



# La Gazette

Trimestrielle n°67 - Automne 2024

## Edito

Toute la période olympique aura été une belle parenthèse dans notre été 2024. L'engagement de chacun, sportif, organisateur ou volontaire aura permis cette magnifique réussite.

Un grand **BRAVO** à tous.

Les Jeux Paralympiques ont marqué les esprits de différentes manières, par les performances réalisées, par l'enthousiasme qui accompagnait chaque compétition créant une folle ambiance, mais surtout en donnant une autre version du handicap, celle de la volonté, du dépassement de soi et en permettant à cette image de toucher énormément de gens.

Espérons que ce bel élan se poursuivra et que ce nouveau regard améliorera la vie de bon nombre de porteurs de handicap qu'il soit physique ou mental.

La Gazette a choisi de mettre en valeur nos héros et de vous raconter l'histoire des Jeux Paralympiques.

Nous espérons que cette rentrée 2024 aura été, pour chacune de nos familles, la plus sereine et inclusive possible.

En route pour former nos héros de demain...

*Brigitte POPELIN, membre du CA*

## Sommaire

- P2 - 3** **Quoi de neuf ?**
- P4 - 13** **Les Jeux Paralympiques 2024**
- P14 - 15** **Avancée médicale**
- P16** **Vos petites annonces**
- P17** **À table !**
- P18** **Joyeux anniversaires**



# Quoi de neuf ?

## CYCLO JPP

Malgré une météo maussade, vous avez été 747 inscrits à la 15ème édition de la cyclo JPP/ 9 DE ♥ le 7 juillet dernier. Une édition, cette année, très spéciale puisque Jean-Pierre a eu l'immense surprise de découvrir que Laura et Aurélie, ses deux filles participaient à la course.

Une ambiance de folie, une organisation au top, des bénévoles toujours aussi nombreux... À l'arrivée, un chèque de 44500€ !

Bref que ferions-nous sans vous ?

Mille mercis à tous et comme le dit Jean-Pierre: » **À l'année prochaine...!** »

<https://www.cyclo-jpp.com/15eme-edition-cyclo-jpp-neuf-de-coeur/>



## LES GENTLEMEN DU DÉMÉNAGEMENT



Dans le cadre de notre partenariat, nous venons de recevoir un nouveau don de 5000€ de la part des GENTLEMEN DU DÉMÉNAGEMENT.



Merci pour ce fidèle soutien.

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE

Cette année encore, notre assemblée générale se tiendra en visioconférence le samedi 12 octobre à partir de 10h00. Le lien de connexion vous sera envoyé en début de semaine prochaine.



**Alors soyez nombreux à vous connecter !**

# LES JEUX PARALYMPIQUES DE PARIS 2024



Alors que les Jeux Paralympiques de Paris 2024 ont été officiellement clôturés à l'occasion d'une magnifique et somptueuse cérémonie organisée au Stade de France, Andrew Parsons, le président du Comité International (IPC), dresse le bilan et partage ses meilleurs moments de la Paralympiade.

Il y a des moments qui resteront à jamais gravés dans la mémoire. Ce dimanche, alors que les Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024 prenaient fin, le match retour aura été une grande réussite. Les Jeux Paralympiques ont réuni bon nombre de personnes dans les sites de compétition, et ont pu témoigner des performances sportives majuscules réalisées par les athlètes. Andrew Parsons a livré ses premières impressions après ces 12 jours qui se sont déroulés comme dans un conte de fées.

*« Je pense que tout ce que nous avons prévu, prédit et même rêvé s'est produit durant les Jeux, commence-t-il. La cérémonie d'ouverture était fantastique. C'était génial de voir une cérémonie hors d'un stade. La ville de Paris et les Parisiens ont embrassé le Mouvement Paralympique. »*

Le président brésilien retient quelques autres temps forts de ces Jeux Paralympiques, cette fois-ci pendant les jours de compétition : « *Un de mes moments préférés, c'est la première médaille de l'équipe paralympique des réfugiés - quand Zakia Khudadadi a remporté le bronze en Para taekwondo* », se remémore-t-il.



