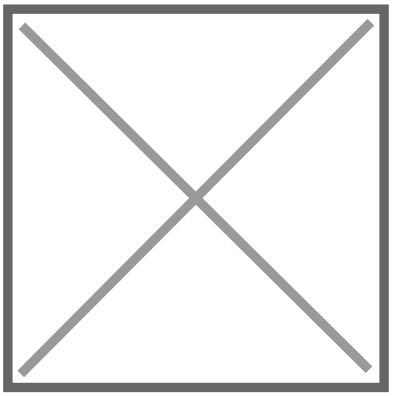

Le dÃ©passement de soi-mÃªme.

Description

Lâ??Ã©cho des Jeux Paralympiques est encore prÃ©sent dans tous les esprits. Il a incitÃ© les rÃ©sidents de la rÃ©sidence Trianon Ã parler de la place du handicap dans notre sociÃ©tÃ© et dâ??aborder la notion du dÃ©passement de soi-mÃªme au quotidien.

Revue de presse Ã la rÃ©sidence autonomie du Trianon Ã Rouen.

Ã?taient prÃ©sents : Brigitte, Christine, Daniel, Danielle, Jean, Marie-Claude, Moustafa, Odette, Odile, Patrick, Pierre, Thierry et Helena, animatrice.

Pierre : Les Jeux Olympiques et Paralympiques ont remportÃ© un grand succÃ¨s. La tÃ©lÃ©vision a largement diffusÃ© les images de ces deux Ã©vÃ¨nements. Les Jeux Paralympiques ont gÃ©nÃ©rÃ© une prise de conscience dans le pays, le regard que lâ??on porte sur le handicap va changer durablement.

Marie Claude : Je nâ??en suis pas certaine, je pense quâ??il faudra plusieurs olympiades pour faire bouger les mentalitÃ©s. Dans lâ??immÃ©diat, le soufflÃ© va retomber.
Cela ne mâ??empÃªche pas dâ??avoir Ã©normÃ©ment apprÃ©ciÃ© les compÃ©titions. Jâ??ai pu rÃ©aliser Ã quel point les corps sâ??adaptent aux circonstances. Ce nageur sans bras ni jambes semblait tellement Ã lâ??aise dans lâ??eau.
Le bonheur des athlÃ¨tes aussi faisait plaisir Ã voir ; ils avaient lâ??air aussi contents que les valides quand ils gagnaient une mÃ©daille.

Thierry : Les matchs de cÃ©cifoot mâ??ont beaucoup plu. Ces sportifs rÃ©alisent vraiment des prouesses.

Odette : Jâ??ai suivi beaucoup de retransmissions et jâ??ai Ã©tÃ© trÃ¨s sensible Ã tout le courage que lâ??on pouvait deviner Ã travers les performances rÃ©alisÃ©es.

Daniel : Faire preuve de volontÃ© et de continuitÃ© dans des conditions souvent difficiles, câ??est dur.

Odile : Câ??Ã©tait impressionnant **!**

Jean : A partir du moment oÃ¹ les gens vont au bout de leurs possibilitÃ©s, ils sont gagnants.

Daniele : Jâ??imagine les ressources morales dans lesquelles il faut puiser. Quand on est en chaise roulante et que lâ??on se dit que câ??est pour la vie, on ne voit pas toujours dâ??issue. Câ??est une situation que jâ??ai failli connaitre. Dans mon cas, je me suis retrouvÃ©e en fauteuil, aprÃ¨s 18 mois de coma. Je savais que pour retrouver lâ??usage de mes jambes il fallait que je fasse des efforts, sinon jâ??allais mâ??ankyloser avec le risque de ne plus jamais pouvoir marcher. Jâ??ai pu parler Ã un psychologue qui mâ??a beaucoup aidÃ©e Ã dÃ©passer mes apprÃ©hensions. Aujourdâ??hui, je marche avec un dÃ©ambulateur et jâ??en suis trÃ¨s heureuse.
Il est important de ne pas rester seul si lâ??on veut rÃ©ussir Ã dÃ©passer ses limites, dâ??autant plus que certains regards font mal. Quand je me dÃ©place avec mon dÃ©ambulateur, je sens bien le manque de solidaritÃ© de certaines personnes.

