



Association
Osons La Différence

2012

1^{er} Projet :
" On a tous le même soleil "



Ascension du Kilimandjaro avec des Personnes en Situation de Handicap



Association Loi - 1901, "Osons La Différence"

140, allée de La Forêt
06370 MOUANS-SARTOUX
France

Tél : 06 81 93 17 15
Courriel : asso@osonsladifference.org
Site internet : <http://www.osonsladifference.org>

*Marraine de l'association : **Noëlle Perna** (Mado la Niçoise)*

Osons La Différence

04/02/2012



Table des matières

1	L'association "Osons La Différence"	3
1.1	Objectifs de l'association	3
1.2	Principes de l'association	4
2	La joëlette : un peu d'histoire.....	4
2.1	L'origine de la joëlette	4
2.2	Description d'une joëlette.....	5
3	Le projet "On a tous le même soleil"	6
4	Actions solidaires	7
4.1	Cuiseurs écologiques	7
4.2	Actions autour du handicap	8
5	Les trois handicaps représentés actuellement dans l'association	9
5.1	L'histoire de Dominique Véran, présidente de l'association, en situation de handicap moteur	9
5.2	L'histoire de Romain Soler, malvoyant	11
5.3	L'histoire de Laurence Marandon-Aclocque, sourde et muette	12
6	Les autres projets de l'association.....	14
6.1.1	Randonnées en montagne.....	14
6.1.2	Marathon des Alpes Maritimes	15
6.1.3	Les 10 km de Cannes	16
6.1.4	Les Allumés de La Pleine Lune	16
7	Partenaires	17
8	Articles de presse	18



1 L'association "Osons La Différence"

1.1 Objectifs de l'association

"Osons La Différence" a pour but de favoriser la solidarité entre des personnes valides et des personnes en situation de handicap, pour la réalisation de projets communs et le partage d'expériences.

- Intégrer socialement les personnes en situation de handicap en réalisant des activités sportives et rééducatives à travers une pratique distrayante et dynamique. Les personnes en situation de handicap moteur sont véhiculées en joëlette pour palier leur manque de motricité. La joëlette est un fauteuil muni d'une roue unique située sous le fauteuil et de deux brancards, permettant ainsi de transporter la personne à mobilité réduite sur tous types de terrains (montagne, neige...) et même sur des sentiers très étroits.
- Voyager en réalisant des séjours et des échanges grâce aux rencontres avec différents handicaps.
- Redonner l'esprit de combativité, après une dure période de doutes et montrer que le handicap n'est pas un problème insurmontable pour continuer à réaliser des exploits physiques.
- Sortir de l'isolement les personnes en situation de handicap en leurs prouvant qu'une autre forme de vie peut se construire.
- Prouver que les rêves peuvent devenir réalité, grâce à la solidarité.



1.2 Principes de l'association

- L'association refuse que les personnes en situation de handicap soient réduites à leur handicap ou à leur maladie.
- Elle prône le principe que les personnes en situation de handicap sont des personnes citoyennes à part entière et exercent leurs responsabilités dans la société.
- Prouver que nous pouvons aller au bout de nos rêves, grâce à la solidarité entre les personnes en situation de handicap et les personnes valides.

2 La joëlette : un peu d'histoire

2.1 L'origine de la joëlette

C'est en Afrique, chez les Pères blancs, que l'on utilisait jadis des chaises à porteurs munies d'une roue.



En 1995, c'est en France que Joël Claudel, dont le neveu Stéphane est atteint de myopathie, reprend l'idée de ce moyen de locomotion et procède à la première fabrication.



2.2 Description d'une joëlette

La joëlette est un fauteuil muni d'une roue unique, située sous le fauteuil, et de deux brancards, permettant ainsi de véhiculer la personne à mobilité réduite sur tous types de terrains. L'essieu est relié au fauteuil par une suspension afin d'assurer à la personne assise un plus grand confort.

Le pilote avant peut passer autour de ses épaules et de son cou une courroie pour mieux répartir l'effort de portage et de soutien.

Deux personnes peuvent s'installer aux brancards, une devant et une derrière, sur un terrain facile et plat. Leur effort essentiel consiste à faire avancer la joëlette, puisque le poids de la personne handicapée est supporté par la roue. Ils doivent aussi éviter un basculement à droite ou à gauche car il n'y a qu'une seule roue.

