

# SOLIDARITÉS



Après un accident ou une maladie grave, être bien entouré permet de reprendre le dessus et de vivre...

## Comme les Autres

PAR OLIVIER VAN CAEMERBÈKE

LES MAINS D'AMANDINE Lombard se cramponnent à la planche de surf. À 28 ans, c'est la première fois de sa vie qu'elle pratique ce sport. Les vagues de Seignosse, dans les Landes, la ballottent en tous sens, mais malgré son appréhension, elle s'amuse de la puissance des rouleaux. Elle se tourne vers Hamid, Justine et Régis, les autres surfeurs d'un jour, comme elle, qui émergent de l'écume. « Il est temps de rentrer, non ? » lance-t-elle. Le sourire aux lèvres, chacun regagne la plage et son fauteuil roulant.

Tous quatre sont paraplégiques ou tétraplégiques. Cinq hommes et

femmes — valides mais tout aussi néophytes — les aident à rejoindre le sable et à retirer leur combinaison. Tous sont réunis là pour un séjour d'intenses activités sportives organisé par une association dont le nom seul est déjà une revendication : Comme les Autres.

On y propose un programme survitaminé — parachute, luge, parapente, ski nautique, quad, plongée — à des personnes handicapées à la suite d'un accident ou d'une maladie. Objectif : permettre aux participants récemment sortis d'un centre de rééducation de gagner en confiance, de se ré-



*Chez Comme les Autres, il n'existe ni « valides » ni « handicapés », mais des personnes actrices de leur vie. Ici, les participants d'un séjour sportif à Six-Fours-les-Plages (Var), en septembre 2017.*

appropriier leur corps ou encore de se réconcilier avec le regard des autres.

C'est en 2011 que Michaël Jérémiasz a fondé l'association. L'homme savait de quoi il parlait. Le 7 février 2000, en vacances à Avoriaz, une mauvaise chute à ski l'avait rendu paraplégique. Il avait 18 ans. « J'étais un privilégié, sourit-il aujourd'hui. J'étais déjà optimiste et, après mon accident, j'ai été très bien entouré par ma famille. Elle avait les moyens de m'assurer un logement et un véhicule adaptés, mais surtout elle était attentive à mes besoins. »

Étudiant en langues étrangères appliquées de la faculté de Créteil, en banlieue parisienne, Michaël était passionné de tennis. Tout en poursuivant ses études, il s'est mis au tennis fauteuil avec un résultat époustouflant. En octobre 2005, il devenait le numéro un mondial de la discipline. C'est aussi à cette époque qu'il a rencontré Carolyn Aldridge, alors kinésithérapeute de l'équipe britannique de tennis fauteuil, qui deviendra son épouse. En 2016, il défilait comme porte-drapeau de la délégation

PHOTO : © ASSOCIATION COMME LES AUTRES

## Comme les Autres

■ **QUAND?** Création en 2011, à Paris

■ **OBJECTIFS AFFICHÉS?** Organiser des séjours sportifs à sensations fortes pour personnes à mobilité réduite. Au fil des années, l'association s'est spécialisée dans l'accompagnement des personnes handicapées à la suite d'un accident de la vie dans leur parcours de reconstruction. Comme les Autres s'est également fixée pour but de contribuer au changement de regard et de relations entre le monde du handicap et celui des valides.

■ **SIGNE PARTICULIER**

Pendant les séjours sportifs (quad, plongée, parapente, luge...), il n'existe ni « valide » ni « handicapé » ni personne ne faisant que donner ou recevoir, mais un ensemble de personnes humaines actrices de leur vie. Les participants valides ont pour points communs l'envie de venir partager des aventures collectives. Ils pratiquent des sports qu'ils découvrent eux aussi. Gratuits et à usage unique, les séjours proposés sont ouverts à toute personne majeure, handicapée à la suite d'un accident de la vie ou valide.

**Source :** [www.commelesautres-asso.org](http://www.commelesautres-asso.org)

française aux Jeux paralympiques de Rio de Janeiro.

Collectionner les trophées ne suffisait pas à Michaël. L'idée d'aider d'autres handicapés lui trottait dans la tête. « L'accident de la vie nous

plonge dans un univers médicalisé et surprotégé, explique-t-il. Le risque de se laisser couler ou d'être écrasé par les regards apitoyés est grand. J'ai créé Comme les Autres avec ma femme et mon frère, Jonathan, pour lutter contre la fatalité et le défaitisme. »

**JUSQU'AU 24 JANVIER 2016,** Amandine Lombard avait une passion : la course à pied. Ce jour-là, elle est tombée d'un toit. Bilan : onzième vertèbre cassée, moelle épinière comprimée, lésion crânienne. Deux opérations en urgence lui sauveront la vie, mais pas les jambes.

C'est dans un centre de rééducation, à Lay-Saint-Christophe près de Nancy, qu'elle a découvert l'histoire de Michaël et de son association. Quelques mois plus tard, elle s'inscrivait au séjour de Comme les Autres. Un défi d'autant plus remarquable que les participants ignorent le programme des activités avant de s'engager.

Ce mardi matin, le programme proposé la terrifie. Sur le lac de la base de loisirs de Lakecity, à Mios, près de Bordeaux, elle doit s'asseoir sur une planche de téléski nautique. Ceux qui l'ont précédée sont tombés à l'eau après quelques mètres. Se retrouver seule au milieu du lac en attendant le bateau, très peu pour elle !

