

L'AVIRON ADAPTÉ

L'aviron adapté est la pratique de l'aviron pour les personnes atteintes d'un handicap psychique ou mental. Les techniques fondamentales de l'aviron adapté sont les mêmes que pour l'aviron traditionnel. Les pratiquants apprennent le même mouvement et éprouvent le même plaisir sur l'eau. Et si l'apprentissage peut durer plus longtemps, les réussites sont souvent plus rapides que prévues. Les éducateurs adaptent le contenu des séances en fonction du ou des handicaps des pratiquants et de leurs compétences.

L'aviron adapté s'adresse donc aux usagers des Instituts Médicaux Éducatifs (IME), des Services d'Éducation Spécialisée et de Soins à Domicile (SESSAD), des Instituts Thérapeutiques Éducatifs Pédagogiques (ITEP), des Établissements et Services d'Aide par le Travail (ESAT), ...

Les bénéfices pour les pratiquants. Le sport, et l'aviron en particulier, est une pratique reconnue pour l'amélioration de l'état de santé (au sens de l'OMS comme un état de bien-être physique, mental et social) de vos usagers. La pratique en club permet, en plus, d'offrir un lieu supplémentaire de socialisation et un support d'accompagnement éducatif original et innovant.

L'aviron est un sport qui peut bénéficier de nombreuses adaptations afin de répondre aux besoins spécifiques de chaque pratiquant. Ramer seul ou à plusieurs, s'entraîner en salle ou en extérieur, évoluer dans un bateau adapté ou dans un bateau de compétition, chacun pourra y trouver ce qui lui convient.

La pratique régulière de l'aviron favorise l'autonomie et la prise de responsabilités (envers son matériel), développe la confiance en soi et en l'autre, favorise l'épanouissement personnel par le passage de diplômes, développe le goût de l'effort. Reconnu pour ses vertus en tant que « sport complet », l'aviron est un outil de soin, support de la rééducation de nombreux troubles : troubles du schéma corporel et de l'image du corps, troubles de la coordination et de la dissociation, troubles de la régulation tonique, troubles des repères spatiaux et de la rythmicité, troubles attentionnels, ... *Fédération Française d'Aviron*