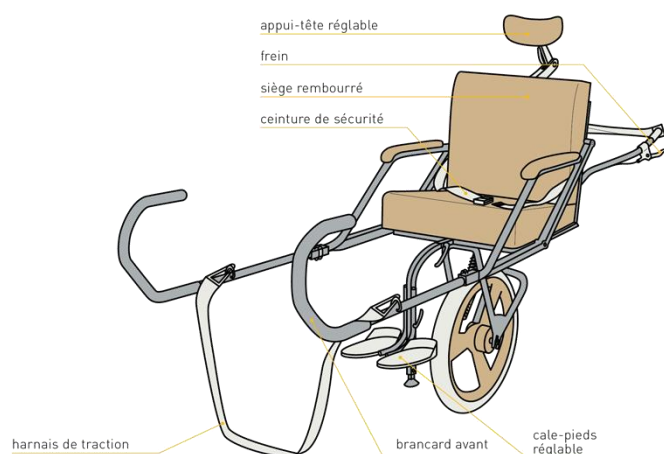


Schéma d'une joëlette.

Si le terrain est scabreux ou en pente, deux personnes ne suffisent plus et il faut alors être quatre ou cinq : une personne à l'arrière, une voire deux personnes à l'avant et une personne de chaque côté.



Ombre d'une joëlette dans le Sahara.



3 Le projet “On a tous le même soleil”

2012 sera une année riche en exploits sportifs, en particulier aux Jeux Olympiques de Londres où les sportifs vont devoir se dépasser pour atteindre leur but suprême. Aussi bien les athlètes valides que les athlètes handicapés aux Jeux Paralympiques, donneront le meilleur d’eux-mêmes. Nous avons choisi la même année, 2012, pour réaliser l’**ascension du Kilimandjaro**. Notre médaille d’or et récompense ultime sera l’arrivée au sommet du Kilimandjaro !



Dominique sur la joëlette

Le groupe est constitué d’environ 12 personnes, dont une personne en situation de handicap moteur, une personne avec un handicap visuel, ainsi qu’une personne avec un handicap auditif. Une joëlette sera utilisée pour pallier le manque de motricité.

Nous envisageons également d’effectuer des actions solidaires au cours de ce voyage qui sera d’une durée de deux semaines.



4 Actions solidaires

Après l'expédition au Kilimandjaro pour réaliser son ascension, dans un élan de solidarité, nous souhaitons poursuivre le séjour en Tanzanie en réalisant des actions solidaires dans le domaine du développement durable et du handicap, dans un souci constant d'avoir des échanges authentiques avec la population tanzanienne.

4.1 Cuiseurs écologiques

Le projet de développement durable que nous souhaitons mener concerne la **sensibilisation de la population tanzanienne à la cuisson écologique, notamment les cuiseurs à bois économe. L'objectif est de montrer aux Tanzaniens les avantages apportés par ce mode de cuisson par rapport au système "3 pierres" et de leur apprendre à fabriquer des cuiseurs écologiques avec des matériaux qu'ils ont à disposition.** Grâce à son système de combustion totale du bois un cuiseur à bois économe peut atteindre un très haut rendement. Puissant et très économe en bois, il **consomme 5 à 8 fois moins de bois que la cuisson traditionnelle.** Dans ce cadre, nous avons établi un partenariat avec l'association **Bolivia Inti - Sud Soleil** (<http://www.boliviainti-sudsoleil.org>) pour pouvoir réaliser cette action solidaire.



Depuis plus de 10 ans, Bolivia Inti - Sud Soleil diffuse des cuiseurs solaires et écologiques auprès des populations les plus pauvres dans les pays du sud. Bien souvent, ces familles n'ont que le bois pour cuire leurs aliments, dans des régions de plus en plus sensibles au problème de la désertification. Bolivia Inti - Sud Soleil s'engage sur le terrain à diffuser des cuiseurs écologiques dans les Andes, accompagner des porteurs de projets en Afrique, et sensibiliser à la cuisson écologique en France.

3 milliards d'individus dans le monde n'ont que le bois pour cuire leurs aliments.

2 millions de personnes meurent chaque année d'infections générées par l'inhalation des fumées de cuisson.

20 heures sont consacrées chaque semaine par les femmes et les enfants à la collecte du bois de cuisson.

5 tonnes de CO₂ sont émises par famille chaque année par l'utilisation du bois pour cuire les aliments.

