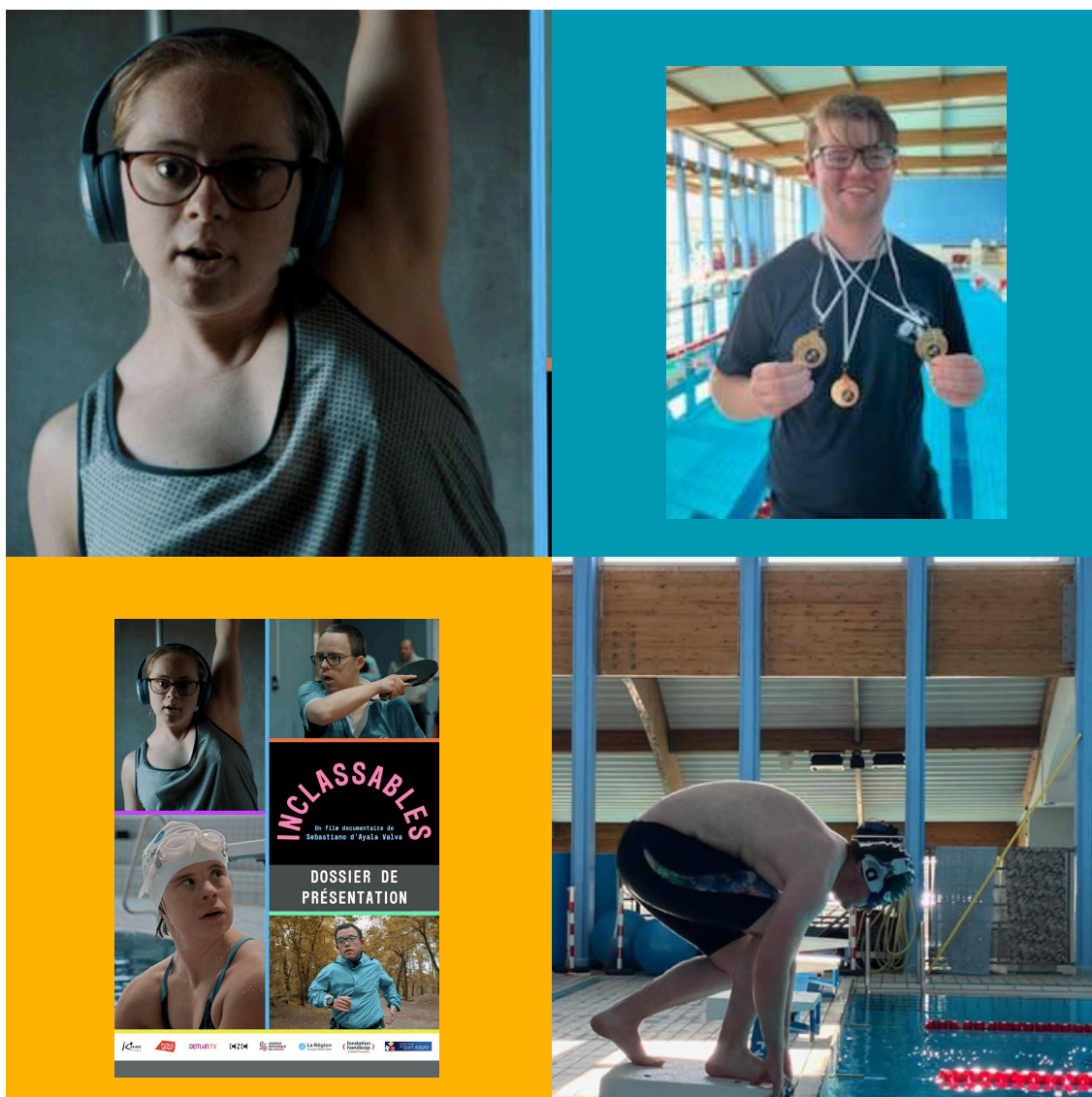


LA BREIZH GAZETTE

LE JOURNAL QUI DONNE ENVIE DE FAIRE DU **SPORT ADAPTÉ**

A LA UNE : LA PARA NATATION ADAPTÉE



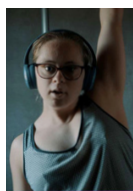
**Un journal bienveillant,
respectueux,
tolérant,
à l'écoute de tous les sportifs,
par des sportifs, et pour tous les sportifs !!!**





DE QUOI ON PARLE DANS CE JOURNAL ?