(Photo de Steph Chambers/Getty Images)

Un bilan historique, si on y ajoute également le bronze de **Guillaume Junior Atangana** en Para athlétisme, constituant les deux premières médailles de l'histoire de l'équipe paralympique des réfugiés depuis sa création aux Jeux de Rio 2016.

Parmi tous les autres sports qu'Andrew Parsons a pu suivre, un d'entre eux a particulièrement retenu son attention. « *Un autre moment que j'ai aussi beaucoup aimé, c'est quand je regardais le Cécifoot au Stade Tour Eiffel. J'étais dans l'enceinte et je suivais du regard la ola silencieuse faire le tour du stade, parce que c'est du Cécifoot et que le public doit rester silencieux pendant que les athlètes jouent. Cela m'a montré à quel point les spectateurs français avaient compris ce pourquoi on était là. C'était leur engagement, leur implication dans le sport.* »

Il poursuit : « *À ce moment-là, les fans prenaient du plaisir, bien sûr, mais c'était quelque chose qui me disait clairement : Regarde, ils savent ce qu'ils font ici. Ils savent ce qu'ils regardent. Les fans français étaient en délire, notamment lors de la finale, où ils ont acclamé tous les athlètes. Ils ont compris ce qu'est le mouvement paralympique. Par-dessus tout, je pense qu'ils ont été fantastiques.* »

## ***TOUS Y ONT MIS DU COEUR À L'OUVRAGE***

Le président de l'IPC sait que la réussite de ces Jeux Paralympiques de Paris 2024 est due à beaucoup de facteurs. Entre performances sportives, ambiance dans les tribunes et le travail réalisé par les volontaires, Andrew Parsons a voulu adresser un mot pour chaque acteur majeur de l'événement.

*« Le sport était absolument fantastique. C'était à un niveau supérieur - il n'a jamais été aussi bon qu'aujourd'hui. Il y a eu des records du monde pendant que les tournois des sports d'équipe ont été magnifiques. Nous avons vu des résultats incroyables, de nouveaux athlètes et de nouveaux pays », explique-t-il, avant d'ajouter : « C'était fantastique de voir l'Île Maurice, la Moldavie et le Népal remporter leur toute première médaille. Nous avons travaillé avec ces pays. C'est formidable de voir que les athlètes suivent et que cela porte ses fruits. Cela montre la croissance du Mouvement paralympique, avec plus de pays que jamais et plus de pays qui remportent des médailles. Cela montre que le sport se développe dans différentes parties du monde. »*



(Photo de Steph Chambers/Getty Images)

*« Si les athlètes sont au cœur des Jeux, les volontaires en sont probablement les muscles, continue-t-il. Ce sont eux qui veillaient à ce que les choses se passent et à ce que les athlètes aient ce dont ils ont besoin. J'ai vu tant de beaux sourires et j'ai interagi avec tant de bénévoles venus de différentes parties du monde. J'ai été très touché de voir à quel point ils étaient fiers. Ils garderont cette expérience pour le reste de leur vie, cela ne fait aucun doute. »*



(Photo - France Paralympique)

Enfin, **Andrew Parsons** a tenu à saluer l'ambiance mise par les spectateurs : *« Le message que je leur adresse est un énorme 'merci beaucoup', car, après les athlètes, ils ont été les grandes stars des Jeux. Il ne fait aucun doute qu'ils ont créé une atmosphère incroyable. Ils encouragent les athlètes de toutes les nations, alors bien sûr, quand les athlètes français concouraient, nous pouvions comprendre. »*



(Photo A. Mounic/L'Équipe)