Les cuiseurs à bois économe consomment moins de bois que les cuiseurs traditionnels. Ils permettent ainsi de ralentir la déforestation, qui est un problème majeur en Afrique, et aux femmes et enfants de consacrer moins de temps à la collecte du bois.

Cette action solidaire sera réalisée en partenariat avec l'association "Education Pour Le Kilimandjaro" (<http://education.kilimanjaro.over-blog.com/>) dont le but est d'initier, de développer et d'accompagner des actions en faveur de l'amélioration des conditions d'apprentissage des élèves de la région du Kilimandjaro. "Osons La Différence" espère pouvoir contribuer au développement social de la région et interagir fortement avec le village où œuvre notamment "Education Pour Le Kilimandjaro".





4.2 Actions autour du handicap

En parallèle du projet de développement durable, nous souhaitons mener des actions d'échange sur le thème du handicap. Le groupe qui réalisera l'ascension du Kilimandjaro sera composé notamment d'une personne en situation de handicap moteur, d'une personne malvoyante, ainsi que d'une personne sourde et muette. Cette dernière peut communiquer grâce à la langue des signes. Une personne valide du groupe connaissant la langue des signes sera l'interprète entre la personne sourde et muette et le reste du groupe.



Dominique Vêran, présidente de l'association "Osons La Différence".

Des actions autour du handicap seront également menées en collaboration avec l'association internationale **"Young Women Christian Association" (YWCA)** de Moshi. YWCA est un mouvement de femmes œuvrant pour des changements sociaux et économiques dans le monde.



World YWCA



5 Les trois handicaps représentés actuellement dans l'association

5.1 L'histoire de Dominique Véran, présidente de l'association, en situation de handicap moteur

Infirmière de métier, Dominique s'est de tout temps occupée de personnes handicapées dans son activité professionnelle. Elle a toujours été attirée par les activités sportives assez extrêmes. En effet, elle a déjà fait de l'escalade, de la spéléologie, de l'alpinisme et des randonnées en montagne. En 1986, elle a réalisé l'ascension du Jbel Toubkal dans le Haut Atlas au Maroc qui culmine à 4 167 mètres. En rentrant en France, elle s'est promis de faire avant ses 40 ans l'ascension du plus haut sommet africain, le Kilimandjaro, afin de voir ses neiges !

Le temps a passé, et les projets aussi... À l'âge de 35 ans à la suite d'erreurs médicales et de trois mois de coma : tétraplégie, dialyses, transplantation rénale en 2003... Puis le handicap... Il a fallu qu'elle ré-apprivoise ce corps abîmé et qu'elle lutte pour récupérer un peu de mobilité... Beaucoup de rééducation dans des centres de rééducation fonctionnelle (R. Point Carré de Garches, Kerppape à Ploemeur, Centre Hélios Marin de Vallauris) et de nombreux efforts pour tenter de récupérer un maximum d'autonomie. Finies les randonnées, mais surtout pas certaines activités ! Avec un optimisme sans faille, un moral à toute épreuve et une envie de croquer la vie à pleines dents, elle a réussi à surpasser son handicap. La reprise des activités sportives, entre autres de l'handiplongée, du fauteuil tout terrain, du parapente.

Afin de retrouver l'envie de toujours faire comme avant, elle est devenue membre de l'Association des Paralysés de France (APF) de la délégation des Alpes Maritimes. Elle est à l'initiative du Festival du Court-Métrage, "Entr'2 Marches", qui se déroule à Cannes pendant le Festival du Film. Le voyage en Tanzanie sera notamment l'occasion de tourner un court-métrage.

Les années ont passé et la joëlette a remplacé ses jambes pour continuer des randonnées solidaires en France (Parc du Mercantour, Auvergne, Cévennes, Pyrénées...) mais aussi à l'étranger (Sahara au Maroc, île de la Palma aux Canaries...). En octobre 2010, au cours d'une randonnée en Pays Cathare avec l'association UMEN avec qui elle part souvent en séjour, elle rencontre Pascal et Cécilia et ils décident de créer une association afin de poursuivre l'aventure en joëlette ensemble et de permettre à d'autres personnes en situation de handicap de participer à des randonnées et à d'autres activités sportives, quelque soit leur handicap. Le Kilimandjaro la fait toujours rêver, cette idée ne l'a jamais vraiment quittée... Pourquoi ne pas tenter l'ascension en joëlette ?