 Retrouvez les vidéos de nos personnalités solidaires sur [www.selectioncltc.com](http://www.selectioncltc.com) et sur [OneHeart.fr](http://OneHeart.fr), la plateforme web de la solidarité et de l'environnement.

« Tu peux le faire, ne baisse pas les bras », la rassure Géraldine, qui encadre le séjour. Amandine fond en larmes.

Après une heure d'hésitation, elle s'installe sur ce drôle de siège, saisit la poignée du téléski, tend les bras... Derrière elle, les cris d'encouragement retentissent. Elle part comme une flèche, glisse sur le lac, et finit par tomber. Un instant, elle panique, avant d'éclater de rire.

Faire des courses, voir ses amis ou se rendre au cinéma n'est jamais une sinécure pour Amandine. Au moindre déplacement, il lui faut démonter son fauteuil, le ranger dans la voiture, le remonter. « On est tenté de moins bouger, de réserver les sorties à l'indispensable, reconnaît-elle. Mais après avoir fait du surf, du ski nautique ou du quad, les petites difficultés du quotidien ne nous arrêtent plus ! »

Comme les Autres complète ces semaines d'activités sportives par un accompagnement personnalisé. « Le séjour, c'est le catalyseur sur lequel nos accompagnants sociaux salariés vont s'appuyer pour rendre le rebond réel et rapide », dit Maud Raynaud, directrice de l'association. Ensuite, on travaille sur l'accès aux droits, la mobilité, la réinsertion profession-

nelle, le logement, tout ce qui peut améliorer l'autonomie, pendant un an et demi en moyenne. »

À 21 ans, une hyper-fragilité osseuse contraint Marie Agostini à se déplacer en fauteuil. Depuis son séjour en Lozère avec l'association, en juillet 2017, elle est suivie par Colin,

assistant social de Comme les Autres, au rythme d'une rencontre par semaine. Il l'a aidée à reprendre ses cours de conduite en vue de décrocher son permis, à déposer sa demande de logement social, à mener des recherches professionnelles ainsi qu'à créer des liens avec d'autres membres de l'association... « Colin me rassure et me tire

vers le haut », se réjouit Marie.

Les effectifs de Comme les Autres ont triplé depuis 2016 et comptent aujourd'hui sept salariés au siège parisien, plus un salarié dans chacune de ses antennes de Bordeaux, Marseille et Lyon. Sur la même période, financé par le mécénat d'entreprises et des dons des particuliers, son budget est passé de 300 000 € en 2016 à 1 million en 2018.

Chaque séjour réunit autant de personnes handicapées que de valides. Ces derniers jouent certes le rôle d'aidants, mais ils sont aussi

★  
« Après avoir fait du surf, du ski nautique ou du quad, les difficultés du quotidien ne nous arrêtent plus. »

là pour découvrir des sports qu'ils ne maîtrisent souvent pas mieux que les personnes en fauteuil. D'ailleurs chez Comme les Autres le mot «bénévole», trop passionnel, est proscrit. «L'objectif est de briser les appréhensions, la pitié ou l'hyper-empathie que manifestent souvent les personnes non handicapées face à quelqu'un en fauteuil, revendique Maud Raynaud. Tous sont donc des participants avec leurs forces, leurs faiblesses, leurs peurs. Et tous ont à apprendre.»

Patrick Pujau, 39 ans, est salarié d'ONG Conseil, une société fondée par Jonathan Jérémiasz, et qui organise des collectes de fonds dans la rue pour les associations. Il était à Seignosse avec Amandine et, pour lui aussi, ce séjour était une première. «On m'avait souvent proposé de devenir aidant, mais je me trouvais toujours des excuses, reconnaît-il. Là, j'ai découvert que plonger ses doigts dans une vague est merveilleux, ce qu'en tant que valide on oublie souvent.» Ces cinq jours ont surtout modifié son regard sur le handicap. «L'une de mes tantes souffrait de troubles moteurs et cérébraux, dit-il. Nous abordions cette blessure familiale avec beaucoup de compassion, mais sans combattre, comme une triste fatalité. À Biarritz, j'ai vu des personnes sortant de centres de rééducation atteindre des sommets de volonté. Avant je plaignais celles et ceux qui souffraient d'un handicap, aujourd'hui je les admire.»

## Solidaires!

Ce mois-ci, *Sélection Reader's Digest*, la Banque Humanitaire et OneHeart.fr soutiennent l'association

Comme les Autres.

**Sélection**  
READER'S DIGEST



**BANQUE  
HUMANITAIRE**



**One Heart.fr**  
S'informez pour mieux agir

«VOUS VOUS METTEZ à l'arrière ?

— Non, je veux conduire moi aussi!»

Ce vendredi 19 janvier 2018, presque deux ans jour pour jour après son accident, Amandine se trouve à Rovaniemi, en Finlande. Désormais mariée, elle achève une semaine de vacances dans le village du «vrai père Noël» par une promenade en motoneige en pleine nature lapone.

Un voyage audacieux, mais que son expérience avec Comme les Autres l'a encouragée à entreprendre. Pas question pour elle d'être reléguée sur le siège arrière. «Lorsque j'étais en rééducation, j'ai rencontré des paraplégiques en fauteuil terriblement pessimistes, raconte la jeune femme avec émotion. Certains évoquaient même des pensées suicidaires. Je me demandais alors si j'étais naïve de croire que la vie pouvait encore être belle. Aujourd'hui, je ne doute plus, je le sais.»

• Comme les Autres — La Ruche  
24, rue de l'Est, 75020 PARIS  
[www.commelesautres-asso.org](http://www.commelesautres-asso.org)