Globalement, tout le monde en ressort satisfait selon le président de l'IPC : *« Je pense que ces Jeux nous ont permis d'atteindre un tout autre niveau. Ce sont les Jeux les plus spectaculaires de tous les temps - rien que la qualité du sport et des sites, ainsi que l'enthousiasme et l'atmosphère qui régnaient dans le public étaient tout simplement insensés. Je pense que les athlètes étaient heureux, les comités nationaux paralympiques sont heureux, les fédérations internationales aussi. Je pense que ça a été un succès total. »*

*« Nous faisons avancer le Mouvement et nous nous assurons que les comités d'organisation en perçoivent le potentiel. Il ne s'agit pas seulement de placer la barre plus haut, mais aussi de permettre aux autres organisateurs, aux villes et aux nations hôtes de comprendre le potentiel de ce que nous avons vu ici. 2,5 millions de billets ont été vendus - ils n'ont pas été donnés. Le nombre de retransmissions n'a jamais été aussi élevé, ce qui démontre la valeur commerciale de l'événement. Disons que cela leur donne quelques défis, mais aussi beaucoup d'opportunités »,* explique-t-il après une cérémonie de clôture grandiose.

(Source Olympics -Loïc Padovani)

# QUELQUES MÉDAILLÉS PARALYMPIQUES PARIS 2024



Alexandre LÉAUTÉ, para cyclisme sur piste



Alexis HANQUIQUANT, para triathlon



Ugo DIDIER, para natation



Marie PATOUILLET, para cyclisme sur piste



Équipe de France, cécifoot





**Aurélie AUBERT**, boccia



**Nathalie BENOIT**, para aviron



**Gloria AGBLEMAGNON**, para athlétisme



**Djelika DIALLO**, para taekwondo



**Tanguy DE LA FOREST**, para tir sportif



**Charles NOAKES**, para badminton



## Le saviez-vous ?

Voici quelques informations sur les Jeux Paralympiques !

- ◆ Les Jeux Paralympiques ont fêté leurs 60 printemps l'année dernière. La première édition officielle s'est tenue en 1960, alors sous le nom de « 9es Jeux de Stoke Mandeville » du nom de l'hôpital du même nom.



- ◆ L'histoire paralympique a commencé en 1948 dans un hôpital militaire, au nord de Londres. Sir Ludwig Guttmann, neurologue, cherche un moyen d'accélérer le rétablissement de ses patients paraplégiques, tous vétérans de la 2<sup>de</sup> guerre mondiale. Il imagine des épreuves sportives au moment même où les Jeux Olympiques se déroulent à Londres.
- ◆ A l'origine, les Jeux Paralympiques étaient réservés uniquement aux athlètes en fauteuil mais la compétition s'ouvrira aux autres formes de handicap (amputation, handicap visuel) dans le programme officiel aux Jeux Paralympiques de 1976.



- ◆ Chaque sport paralympique a son propre système de classification. La classification dépend de l'impact de la déficience sur la performance sportive et permet le maintien de l'équité entre les athlètes.

- ◆ Le symbole des Jeux Paralympiques n'est pas les anneaux. Il est composé de trois vagues, appelées « Agitos », ce qui signifie « Je bouge » en latin.



- ◆ C'est l'occasion de découvrir des sports qui existent uniquement aux Jeux Paralympiques : le goalball et la boccia qui est un dérivé de la pétanque. Elle est pratiquée en fauteuil roulant, par des sportifs dont le handicap atteint sévèrement les fonctions motrices.



- ◆ La para natation est ouverte à tous les types de handicaps. Aucune prothèse n'est autorisée, les athlètes nagent tous sans aucun accessoire.



- ◆ Malheureusement, seules trois disciplines sont ouvertes aux athlètes ayant un handicap mental : le para athlétisme, la para natation et le para tennis de table. Souhaitons que les prochaines éditions leur soient plus ouvertes.



- ◆ L'équitation n'existe qu'en para dressage, il n'y a pas de saut d'obstacles.
- ◆ En volleyball assis, les joueurs laissent leur fauteuil au bord du terrain, et se déplacent sur les fesses, à la force de leurs bras.