Avec l'association UMEN en Pays Cathare :
Dominique (présidente) sur la joëlette avec Pascal (vice-président) et Cécilia (secrétaire) comme pilotes



Dominique sur la joëlette et sur la neige...

Dominique a envie de partager l'aventure avec d'autres personnes porteuses d'un ou de plusieurs handicaps, afin d'échanger sur les sensations éprouvées lors des activités sportives proposées par l'association. Sa devise : "Je n'avance pas vite, mais je ne recule jamais" laisse présager bien des aventures futures extraordinaires !



5.2 L'histoire de Romain Soler, malvoyant

Malvoyant de naissance, Romain aujourd'hui âgé de 28 ans a grandi dans un village de l'arrière-pays niçois. Il s'est toujours senti isolé par le handicap et le surpoids. Atteint d'une aniridie congénitale de l'iris il est fortement sujet à l'éblouissement et son glaucome le contraint à suivre un traitement à vie. Mais malgré tout, ce jeune homme féru de nouvelles technologies, de sport et de musique a su faire en sorte que ce soit le handicap qui s'adapte à sa vie, et non l'inverse.

Scolarisé au collège spécialisé dans le handicap visuel "Port Lympia" il a été initié à l'écriture en braille, ainsi qu'aux sports adaptés à la cécité tels que le torball et le goalball. Un psychomotricien lui a également appris à se déplacer et à se repérer en ville sans utiliser de canne blanche, ni de chien guide.



Depuis son arrivée au Cannet en 2011, combatif et ambitieux, Romain a perdu 40 kg en 7 mois et s'est engagé dans le milieu associatif où il s'épanouit pleinement. Les ateliers dans les écoles primaires organisés par l'association Valentin Haüy lui permettent d'expliquer la vie quotidienne d'un malvoyant à de jeunes élèves et c'est pour lui un vrai bonheur.

L'ascension du Kilimandjaro accompagné de deux autres personnes handicapées représente le plus grand défi de cette nouvelle vie. Le comité des Alpes-Maritimes Ouest et le siège de l'association Valentin Haüy de Paris (www.avh.asso.fr) s'impliquent entièrement dans cette aventure.



5.3 L'histoire de Laurence Marandon-Aclocque, sourde et muette

La surdité de Laurence a été découverte à sa naissance. Jusqu'à l'âge de 9 ans, elle a vécu au milieu des entendants. Sa scolarité a rapidement été un échec. On l'a orientée vers un centre spécialisé dans la rééducation de la parole à côté de Lyon. L'objectif principal était de travailler la voix et la lecture labiale pour accéder à la maîtrise de la langue orale.

Ensuite on l'a envoyée en pensionnat à l'institut national des jeunes sourds de Cognin   côté de Chambéry (INSJ) où elle a eu un choc : l'orientation éducative et pédagogique de l'institut était complètement différente de l'enseignement exclusivement oraliste du centre où elle avait étudié jusqu'alors. L , petit à petit elle a découvert la Langue des Signes Française (LSF), et elle est entrée dans un autre mode de communication, riche et facile.



Elle a fait fonction d'éducatrice et avec le diplôme d'enseignante experte en langue des signes qu'elle a obtenu en 2003, elle a enseigné la LSF pendant plusieurs années à des enfants sourds de 0 à 12 ans et à leur famille au sein du Centre de Surdité "Les Chanterelles" (Fondation Lenval)   Nice.

Aujourd'hui Laurence travaille à l'IES (Institut d'Education Sensorielle) Clément Ader   Nice qui accueille notamment des adolescents sourds de 12 à 20 ans, pour la plupart en grande difficulté de langage et d'apprentissage.

Si elle a décidé de parler de la LSF c'est d'une part parce qu'elle est sourde profonde de naissance et qu'elle utilise ce mode de communication dans sa vie quotidienne et d'autre part parce qu'au cours de son enfance elle a vécu des expériences



douloureuses, qu'il lui semble important de partager avec les familles, les personnes sourdes et les professionnels de la surdité.