Académie
SPORT ADAPTÉ



CLÉO RENOU : CHAMPIONNE DE NATATION

PAGE 03



INCLASSABLES LE FILM

PAGE 05



KEVIN LEJONCOURT : CHAMPION DE NATATION

PAGE 07



INTERVIEW DE NICOLAS BRUNET, PRESIDENT DE
LA LIGUE

PAGE 09



MIGUEL GARDIN DE BUT

PAGE 12



IMAGINONS

PAGE 13



LECTURES VIOLENCES CONJUGALES

PAGE 15



L'ASAB : UN CLUB DES COTES D'ARMOR

PAGE 18



SORTIE VOILE

PAGE 22



L'ACADÉMIE EN BRETAGNE

PAGE 24



JEUX

PAGE 25



VOS JOURNALISTES S'INTERVIEWENT

PAGE 29

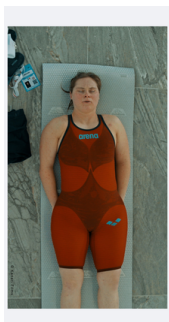


RUBRIQUE NATATION



CLÉO RENOU, CHAMPIONNE DE NATATION

Cléo Renou a commencé la natation à l'âge de 9 ans au cercle des nageurs du pays de Redon. Elle voulait faire comme sa grande sœur.



Son entraîneuse, Laurine, s'occupe d'elle en para natation adaptée et lui apprend à gérer ses émotions. Il fallait lui répéter plusieurs fois les règles pour qu'elle comprenne les consignes.



Très vite, quelqu'un la repère (Mathieu), son nouvel entraîneur. Elle passe alors des tests d'efforts et des tests psychotechniques afin d'intégrer la fédération nationale de natation et la fédération nationale de Sport Adapté.



Elle commence la compétition à l'âge de 12 ans et commence à gagner des championnats départementaux, régionaux et nationaux !

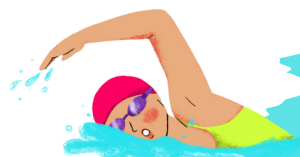


Elle travaille en milieu protégé à l'heure actuelle et elle arrive à gérer les entraînements à haut niveau. Elle trouve ainsi un équilibre pour se perfectionner. Elle aimerait travailler, à l'avenir dans le milieu ordinaire. Elle est très autonome et réussie à se sentir bien (moral et bien être) et elle se sent acceptée du regard des autres.



INTERVIEW ET RÉDACTION : TRISTAN





RUBRIQUE NATATION

CLÉO RENOU, CHAMPIONNE DE NATATION (SUITE)



Le documentaire « Inclassables » réalisé par Sébastiano d'Ayala Valva nous montre comment évolue le sport pour les sportifs de haut niveau du Sport Adapté porteurs de trisomie 21.

Cléo était très émue et fière de se voir avec ses parents et ceux et celles qui l'entourent lors de son passage à la télé !



Elle espère que ce film fera avancer les choses aux niveau du comité olympique, pour pouvoir, et c'est son rêve, participer aux prochains Jeux Olympiques de 2028 aux États Unis d'Amérique !!



Pour l'instant, les sportifs porteurs d'une trisomie 21 ne peuvent pas participer aux jeux paralympiques !!!



Il faut que les choses changent pour les personnes comme Cléo, porteurs de trisomie 21 et elle espère vraiment que ce rêve se concrétisera.