- ◆ A sa naissance, le rugby fauteuil s'appelait « Murderball », en raison de la brutalité des chocs entre les fauteuils. C'est un sport mixte qui se joue avec un ballon rond.



- ◆ Le record du monde du marathon en fauteuil est de 1h17'47 (détenue par le Suisse Marcel Hug, catégorie T53-54).
- ◆ La pastille rouge sur le kimono des judokas signifie qu'ils sont classifiés B1, c'est-à-dire non-voyants.
- ◆ En para triathlon, les distances sont de 750m de natation en eau libre, 20km de cyclisme et 5km de course à pied.

- ◆ En para tir à l'arc, lorsque le handicap de l'athlète ne lui permet pas d'utiliser ses bras, il lui est possible de tirer avec ses pieds. Exemple avec l'Américain Matt Stutzman.



- ◆ Les fauteuils de course en para athlétisme peuvent rouler jusqu'à 36 km/h.



- ◆ L'escrime fauteuil se pratique dans un fauteuil roulant, rendu immobile dans un appareil de fixation spécifique. Les athlètes ne pouvant ni avancer ni reculer, ils sont très proches de leur adversaire, garantissant ainsi des matchs de haute intensité.



Source: <https://olympics.com/fr/paris-2024/information/jeux-paralympiques-50choses-a-savoir>



## TRISOMIE 21 : POUR LA PREMIÈRE FOIS, UNE ÉTUDE MONTRE QU'IL EST POSSIBLE D'AMÉLIORER LE DÉVELOPPEMENT NEUROCOGNITIF DE L'ENFANT

Le programme de recherche **Respire 21** est un succès qui ouvre des perspectives pour améliorer le développement neurocognitif et comportemental des jeunes enfants avec trisomie 21. En effet, les résultats de l'étude **Respire 21** conduite par l'Institut Jérôme Lejeune et l'Hôpital Necker-Enfants Malades depuis 2017, sont en faveur de l'hypothèse que le diagnostic très précoce du Syndrome d'Apnées Obstructives du Sommeil (SAOS) et, le cas échéant, son traitement, sont associés à un meilleur développement neurocognitif et comportemental de l'enfant à l'âge de 3 ans. Les résultats sont publiés dans le *Lancet Regional Health – Europe*, prestigieuse revue scientifique médicale britannique.

### Un bénéfice direct et indiscutable pour les enfants

Pour Clotilde Mircher, généticienne et chef de service de la consultation de l'Institut Jérôme Lejeune : « *Les résultats sont en faveur d'un réel bénéfice sur le développement neurocognitif des enfants, même s'il reste modéré sur les échelles qui mesurent le développement et l'adaptation : en effet, les enfants dépistés et, si besoin, traités ont un Quotient de Développement supérieur de 4 points par rapport aux enfants non dépistés, ayant un suivi habituel. Bien que cette différence soit statistiquement significative, la question de son impact clinique reste encore ouverte.* »

« *Ce sont des perspectives très encourageantes pour toutes les familles, car grâce à elles les enfants porteurs de trisomie 21 pourraient accéder à une meilleure qualité de vie !* » souligne Guillaume Duriez, directeur général de l'Institut Jérôme Lejeune.

Les résultats de cette étude montrent que le dépistage précoce (dès l'âge de 6 mois), systématique et régulier (tous les 6 mois) – pendant les trois premières années de vie, associé à un traitement optimal du SAOS, le plus souvent chirurgical, sont associés à un meilleur développement neurocognitif et comportemental par rapport à une population témoin non dépistée précocement.

## Des résultats concrets pour les enfants porteurs de trisomie 21

Les résultats confirment l'intuition et la conviction du Pr Fauroux que le retard cognitif des enfants avec déficience intellectuelle est accentué par un SAOS non détecté dans les toutes premières années de vie.