Dans le projet d'ascension du Kilimandjaro avec des personnes ayant un handicap autre que celui de la surdité et d'autres sans handicap, un double intérêt la porte : connaître et partager le quotidien de personnes qui ont un problème de vue, de jambes, de mobilité, ou encore d'autres difficultés, donc mieux connaître leur situation et partager leurs expériences de vécu de handicaps si variés, mais aussi aller tous ensemble vers le même but qui est le dépassement de soi dans une activité physique et humaine. Comment chacun avec son handicap et avec le soutien des autres va-t-il se trouver sur un plan d'égalité pour aller au bout de lui-même ? Comment chacun selon son handicap va-t-il être capable de ressentir les mêmes émotions que les autres ? Quels moyens de compensation vont-ils mettre au service de chacun pour que le groupe soit dans la communication et le partage réel d'un exploit commun ? Beaucoup de questions qui trouveront réponse sur les sommets du Kilimandjaro.?



Depuis que je suis enfant, ma grande curiosité face à la vie, c'est de découvrir, partager et échanger. Or, comme je suis sourde profonde et dans un mode de communication particulier, ma motivation première pour participer aux activités avec "Osons la Différence" est de rencontrer encore d'autres formes d'échanges avec des personnes qui ont un handicap elles aussi, mais différent du mien. Le plus important : donner à tous les moyens de communiquer, y compris au-delà des mots



6 Les autres projets de l'association

Outre le voyage en Tanzanie prévu en septembre 2012, l'objectif de l'association "Osons La Différence" est d'organiser des séjours sportifs pour des personnes en situation de handicap et de leur permettre de participer à des événements sportifs. Il est important de montrer que le handicap n'est pas un problème insurmontable pour continuer à réaliser des exploits sportifs.

Les personnes en situation de handicap peuvent participer aux activités proposées par l'association, quelque soit leur handicap, grâce à la solidarité de nos bénévoles valides. Nous comptons parmi nos adhérents des personnes en situation de handicap moteur, visuel et auditif.

Notre but est de favoriser l'accès à des activités sportives pour des personnes en situation de handicap, leur permettre de créer des liens sociaux et également de mieux communiquer, en particulier pour les personnes qui sont ou se sentent exclues à cause de leur handicap, qu'il soit moteur ou qu'il s'agisse de cécité ou de surdité.

6.1.1 Randonnées en montagne

Nous avons récemment organisé un week-end de randonnée dans le Parc du Mercantour pour une personne en situation de handicap moteur qui était véhiculée en joëlette pour palier son manque de motricité.

Nous sommes partis de Vignols où nous avons rejoint le refuge de Longon situé dans le parc du Mercantour. Nous avons passé la nuit au refuge avant de reprendre la joëlette pour nous diriger vers le mont Gravière et enfin retourner à Vignols.



Randonnée dans le Parc du Mercantour en juin 2011



Au vu du succès de cette action, nous souhaitons **renouveler l'expérience en 2012** en organisant **plusieurs week-ends de randonnée dans le Parc du Mercantour**. Les retours d'expérience de la personne en situation de handicap moteur, véhiculée en joëlette, étaient très positifs et nous souhaitons permettre à deux personnes en situation de handicap moteur, mais également à des personnes en situation de handicap visuel et auditif, ainsi qu'à des personnes déficientes mentales, de participer aux prochains week-ends de randonnée.

6.1.2 Marathon des Alpes Maritimes

"Osons La Différence" a participé au marathon-relais des Alpes Maritimes entre Nice et Cannes le 20 novembre dernier avec une personne en situation de handicap moteur, en joëlette.

La solidarité entre les personnes valides et les personnes en situation de handicap a permis à tous de franchir la ligne d'arrivée sur un même pied d'égalité.



Arrivée de la joëlette à Cannes lors du marathon.

Grâce à l'aide de nombreux bénévoles coureurs, nous avons réussi à parcourir les 42,195 km en 4h40 ! (temps officiel 4h19, mais nous étions partis avec un peu d'avance). Le public et les coureurs nous ont encouragés et applaudis tout au long du parcours.



6.1.3 Les 10 km de Cannes

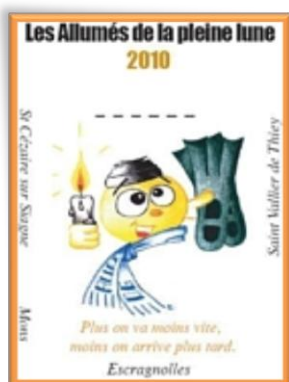
Le 26 février 2012, l'association a pour projet de participer aux 10 km de Cannes lors du semi-marathon de Cannes.

Nous souhaitons renouveler l'expérience vécue au marathon des Alpes Maritimes. La personne en situation de handicap qui a fait tout le marathon en joëlette en garde un souvenir inoubliable.