Odile : Mon fils est un peu dans la mÃªme situation, mais pour des raisons trÃ¨s diffÃ©rentes : il a fait deux AVC. Sâ??il ne marche pas suffisamment, il risque de finir dans un fauteuil. Son psychologue lâ??encourage Ã sâ??entretenir physiquement, mais mon fils est terrorisÃ© Ã lâ??idÃ©e de dÃ©cliner. Cette peur le paralyse, il marche de moins en moins, faute dâ??envie. Je nâ??ose pas lui en parler, mais je sais que cette situation lâ??inquiÃ¨te.
Quand il me dit quâ??il finira en fauteuil, jâ??essaye de la convaincre quâ??il devrait envisager les choses autrement. Jâ??espÃ¨re que la situation sâ??arrangera. Il faut dire aussi quâ??un de mes petits-fils vit trÃ¨s mal la situation de handicap de son pÃ¨re. Il est gÃªnÃ© de sortir avec lui, par exemple.

Viviane : Ce nâ??est pas la meilleure des rÃ©actions ! Ma fille aussi est handicapÃ©e Ã la suite dâ??un AVC, mais je nâ??ai pas honte de sortir avec elle, au contraire je suis contente quand nous allons au restaurant. Elle a deux enfants qui nâ??expriment pas de rÃ©ticence particuliÃ¨re. Sa fille habite loin, mais son fils vient la voir tous les 15 jours.

Marie Claude : Lâ??environnement est important, câ??est incontestable. Jâ??ai suivi une psychanalyse entre 23 et 27 ans, cela mâ??a permis de faire le mÃ©nage Ã lâ??intÃ©rieur de moi et mâ??a rendue plus optimiste.

Christine : Il y a des handicaps invisibles. Lorsque jâ??ai Ã©tÃ© internÃ©e dans un hÃ´pital psychiatrique, ma famille mâ??a rejetÃ©e, aussi bien du cÃ´tÃ© de mon pÃ¨re que de ma mÃ¨re. Jâ??avais 28 ans, on me dirigeait vers des psychiatres qui se contentaient de me donner des mÃ©dicaments. Finalement, jâ??aurai prÃ©fÃ©rÃ© quâ??on me propose de voir des psychologues.

Pierre : Il y a beaucoup de personnes qui arrivent Ã dÃ©passer leurs limites et qui ne comptent pas sur les autres pour vivre. Jâ??ai en mÃ©moire cet aveugle que je voulais aider Ã traverser la rue et qui a refusÃ© mon aide en mâ??expliquant quâ??il avait ses repÃ¨res et que mon intervention risquait de le perturber.
Jâ??ai aussi eu un collÃ¨gue syndicaliste qui Ã©tait Ã©galement aveugle. Un jour il est venu me voir pour me proposer de faire visiter notre usine aux membres dâ??un groupe dont il faisait partie. Comme lâ??usine Ã©tait trÃ¨s bruyante, nous avons organisÃ© cette visite un dimanche. Tout Ã©tait silencieux. Nos visiteurs Ã©taient incroyablement curieux, ils touchaient Ã tout avec une libertÃ© touchante.

Thierry : Jâ??ai un cousin aveugle qui est accordeur de piano, câ??est un peu un clichÃ© mais quâ??importe, quand il joue de lâ??orgue, câ??est superbe.

Daniel : Tous ces problÃ¨mes de volontÃ© nous concerne, nous aussi, qui avanÃ§ons en Ã¢ge et qui subissons davantage les effets des mÃ©dicaments quand nous sommes malades. Jâ??ai dÃ» suivre une chimio qui a abimÃ© mes nerfs et je dois me stimuler tous les jours pour faire un peu de marche sinon je finirai en fauteuil. Ce nâ??est pas facile de se motiver Ã mon Ã¢ge, mais je me force.

Daniele : Moi, pour me stimuler, je joue au scrabble avec Jean, Christine et Marie Claude. Ã?a mâ??aide, Ã§a maintient une dynamique.

Christine : Jâ??ai une mauvaise mÃ©moire, le scrabble Ã§a me stimule.

DaniÃ¨le : Je pense que les deux sont liÃ©s : le physique et le mental.

Odette : Lâ??entourage est important mais pour parler avec quelquâ??un, il faut faire confiance.

Thierry : Jâ??ai vu un psy une fois, jâ??ai eu envie de me jeter dans la Seine.

DaniÃ¨le : On ne fonctionne pas tous de la mÃªme maniÃ¨re, si je nâ??avais pas vu mon psychiatre, je ne serais pas lÃ aujourdâ??hui pour vous parler.

Categorie

1. hors les murs

date crÃ©Ã©e
27/09/2024