus d'une quarantaine de sorties en mer, avec le club.

## Pour les enfants à partir de 8 ans

Quelques mètres plus loin, c'est Brychan, un jeune autiste de 13 ans, qui s'initie aux techniques et au maniement des détendeurs, encadré par deux plongeurs. Il profite de leurs conseils pour découvrir ce sport qui est une porte d'accès à sa passion, la biologie marine. Au bord du bassin, Victoria, sa maman, ne perd pas une miette de ses efforts. Elle espère avoir, enfin, trouvé le sport qui convient à son fils. « On a fait presque tous les clubs. Pour un autiste comme lui, c'est difficile d'être

## DÉCOUVERTE

### Des baptêmes de plongée

Le Club arverne de plongée propose des baptêmes de plongée aux personnes handicapées pour leur faire découvrir cette activité. Petite contrainte : les personnes handicapées désireuses de tenter l'aventure doivent nécessairement présenter un certificat médical. Celui-ci peut être fait par un médecin généraliste, mais le club recommande aux candidats de privilégier un médecin fédéral. Si l'heureux baptisé souhaite continuer l'aventure de la plongée, il aura son certificat et ne devra donc pas passer une nouvelle visite médicale.

Il est nécessaire de contacter le club en amont en téléphonant au 06.88.58.66.25 (Fabien Pascual) ou par mail à l'adresse suivante : clubarvermedeplongee.riom@gmail.com

dans une équipe, par exemple. Il est altruiste, mais il ne comprend pas tout à fait les règles sociales. Ici, il aime tous les petits détails de l'eau, les choses techniques, explique la maman. Je pense que ça va lui donner un peu confiance en lui. »

Pour l'heure, le CAP compte huit encadrants « handisub » à Riom. Et les candidats pour acquérir cette qualification sont encore nombreux. Car le club compte bien gagner encore en activité, en accueillant de nouveaux plongeurs en situation de handicap. La section est ouverte aux enfants à partir de 8 ans. « On va continuer à former nos plongeurs pour ouvrir le panel à tous les handicaps », insiste Alain Garcia.

À l'heure actuelle, dans le département, seuls le Club arverne de plongée et le club de plongée de Chamalières (ACDC) ont des sections « handisub » actives. ■

**Pratique.** Retrouvez toutes les informations du Club arverne de plongée sur leur site internet [www.cap-arverne-plongee.com](http://www.cap-arverne-plongee.com)