6.1.4 Les Allumés de La Pleine Lune

Pour 2012, "Osons La Différence" a également pour projet de participer à la marche des "Allumés de la Pleine Lune" début juin. C'est une marche de 50 km sous la lune sur une boucle Saint-Cézaire - Saint-Vallier - Escagnolles - Mons - Saint-Cézaire.

La présidente de l'association, Dominique Véran, a participé à l'édition 2010 des "Allumés de la Pleine Lune" en joëlette et elle en garde un souvenir très fort dû à la très bonne ambiance qui y règne grâce aux bénévoles et aux coureurs.





Participation à la marche "Les Allumés de la Pleine Lune" en 2010
avec Dominique Vérant sur la joëtte déguisée en reine !

7 Partenaires

Nous remercions chaleureusement le Conseil Général des Alpes Maritimes, la Caisse d'Epargne, l'APF, ainsi que l'association Valentin Haüy pour leur soutien financier et leur confiance.





8 Articles de presse

- Nice Matin le 21 janvier 2012

L'ascension du Kilimandjaro en bonne voie

Une centaine de spectateurs sont venus assister au spectacle de la compagnie du Cèdre bleu (voir ci-dessous) avant-hier soir à la salle Léo Lagrange, pour soutenir le magnifique projet de l'association « Osons la différence ». L'association, qui a pour but de favoriser les échanges entre personnes valides et personnes en situation de handicap, s'est lancée un défi à la hauteur de son dynamisme : l'ascension du Kilimandjaro, le plus haut sommet d'Afrique, par des handicapés.

« C'est un pari complètement fou, s'exclame Dominique Veran, initiatrice du projet et présidente de l'association. J'avais mis de côté ce projet à cause de mon handicap moteur. Lors d'un week-end d'entraînement avec la joëlette dans le parc du Mercantour, je me suis dit à nouveau pourquoi pas ? »

A ses côtés, Romain Soler mal voyant de naissance, Laurence Acloque, sourde de naissance et neuf personnes valides se soutiendront mutuellement pendant les huit jours d'ascen-



L'équipe composée de personnes valides et en situation de handicap escaladera bientôt les hauts sommets du Kilimandjaro.

(Photos D.G.)

sion. Déjà, l'équipe s'entraîne régulièrement grâce aux nombreuses activités mises en place par l'association.

Après le marathon Nice-Cannes, les adhérents participeront en février aux 10 kilomètres de Cannes.

Pour sa part, Dominique, qui fera l'ascension assise dans une joëlette, suit un entraînement psychologique pour apprendre à gérer le froid et le souffle.

Lors de leur voyage, les grimpeurs réaliseront aussi une action de solidarité. Ils apprendront à la population locale de Tanzanie à réaliser des cuiseurs écologiques solaires avec des objets de récupération. Enfin, l'équipe prendra le temps de faire deux jours de safari photo dans cette « montagne de la splendeur ».

D.G.

Une compagnie contre l'intolérance



La compagnie du Cèdre bleu a présenté pour l'association « Osons la différence » deux pièces à l'humour cinglant qui avaient pour cible l'intolérance et l'indifférence : « Sketches en kit » de Frédéric Sabrou et « L'enfant mort sur le trottoir », de Guy Foissy.

Les deux pièces mêlées dans un même spectacle dénonçaient avec beaucoup de sarcasme, l'imbécillité faite d'intolérance, d'exclusion et de cruauté humaine.

« Un humour à prendre au quatrième degré », soulignait la présidente de la compagnie Brigitte Mse-

latti, de peur d'effrayer le public.

En première partie, Sophie Tordjman, chanteuse non voyante, a entonné, de sa voix de cristal, des chants ensoleillés de Cuba, réservant pour le final, la chanson culte de l'association : « Nous avons tous le même soleil ».

