



Soins naturels fait maison
www.lesdeliresdudragon.ch

Journal de Vallorbe

ET FEUILLE D'AVIS DE VALLORBE ET ENVIRONS



Organe indépendant | N° 22 - 121^e année | Paraît chaque vendredi

GYMNASTIQUE Un groupe inclusif a vu le jour au sein de la FSG Vallorbe. Destiné avant tout aux jeunes avec un handicap, il leur permet de venir s'amuser et apprendre les bases dans la bonne humeur, et se veut ouvert à tous.

TEXTE : MURIEL AMBÜHL
PHOTOS : MICHEL DUPERREX

Un mélange de musique et de rires résonne dans la salle du collège de Vallorbe, en cette fin de mercredi après-midi. Les jeunes du groupe inclusif, qui a été mis sur pied en février dernier, font de la balançoire, chacun leur tour, les jambes passées dans les anneaux. Entre deux exercices, les gymnastes vont s'asseoir sur un banc, et la monitrice Géraldine Tardy leur montre un panneau avec des pictogrammes qui symbolisent ce qu'ils vont faire.

«Les enfants qui sont ici ont chacun une particularité, et cette méthode est utilisée avec eux à l'école», explique celle dont l'une des filles, Lizéa, est scolarisée dans une institution spécialisée, et pour laquelle elle a eu envie de créer un groupe de gym adapté. «L'idée est de pouvoir partager un moment et d'avoir du plaisir, que chacun puisse réaliser des choses à son niveau.»

Pour préparer les leçons, Géraldine Tardy s'inspire de ce qu'effectue Lizéa en cours de sport à la Fondation de Verdeil. «J'essaie de faire en sorte qu'il y ait une progression de fois en fois, par exemple avec le travail de la roulade avant, pour que les enfants puissent réaliser leurs progrès. Et Enola, l'une de mes filles, qui m'aide, a toujours beaucoup d'idées.»

«L'idée est de pouvoir partager un moment et d'avoir du plaisir, que chacun puisse réaliser des choses à son niveau.»

La leçon avance et, après quelques passages sur le toboggan constitué d'un banc accroché à un caisson, que les plus téméraires descendent à plat ventre, vient le moment d'allier travail cognitif et physique. Assis en rond, les participants se font rouler une balle en énonçant leur couleur préférée, puis le légume qu'ils aiment le moins.

Géraldine Tardy leur propose ensuite de tirer des cartes sur lesquelles est représenté un singe dont ils doivent imiter la position, avant de leur faire réaliser des formes dans l'air avec des rubans. «On souhaite travailler les bases, par exemple en répétant ce qu'est un rond», souligne la monitrice, dont le groupe compte une petite dizaine d'enfants, âgés de 5 à 15 ans.

Parmi eux, Samuel, qui se déplace généra-



Lizéa, sur le tapis, prend de la vitesse grâce à la complicité de Léa.

lement en fauteuil roulant et communique avec une tablette. «Les autres enfants aiment bien s'asseoir sur son fauteuil pour faire un tour de salle», glisse Géraldine Tardy.

Celle-ci espère voir le groupe s'agrandir peu à peu. «Je voulais déjà voir comment cela se passait au début, mais j'espère qu'il y aura une nouvelle vague d'arrivées après les vacances d'été. Je dirais que le groupe est ouvert aux enfants dès 5 ans, par contre il n'y a pas de limite d'âge vers le haut. Tout le monde est bienvenu, avec ou sans handicap, de Vallorbe ou de plus loin. Les parents ont parfois de la peine à lâcher prise, mais ils peuvent venir assister à un cours. Et s'il y a des volontaires pour venir me donner un coup de main, c'est avec plaisir!»



Samuel apprend à faire une roulade avant à l'aide d'un gros ballon, entouré d'Elise et de Stéphanie.



Nils a transformé les anneaux en balançoire, poussé par Enola.