Un grand merci à Cléo qui s'implique beaucoup dans ce qu'elle entreprend.



Le chemin est long mais il y a beaucoup à apprendre du handicap !

Tout est possible, n'est ce pas ?



Merci à elle !

INTERVIEW ET RÉDACTION : TRISTAN



RUBRIQUE NATATION

Académie
SPORT ADAPTÉ



Inclassables

Je vais vous présenter 4 sportifs atteints de trisomie 21 et qui nous transmettent une belle leçon de vie dans un film qui s'appelle "Inclassables".

Je commence par **Cléo** qui a été plusieurs fois championne du monde de natation.

- Le médecin de Cléo avait dit à ses parents qu'elle n'arriverait pas à marcher et qu'elle serait capable de rien dans la vie.
- Cléo dit qu'avec la natation c'est une belle revanche qu'elle a sur la vie !



La 2ème personne que je vous présente se prénomme **Jean** et est classé 2ème joueur mondial au tennis de table .

- Son père lui avait dit que lorsque lui et sa femme avaient fait le choix de l'adopter les médecins et les psychologues ne comprenaient pas. Un médecin leur a même dit qu'ils allaient s'embêter toute leur vie.
- Le père déclare à son fils que lorsqu'il voit le parcours qu'il a, l'homme qu'il est devenu, ses parents sont émerveillés et ajoutent qu'il fait tout leur bonheur !



RÉDACTION : GWENAËLLE



RUBRIQUE NATATION

Académie
SPORT ADAPTÉ



Inclassables

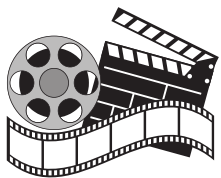
La 3ème personne que je vais vous présenter s'appelle **Jason**.

- Il est double champion du monde de cross.
- On le voit faire une course et il finit 4ème.
- Un journaliste souhaite savoir s'il est content de sa course même en ayant terminé dernier et si ça ne lui fait pas de peine. Jason répond que non et ajoute qu'il apprend.



Enfin nous allons terminer par **Marie** qui a été plusieurs fois championne du monde de natation comme Cléo.

- Marie est suivie par une psychologue . Elle parle de sa difficulté à être en rivalité avec Cléo qui est une amie.
- Marie ajoute que se battre contre une amie est quelque chose de difficile mais il faut se battre comme les autres.



Mon ressenti sur le film et ce qu'il m'a apporté



- Ce film sur la trisomie 21 m'a transmis de l'énergie lorsque je réalise que les sportifs se donnent à fond pour gagner.
- Je trouve aussi qu'il est porteur d'espoir car il nous fait réaliser que lorsqu'on croit en soi on peut être capable de faire de très belles choses et de dépasser ses limites.





RUBRIQUE NATATION

Académie
SPORT ADAPTÉ

KEVIN LEJONCOURT, CHAMPION DE NATATION



Kevin Lejoncourt a **23** ans.

Il a commencé la natation à l'âge de **6** ans à Guingamp suite à un test pour voir s'il aimait l'eau.

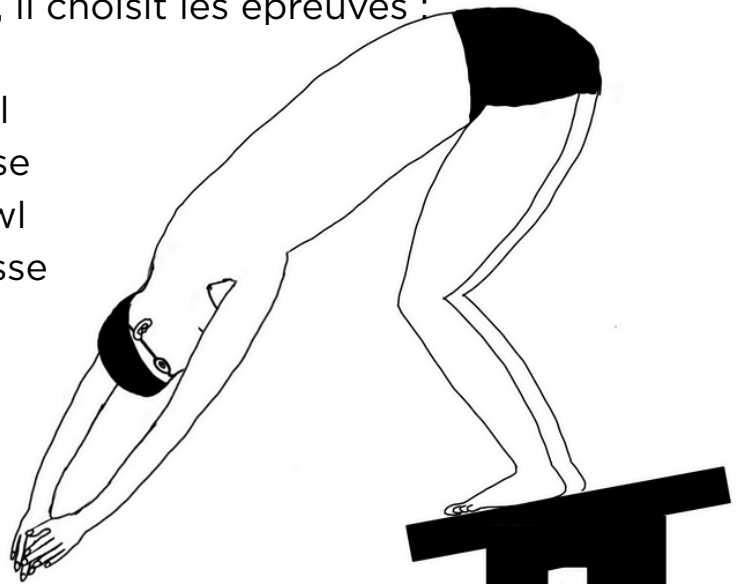


Ses nages préférées sont le crawl et la brasse.

