

Expériences vécues en escalade dans le service de rééducation et de réadaptation fonctionnelle de Concarneau

Modérateurs :
A. CARPENTIER
C. JULLIEN

L'activité «escalade», dans le département de médecine physique et de réadaptation fonctionnelle du centre de Cornouaille a débuté au printemps 2001. Dans le gymnase de Concarneau, un mur d'escalade a été construit. Ce mur est spécifique à la rééducation. En effet, son inclinaison est variable (système de vérin hydrauliques) et les prises peuvent être déplacées rapidement.

L'activité «escalade» s'adresse à différents publics présents au centre de rééducation :

En rééducation adulte :

Les personnes que nous avons fait grimper et qui grimpent sur ce mur ont des pathologies diverses : traumatisme de la main, épaules opérées, fractures des membres inférieurs, arthrolyses des membres supérieurs et des membres inférieurs, prothèses de genou, rachis opérés. Et actuellement, nous faisons grimper deux personnes amputés tibiales et appareillées.

Activité ludique, l'escalade se différencie des exercices souvent répétitifs, parfois pénibles et fastidieux de certaines autres techniques, offrant ainsi un complément de choix à la rééducation.

L'escalade contribue au développement physique et moteur (ainsi qu'à l'amélioration du schéma corporel avec un travail de reprogrammation du geste) et peut devenir ainsi un outil thérapeutique intéressant.

En rééducation infantile :

Actuellement, nous prenons en charge des enfants handicapés moteurs, psychomoteurs et des enfants avec des pieds bots varus équinés.

Nous les avons répartis en deux groupes : un groupe d'enfants âgé de 2 à 3 ans et un groupe d'enfants âgé de 3 à 6 ans. Les séances se répartissent à raison de une fois par semaine pour chaque groupe. Ce sont des petits groupes de 3 à 4 enfants au plus, suivant le handicap.

L'escalade, pour ces petits, a un intérêt rééducatif et socio sportif. En effet, il contribue à leur progression en favorisant : un travail de psychomotricité, une stimulation motrice, un assouplissement des membres supérieurs et

INTERVENANTS : **CRF CONCARNEAU** M. GOUIN, Kinésithérapeute - CAMPS Quimper
R. EVENAT, Infirmière
P. HEYLEN, Educatrice spécialisée

Expériences vécues en escalade dans le service de rééducation et de réadaptation fonctionnelle de Concarneau

inférieurs, mais aussi une meilleure assurance et maîtrise émotionnelle engageant l'enfant dans un processus de progrès au travers d'une activité rééducative attrayante.

En service d'alcoologie :

L'expérience a débuté deux ans avant l'ouverture du centre de rééducation et de réadaptation fonctionnelle dans la salle d'escalade municipale de Quimper. Elle se poursuit à raison d'une fois par semaine dans le service.

L'activité a toujours remporté un vif succès auprès des pratiquants. L'escalade, hormis le travail d'équilibre et du schéma corporel, permet aussi de retrouver une maîtrise de soi, une meilleure confiance en soi et en l'autre, d'objectiver la prise de risque (apprentissage des techniques de sécurité), enfin autant de qualités souvent perdues chez la personne alcoolique. Au terme de la cure, nous espérons qu'elle peut permettre leur intégration au sein d'une association sportive.

L'escalade est une activité globale, rééducative, ludique et sportive accessible à toute personne possédant une autonomie de déplacement type quadrupédique ou de déplacement verticalisé avec des aides techniques. Elle n'a pas de limite d'âge, et les contre-indications sont rares.

La notion de plaisir est très importante : grimper étant une envie, un besoin naturel chez l'homme, la satisfaction personnelle d'arriver en haut, de réussir. Plaisir d'autant plus grand, chez les enfants, de pouvoir s'élever au dessus des autres, eux qui souvent assis dans leur fauteuil roulant.

Dans le plaisir, il y a aussi la notion de partage : le soignant n'est plus tout à fait un soignant mais un grimpeur. Les rapports entre patients et les soignants sont ainsi complètement différents : ils ne sont régis que par les règles qu'imposent l'escalade.

Pour tous ces «grimpeurs», il est aussi valorisant de pratiquer un sport qui est de plus en plus médiatique et de pouvoir ainsi partager les sensations de tous y compris des champions.