



CPRA ACPL

REJOINDRE TOUS ET CHACUN

Modèles de Réussites

Alors qu'elle suivait des cours de gymnastique adaptée, cette participante adorait utiliser des trampolines. Après un cours, sa mère est venue faire savoir aux entraîneurs que c'était la première fois de sa vie qu'elle sautait des deux pieds en même temps.

Le Glenmore Adaptive Gymnastics Club crée un espace pour les personnes ayant des limitations

CATHERINE BUTT-VALLIÈRES SOURIT lorsqu'elle pense aux gymnastes qui ont participé au programme d'entraînement InGym du Glenmore Adaptive Gymnastics Club.

Ce programme permet à des jeunes et adultes ayant des limitations intellectuelles et physiques de s'initier à la gymnastique, ce qui a un impact durable sur eux, tant sur le plan mental que sur le plan physique.



GLENMORE ADAPTIVE GYMNASTICS CLUB,
ALBERTA

Canada

Ce projet est financé par
le gouvernement du Canada



Apprendre à entrer en contact avec les participants et trouver les meilleurs moyens de communiquer avec eux est essentiel au succès de notre programme de gymnastique adaptée. Nous nous efforçons de créer un espace sûr, inclusif, accommodant et amusant au sein de notre salle de sport pour chacun de nos participants.

« Ils deviennent forts, confiants et conscients de tout ce que leur corps peut accomplir dans un espace », explique Mme Butt-Vallières, responsable de l'équipe de gymnastique adaptée du club. « Nous constatons même des impacts positifs dans d'autres sphères de leur vie. Les parents et les soignants m'ont confié de belles histoires sur ce que ce programme signifie pour eux. »

Depuis janvier 2023, le club de gymnastique propose des cours pour les enfants et les adultes ayant des limitations, notamment les personnes vivant avec le syndrome de Down, des troubles du spectre autistique, de TDAH et des limitations physiques. Mme Butt-Vallières explique que le financement a permis de faire la promotion du programme, d'acheter du matériel adapté pour les participants et d'offrir des possibilités de formation aux entraîneurs.

Mme Butt-Vallières a pu mettre sur pied cet important programme pour les enfants et les adultes de la communauté de Glenmore grâce au financement du programme Rejoindre tous et chacun : une intervention sportive communautaire de l'Association canadienne des parcs et loisirs. Ce programme, financé par l'initiative Sport communautaire pour tous de Sport Canada, vise à éliminer les obstacles et à accroître le taux de participation au sport des groupes en quête d'équité à travers le Canada.

Selon elle, ce soutien a contribué à faire tomber les obstacles auxquels les personnes ayant des limitations sont confrontées lorsqu'elles veulent accéder à la gymnastique.

« La gymnastique est un sport qui n'a pas beaucoup évolué en ce sens qu'il met toujours l'accent sur les résultats. Par exemple, si une athlète se tient en équilibre sur les mains, elle doit exécuter le mouvement d'une manière précise. Si l'exécution n'est pas parfaite, elle sera pénalisée », explique Mme Butt-Vallières. « C'est un défi pour beaucoup de ces participants, car ils ne sont pas tous



Lorsque cette participante a commencé la gymnastique adaptée, elle avait peur d'essayer de nouvelles choses et ne voulait pas marcher le long de la poutre sans tenir la main de quelqu'un. Après quelques semaines dans le programme, la participante avait hâte de montrer qu'elle pouvait marcher toute seule !

les mêmes capacités. Ce programme reconnaît que des groupes différents ont des besoins différents.

Elle ajoute que le programme propose d'autres façons de faire de la gymnastique aux participants qui utilisent des appareils d'assistance, comme des orthèses de cheville et de pied.

« Nous avons trouvé des moyens de les faire participer, afin qu'ils se sentent fiers et acceptés », explique Mme Butt-Vallières. « Il s'agissait de créer de façon intentionnelle un espace pour eux et, au sein de cet espace, les soutenir avec ce que nous étions en mesure de leur offrir.

Le programme procure également des équipements adaptés, tels que des couvertures lestées et des casques à suppression de bruit, pour aider les participants à pratiquer la gymnastique dans un environnement confortable, sécuritaire et sain.

De plus, elle précise que les athlètes ont accès au gymnase en même temps que tous les autres membres du club, ce qui permet de faire connaître le programme aux autres athlètes et aux entraîneurs qui fréquentent le gymnase.

« C'est une excellente occasion de sensibiliser les gens à la différence et de leur montrer que certaines personnes ont des besoins différents auxquels il faut répondre », explique-t-elle.

Mme Butt-Vallières qualifie le programme de « projet coup de cœur » et affirme que le financement a permis d'en faire un programme populaire pour les enfants ayant des limitations.

« J'apprécie beaucoup la façon dont la communauté a accueilli ce programme », dit-elle, ajoutant que les parents viennent souvent la voir avec de nouvelles idées pour le programme. « Lorsque j'ai lancé ce programme, je voulais le construire avec la communauté, et pas seulement pour elle. Ce financement nous a permis de faire partie de la communauté, et cela représente beaucoup pour nous. 🍁