### Une prévalence du SAOS beaucoup plus élevée

L'étude Respire 21 apporte en premier lieu la confirmation de la prévalence du SAOS chez le nourrisson avec trisomie 21 : à l'âge de 6 mois, 97 % des enfants inclus dans l'étude ont un SAOS, et pour 54 %, celui-ci est d'intensité modérée ou sévère. Dépisté et, le cas échéant traité, sa sévérité diminue dès l'âge de 12 mois, améliorant significativement la qualité et l'architecture du sommeil.

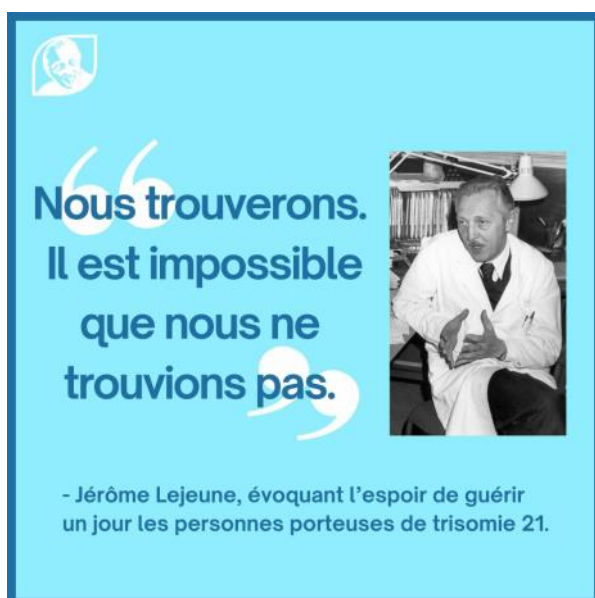
### Les bénéfices sur le développement neurocognitif

Du point de vue du développement neurocognitif, le Quotient de Développement Global<sup>1</sup> évalué à 36 mois après dépistage et, le cas échéant, traitement du SAOS, montre des résultats meilleurs de façon statistiquement significative. **Le QDG est globalement supérieur de 4 points** à celui des jeunes enfants porteurs de trisomie 21 âgés de 36 mois et sans dépistage précoce. Quand le QDG moyen d'un enfant ordinaire de 36 mois s'élève à 100, il est de 50,7 pour un enfant porteur de trisomie 21 sans dépistage précoce du SAOS, contre 55,4 pour un enfant dont le SAOS a été dépisté et, le cas échéant, traité. De même, les fonctions adaptatives, évaluées par l'échelle de Vineland<sup>2</sup>, sont statistiquement meilleures chez les enfants dépistés et traités précocement, avec un écart de 13 points entre les deux groupes étudiés.

**Bien que ces différences soient statistiquement significatives, la question de leur signification clinique reste encore ouverte. L'étude laisse néanmoins supposer un impact réel, du fait de la concordance des résultats observés et de leur corrélation.**

Les résultats sont donc en faveur d'un réel bénéfice sur le développement neurocognitif et socio-adaptatif du jeune enfant porteur de trisomie 21, même s'il reste modéré.../...

[https://www.institutlejeune.org/wp-content/uploads/2024/09/Dossier-de-presse\\_Respire21.pdf](https://www.institutlejeune.org/wp-content/uploads/2024/09/Dossier-de-presse_Respire21.pdf)





## Vos petites annonces...

### À VENDRE:

Joli tricycle ayant servi deux fois, les gardes boue ont encore les plastiques de protections.

Acheté auprès d'un fournisseur spécialisé au prix de 1766,07€ (Facture à l'appui)

Cédé à 480€ !