La nage qu'il trouve la plus difficile est le papillon.

En compétition, il choisit les épreuves :

50 mètres crawl
50 mètres brasse
100 mètres crawl
100 mètres brasse



Il s'entraîne 1 heure par semaine.



Son club est l'ASAB.



Situé à Saint-Brieuc.



INTERVIEW, RÉDACTION ET DESSIN : CATH

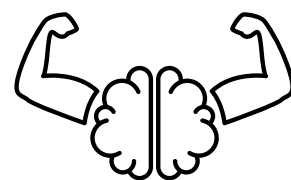
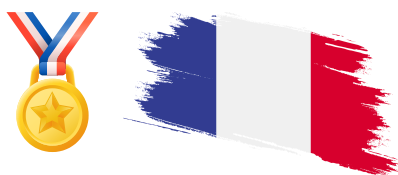
KEVIN LEJONCOURT, CHAMPION DE NATATION



Kevin a gagné 32 médailles aux championnats régionaux.



Il a gagné 1 médaille au Championnat de France.



La natation lui permet d'être discipliné
et de se muscler.

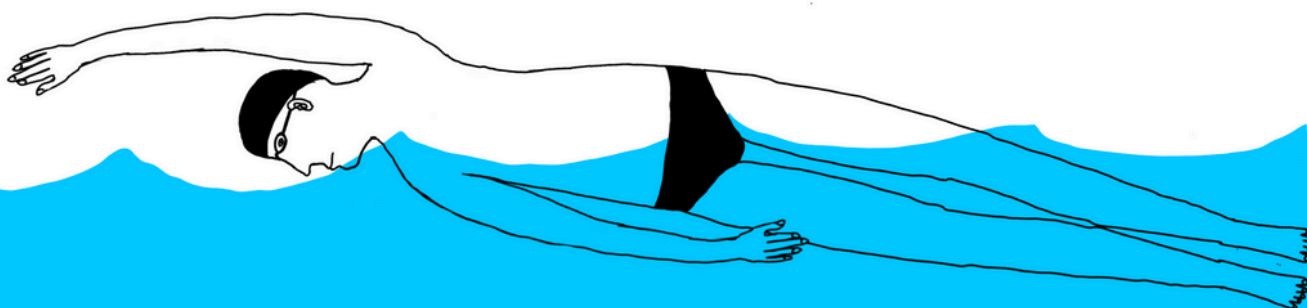
A la télévision, il suit les championnats d'Europe
et du monde de natation.



Son nageur préféré est Léon Marchand.



Bonne chance à Kevin pour la suite !



INTERVIEW, RÉDACTION ET DESSIN : CATH



INTERVIEW DE NICOLAS BRUNET, PRÉSIDENT DE LA LIGUE BRETAGNE



D'après toi, quel rôle joue le Sport Adapté pour une personne en situation de handicap ?

Pour toute personne, l'activité physique est une source de bien être. C'est pareil au Sport Adapté, mais il y a en plus un accompagnement bienveillant qui le rend unique.

- Le Sport Adapté ne se limite pas à la pratique sportive.
- Chacun peut y trouver sa place.
- Le Sport Adapté permet de gagner en confiance en soi.

Le Sport Adapté permet de s'épanouir selon ses capacités et ses envies.

Le Sport Adapté permet aussi l'inclusion sociale et citoyenne. Il encourage les sportifs à participer à la vie des clubs et de la Fédération.



