

santé

# Les routards des bienfaits du sport

Ils n'hésitent pas à faire des centaines de kilomètres, chaque semaine, à leurs frais, pour rejoindre leur salle de sport adaptée à leur santé. Exemple chez Omega neurosport, à Niort.

Chaque vendredi, il décolle à 8 h de son exploitation agricole de 200 ha, en pleine Beauce céréalière, près de Chartres (Eure-et-Loir). En voiture, direction la gare de Rambouillet, à une demi-heure de route de chez lui. Puis, le train : Paris-Montparnasse et, enfin, Niort. Le voyage retour, le soir même, le fait arriver dans ses pénates à 21 h 15. Plus de 800 km, ainsi, chaque semaine, à ses frais. A 45 ans, Emmanuel Bourgeois compose comme il peut avec sa sclérose en plaques diagnostiquée voici treize ans.

« Ici, à Niort, j'ai enfin trouvé ce que j'ai recherché sur Paris avec plusieurs neurologues, sans aucune perspective... Le but était de remarquer, voire plus si affinité. Quand j'ai vu Antoine, sur la vidéo que ma compagne a découverte sur internet, j'ai vu la preuve vivante qu'il fallait que je m'accroche et que tout était possible », raconte le Beauceuron qui vient donc chaque semaine depuis janvier bénéficier des séances adaptées d'Omega neurosport.

Créée d'abord en 2016 sous le pavillon associatif de Passerelle santé sport, cette structure où ça fleure bon la leçon



Emmanuel Bourgeois est agriculteur dans la Beauce. Chaque vendredi, il prend le train de Rambouillet pour rejoindre Niort via Paris-Montparnasse. Un aller-retour dans la journée pour bénéficier de la structure et des séances adaptées d'Édouard Jean, ici à ses côtés.

de vie et l'humanité, est située à deux pas de la trémie, à Niort ; elle est devenue en novembre dernier une société (SAS), avec deux emplois à la clé.

Le fameux Antoine, que l'on

voit dans la vidéo, était arrivé en fauteuil roulant dans la salle de sport, voici trois ans. « Au bout de trois mois, on a commencé à enlever le fauteuil, j'ai vite senti une progression dans la marche et l'autonomie. Aujourd'hui mon employeur a adapté mon poste pour que je sois debout », sourit Antoine Morisset, 46 ans... 22 ans de sclérose en plaques derrière lui, autant d'années de travail chez IMA.

selon la loi, depuis 2017 le médecin généraliste peut prescrire du sport sur ordonnance. « 70 % du public, ici, est en affection longue durée (ALD), dont 40 % atteints de sclérose en plaques, ou d'autres maladies liées à la neurologie, comme parkinson. Ces exercices neuro-musculaires ont d'abord pour objectif de guider la plasticité, c'est-à-dire la création et la modification de neurones par la

stimulation des exercices adaptés », explique Édouard Jean, patron des lieux.

A 27 ans, celui qui a été le préparateur physique de l'équipe nationale coréenne de taekwondo, est revenu au pays, ici dans sa ville de Niort, pour mettre en pratique ses savoirs et diplômes, aux antipodes d'un credo qui voulait, voici quelques années encore, qu'une personne atteinte de la sclérose en plaques reste alitée. « C'est important aussi psychologiquement de partager son expérience avec des personnes qui vivent la même chose. Ici, c'est une formidable bouffée d'oxygène », estime Frédéric Dumerchat, enseignant retraité niortais de 65 ans, dont la sclérose a été diagnostiquée en 2012.

Cette salle est également fréquentée par des sportifs de haut niveau. Tout le monde peut travailler en même temps sur ses exercices individuels. « C'est important, pour moi, cette inclusion. Chacun a beaucoup à s'apporter en se donnant les meilleurs moyens d'atteindre son haut niveau personnel », résume Édouard Jean.

Trois structures de sport-santé se sont ainsi montées en 2018 à Niort, où c'était le grand désert avant. « Tout cela fait positivement travailler la tête et le corps et ça ne peut que faire du bien », conclut Frédéric Dumerchat.

Sébastien Acker

## repères

> **Omega neurosport.** Deux professionnels, dont le responsable des lieux, Édouard Jean, travaillent dans l'espace Newton, 290, avenue de Paris à Niort, pour des séances de sport individualisées et adaptées, avec une spécialité pour les exercices neuromusculaires, notamment pour 70 % du public en affection longue durée (ALD) dont 40 % atteints de sclérose en plaques. Mais pas seulement, avec 30 % de sportifs de haut niveau. Tél. 06.78.39.86.80. Internet : omeganeurosport.com

> **Apa d'Age.** En mai 2012, Périne Devinck ouvrait à Chef-Boutonne son centre Apa d'Age aux personnes de plus de 50 ans, vivant à domicile ou en établissements spécialisés ainsi qu'à toutes personnes en situation de handicap temporaire

ou permanent. Au début 2018, elle ouvrait un deuxième centre à Niort avec, toujours, la dimension prévention santé au cœur de la dynamique du centre ouvert à un plus large public, notamment lié aux maladies chroniques, avec deux emplois à la clé. Au 215, route d'Aiffres, à Niort. Tél. 06.79.43.62.15.

> **Adapt'Sport.** Ouvert en avril 2018 autour de Lucie Gagneur, ce centre, qui compte deux enseignantes en activités physiques adaptées, compose un programme sur mesure à chacun, quelle que soit la pathologie, ou sans problème particulier. On y vient entre autres pour des rhumatismes, diabète, paraplégie, sclérose, etc. 165, avenue de Nantes à Niort. Tél. 05.49.10.51.26. Internet : adaptsport.fr

## “ Une formidable bouffée d'oxygène ”

Ils sont ainsi dix-sept, atteints de la sclérose en plaques, à rejoindre cette structure, chaque semaine. Lors des stages, un inscrit est même venu d'Aix-en-Provence. Le tout à leurs frais, sans aucune prise en charge, à quelques rares exceptions près liées à leurs assurances. Comptez 120 € par mois en moyenne. Et pourtant,



Antoine a repris la marche grâce aux exercices adaptés.

**bleu marine design**  
PARIS

Fabricant de Prêt-à-Porter Féminin

# Grand Déstockage

Collection de Prêt à Porter Féminin  
Printemps - été Automne - Hiver

Tenues de ville, voyage, cérémonie, mariage

Pour vous Moderne, du 38 ou 52  
Manteaux, Trenches, Tailleurs, Robes, Vestes, Blazers, Jupes, Pantalons, Jeans, Chemisiers, Pulls, Tee Shirts, Accessoires, Etc.

Pour vous Moderne, pantalons de 40 ou 50, vestes de 48 ou 62  
Costumes, Vestes, Blazers, Blouses, Pantalons, Jeans, Chemises, Chemisettes, Pulls, Polos, Gilettes, Etc.

Du mardi 18 juin de 14h00 à 18h30 Du mercredi 19 au Samedi 22 juin, Lundi 24 juin de 10h à 18h30 sans interruption

Votre journal est certifié  
**IMPRIM'VERT**  
depuis mars 2003

IMPRIM'VERT  
Votre imprimeur agit pour l'environnement