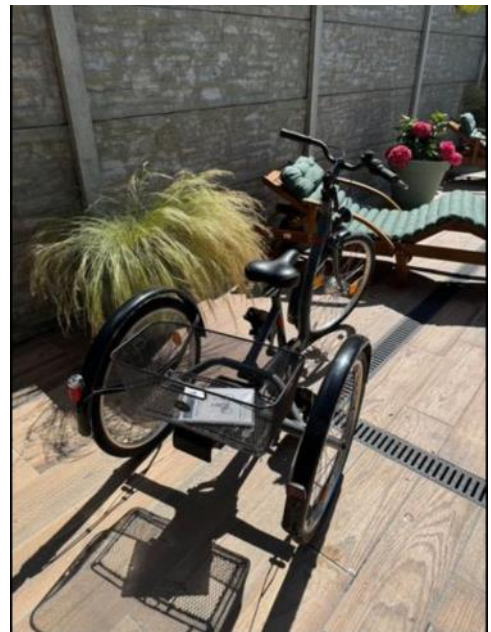
VHP, TRICYCLE A PROPULSION MANUELLE OU PODALE, > OU = 38 CM ET < 90 CM

MOMO TRICYCLE T4

- Cadre Aluminium
- Frein de parking séparé
- Ressort de direction pour stabiliser le tout-droit
- Frein tambour sur la roue avant
- Garde boue sur roues arrière et avant
- Panier inclus
- Couleur : Gris fer (RAL 7011)

ROUE LIBRE 3 VITESSES TIGE DE SELLE T3

**Contact:** Mme GATO au 06.60.94.63.86  
(Saint-Vincent-De-Tyrosse 40230)





À table!



## Spaghettí aux épinards, tomates et oeufs mollets

### Ingrédients pour 4 personnes :

400 g de spaghetti, 1 cuillère à soupe de gros sel, 4 gousses d'ail, 4 cuillères à soupe d'huile d'olive, 300 g d'épinards frais, 200 g de tomates cerises, 1 brin de thym, 4 œufs, 4 cuillères à soupe de Parmesan en lamelle, 1 cuillère à café de piment d'Espelette grosse pincée de sel.



### Préparation:

Lavez les tomates cerises. Versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive dans une poêle, ajoutez 2 gousses d'ail pelées et dégermées et les tomates puis laissez cuire une quinzaine de minutes en remuant régulièrement.

Lavez les feuilles d'épinards. Pelez 2 autres gousses d'ail et coupez-les en dés.

Dans une grande cocotte, versez 2 cuillères à soupe d'huile d'olive. Faites-les chauffer puis faites-y cuire à feu doux les gousses d'ail 5 minutes à feu doux, elles ne doivent pas colorer. Puis, ajoutez les épinards. Couvrez et faites cuire environ 5 à 7 minutes à feu vif le temps qu'ils tombent. Egouttez les épinards et réservez-les.

Portez à ébullition un grand volume d'eau dans lequel vous avez ajouté 1 cuillère à soupe de gros sel. Puis, faites cuire les pâtes le temps indiqué sur l'emballage (cuisson al dente).

Portez une casserole d'eau à ébullition. Quand l'eau bout, plongez-y les œufs et laissez-les cuire 6 minutes. Egouttez et écalez les œufs.

Egouttez les pâtes (gardez 2 cuillères à soupe d'eau de cuisson dans le plat des pâtes). Ajoutez les épinards, salez légèrement, mélangez puis ajoutez les œufs mollets coupés en dés. Saupoudrez de Parmesan et de piment d'Espelette.

Servez et régalez-vous !

## Joyeux Anniversaires...!

Bérénice (4 ans), Emíl (5 ans), Jean Bosco, Thibault (6 ans), Gabriel (7 ans), Annaé (8 ans), Emilie, Anís, Aymen (10 ans)

Anabelle, Enzo (11 ans), Garance, Marine, Adam, Samy Ayoub, Noé (12 ans), , Paola, Virgile, Pablo (13 ans), Nina, Kelyan, Raphaël, Kamíl (14 ans), Emma, Thomas V., Thomas G. (15 ans), Yann Dorian, Alexandre (16 ans), Flavian, Louis (18 ans), Clara, Cassandre (19 ans)

Cléa, Andria (20 ans), Louna, Jérémy, Jules (21 ans), Hugues (23 ans)



Figurent ici, seuls les moins de 26 ans, bon anniversaire aux autres !