Savoir plus

Osons la différence, 140 allée de la forêt, Mouans-Sartoux, renseignements au www.osonsladifference.org

Nice-Matin 21-01-2012



- Etape 06 Handicap N°6 Automne 2011

É V È N E M E N T

De Nice au Kilimandjaro en joëlette



À l'occasion du marathon des Alpes-Maritimes, le 20 novembre, l'association « Osons la différence », dont la marraine est Noëlle Perna, plus connue sous le nom de Mado la Niçoise, va faire participer sa présidente Dominique Vêran, une personne en situation de handicap, au marathon-relais par équipe. Elle va concourir en joëlette, fauteuil muni d'une roue unique et de deux brancards, qui sera portée par des relayeurs volontaires, agents du Conseil général et les bénévoles du monde associatif. Le Département va également ouvrir à l'association son stand sur le village

Running expo du Marathon, afin de l'aider à la promotion de son projet : l'ascension du Kilimandjaro par des personnes en situation de handicap, dont sa présidente, une nouvelle fois en joëlette, en septembre 2012. ■

www.osonsladifference.org

courriel :

asso@osonsladifference.org

Téléphone : 06.81.93.17.15

Adresse : 140, Allée de la Forêt

06370 Mouans-Sartoux

Etape 06 Handicap N°6 Automne 2011



- HANDIRECT novembre 2011

L'ascension du Kilimandjaro

La toute jeune association « Osons la différence » lance son premier grand projet : l'ascension du Kilimandjaro en septembre 2012 avec trois personnes en situation de handicap.

« **L**e handicap n'est pas un problème insurmontable pour continuer à réaliser des exploits sportifs ».

Dominique Veran, handicapée moteur, est présidente de l'association « Osons la différence » créée en mars 2011, et initiatrice du projet.

Infirmière de métier, elle s'est toujours occupée de personnes handicapées dans son activité professionnelle. Attirée par les activités sportives assez extrêmes, elle était férue d'escalade, de spéléologie, d'alpinisme et de randonnées en montagne. En 1986, elle a réalisé l'ascension du Jbel Toubkal dans le Haut Atlas au Maroc qui culmine à 4167 mètres.

« À l'âge de 25 ans, n'étant pas encore handicapée, j'avais déjà ce rêve de réaliser l'ascension du toit de l'Afrique avant mes 40 ans. Les années ont passé ainsi que les projets. »

À 35 ans, à la suite d'erreurs médicales et de trois mois de coma, Dominique se retrouve en situation de handicap. Tétraplégie, dialyses, transplantation rénale en 2003... Il a fallu qu'elle ré-apprivoise son corps abîmé et qu'elle lutte pour récupérer un peu de mobilité. Finies les randonnées. Mais elle ne tire pas pour autant un trait sur toutes ses activités ! Avec un optimisme sans faille, un moral à toute épreuve et une envie de croquer la vie à

pleines dents, elle réussit à surpasser son handicap. Elle reprend des activités sportives comme l'handi plongée, le fauteuil tout terrain et le parapente. Lors d'une promenade sur la neige en joëlette en novembre 2010, son rêve

d'ascension du Kilimandjaro lui revient en mémoire. Après quelques recherches, elle réalise qu'une telle expérience est possible, d'autant plus qu'elle a déjà été réalisé par un père de famille et son fils atteint d'une infirmité motrice cérébrale.

« Je ne voulais pas partir seule alors j'ai imaginé d'y associer plusieurs participants en situation de handicap : une personne sourde et une personne non-voyante », explique-t-elle. Neuf valides seront aussi présents pour les accompagner et une joëlette sera utilisée pour pallier le manque de motricité de Dominique.

5 892 mètres d'altitude

Le sommet de ce volcan éteint, situé en Tanzanie, dans le massif du grand rif, culmine à 5 892 mètres d'altitude. « L'ascension du Kilimandjaro se fera par la voie Marangu, qui est plus progressive et qui va nous faire découvrir les différents stades de la végétation. Nous passe-

Handisport



L'équipe lors d'un entraînement à la marche d'endurance avec une joëlette.

rons des plantations de cafés aux forêts denses peuplées d'animaux tels que les antilopes, les singes, les oiseaux ». L'ascension devrait durer dix jours avec un temps de marche de 7 à 10 heures pour le trek et de 12 à 16 heures environ pour le jour de l'ascension du sommet. Un guide de haute montagne expert du Kilimandjaro et deux assistants guides accompagneront le groupe. Par ailleurs, au cours de ce voyage, le groupe effectuera une action humanitaire et solidaire avec la population Tanzanienne en les initiant à la cuisson écologique par l'intermédiaire de l'association Bolivia Inti Sud Soleil.

De ce projet est ainsi née l'association « Osons la différence ». Son objectif ? Favoriser la solidarité entre personnes valides et personnes en situation de handicap pour la réalisation de projets communs et le partage d'expériences.

Pratique

www.osonsladifference.org



- Nice Matin le 24 septembre 2011

Nice - Matin 24/09/11

Dominique Véran : « Je me suis toujours relevée »

Elle fait l'actualité Paraplégique à la suite d'une grossesse qui a mal tourné, la Cannoise a perdu son procès mais prépare l'ascension du Kilimanjaro en joëlette

A lors que s'ouvre de main le Semaine du handicap, avec un programme riche (voir par ailleurs), rencontre avec une femme étonnante, représentante de l'APF.

« C'est une fête tous les jours, la vie. Être handicapée m'a donné une force supplémentaire. Je suis heureuse d'être encore là. » Son sourire confiant et son appétit de vivre forcent le respect. Dominique Véran, 50 ans, revient de loin. Son histoire éprouvante est une leçon pour ceux que le destin frappe. Le sien a basculé il y a quinze ans. En 1996, à 35 ans. La fleur de l'âge. Installée à Paris, avec son mari et leur fille de 10 ans, cette infirmière libérale tombe enceinte malgré son stérilet. Un enfant surprise. Un bonheur imprévu. Mais au 5^e mois de grossesse, une forte fièvre et des saignements la poussent à consulter sa gynécologue. Celle-ci n'écouterait pas le cœur du bébé... Le lendemain matin, aux urgences de l'hôpital de Notre-Dame-de-Bon-Secours, « la meilleure maternité de Paris », le terrible verdict tombe : son fœtus est mort. Pilule abortive. Hypotension. Ce n'est qu'après l'amniocentèse pratiquée le soir qu'une septicémie est diagnostiquée. Malgré un transfert d'urgence en pleine nuit à l'hôpital Saint-Joseph, Do-



Dominique Véran a enchaîné les épreuves douloureuses sans perdre son goût de vivre et l'envie de réaliser ses rêves malgré son handicap. (Photo Serge Haouzi)

minique Véran ne se réveillera pas de l'anesthésie générale. Elle tombe dans le coma. Y restera trois mois. Mais son cerveau a manqué d'oxygène et les séquelles sont gravissimes.

Double deuil

« Quand je me suis réveillée le 9 janvier, je ne pouvais bouger ni bras ni jambes ni parler. J'étais tétraplégique. J'ai dû faire le double deuil, de mon bébé et de ma val-

dité... » C'est la plongée au cœur du « locked in syndrome ». « Je sentais le parfum des infirmières. On me mettait toujours le même disque de relaxation. Seul mon mari me comprenait. »

Quatre difficiles années de rééducation à Garches lui permettent de recouvrer certaines fonctions. Le langage d'abord. En 2003, de retour à Cannes, à peine un mois après une greffe du rein, elle affronte un autre drame : la

séparation d'avec son mari, « car je n'étais plus la même. » Mais cette combattante ne baisse pas la garde. « Malgré le regard des autres sur le fauteuil, les amis qui fuient, la difficile réappropriation de [son] corps. »

Sur une joëlette !

Dans un coin de sa tête, cette ex-alpiniste spéléologue a conservé le rêve de ses vingt ans : l'ascension du Kilimanjaro. Mais comment se libé-

rer du joug de son lourd fauteuil roulant ? La solution : la joëlette. Une drôle de chaise à porteur à roue apte à la propulser à 6000 mètres d'altitude grâce à des âmes solidaires ! Pour avoir des subventions, son association « Osons la différence » est créée en mars dernier à Mouans-Sartoux. Réunissant valides et handicapés, le défi humain au budget de 54000 € se concrétise. Le départ est prévu pour septembre 2012 ! Reste à glaner 40% de la somme et à s'entraîner. « Le 20 novembre, je participe au marathon Nice-Cannes en joëlette. On cherche encore des relayeurs », glisse celle qui vient d'affronter une épreuve de plus : le procès perdu contre l'hôpital Notre-Dame de Bon-Secours et sa gynécologue.

« Selon moi il y a eu négligence. Le jugement mentionne les aléas thérapeutiques. Le stérilet serait à l'origine de l'infection. Personne n'est donc responsable... Non seulement je n'ai aucun dommage et intérêt mais je dois déboursier 6000 € pour les frais. Quinze ans de bataille pour être reconnue victime... pour rien. » Un temps « écaillée, scandalisée », Dominique Véran a repris le dessus. « Je me suis toujours relevée. » On la croit sur parole.

GAËLLE ARAMA
garama@nicematin.fr

Nice Matin 24/09/2011