Pratiques tu un sport ?

J'ai pratiqué le football pendant 15 ans.

Aujourd'hui je ne pratique plus de sport de manière régulière. Mais je continue à pratiquer quelque fois la course à pied, la musculation ou la natation. Cela me permet de garder un équilibre physique et mental.



Quel est ton sport préféré ?

Je n'ai pas de sport préféré.

Je suis attiré par les sports collectifs pour leurs valeurs :

l'entraide, la solidarité, la communication et le dépassement de soi, en groupe.



INTERVIEW : FLORENCE



INTERVIEW DE NICOLAS BRUNET, PRÉSIDENT DE LA LIGUE BRETAGNE

Académie
SPORT ADAPTÉ

As-tu vu le film *Inclassables* avec Cléo Renou ?

Oui, 2 fois : Une fois à la télévision sur Public sénat et une deuxième fois, à Saint Brieuc.



Je trouve que le film montre toutes les facettes de la vie sportive :

- la préparation physique,
- l'accompagnement médical,
- le suivi psychologique,
- la relation aux proches et aux familles.



On comprend mieux :

- la vie des sportifs de haut niveau, porteurs de trisomie 21.
- que malgré leur travail acharné, ces sportifs porteurs de trisomie 21 ne peuvent pas s'inscrire aux jeux paralympiques.

Cela pose de vraies questions en termes de justice sportive et de discrimination.

Que penses-tu de l'évolution du Sport Adapté en France ?

Le Sport Adapté évolue de plus en plus :

- plus de clubs,
- plus de disciplines sportives proposées
- plus de licenciés
- plus de sections Sport Adapté dans des clubs traditionnels.
- Le Sport adapté est plus visible dans la société.



Académie
SPORT ADAPTÉ

L'Académie marque une évolution du Sport Adapté. Elle offre la possibilité aux sportifs de :

- s'engager autrement dans le sport.
- de développer des compétences dans l'arbitrage, le coaching, le journalisme...
- de participer à des comités directeur ou des conseils participatifs des sportifs.



INTERVIEW : FLORENCE



INTERVIEW DE NICOLAS BRUNET, PRÉSIDENT DE LA LIGUE BRETAGNE

Que faudrait-il changer pour que le Sport Adapté soit plus connu en France et pour le faire évoluer ?



Il faut poursuivre et améliorer les actions que nous faisons déjà : faire plus, plus fort et en plus grand.



Le défi c'est d'être plus VISIBLE. Les journaux, la télévision, la radio parlent trop peu du Sport Adapté. Les sportifs ne sont pas beaucoup mis en lumière.



Il faut montrer tout ce que fait le Sport Adapté, avoir plus de partenaires, mieux et plus communiquer, créer des liens avec les journaux, la télévision et la radio.



Il faut montrer que le Sport Adapté place les personnes en situation de handicap au centre de la vie associative, de la vie citoyenne et de la vie sportive.



Qu'as-tu pensé du championnat de France de para cross adapté de Languueux ?

C'est un évènement très marquant sur le plan sportif et humain.

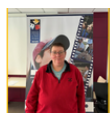
- L'organisation était fluide
- l'ambiance conviviale
- les sourires et l'esprit sportif bien présent.



Le Sport Adapté est très fort pour organiser de grands évènements sportifs nationaux dans une ambiance chaleureuse. Les performances des sportifs sont reconnues, leurs efforts et valeurs sont mis en avant. Un tel évènement est possible grâce aux élus, bénévoles et professionnels engagés au Sport Adapté en Bretagne.



Cela montre qu'au Sport Adapté, on peut faire du sport sérieusement tout en respectant les personnes et leurs besoins.



MIGUEL, GARDIEN DE BUT, EN PARA FOOTBALL ADAPTÉ

Académie
SPORT ADAPTÉ



Bonjour Miguel, quel âge as-tu ?

J'ai **27 ans.**



Que fais tu dans la vie ?

Je travaille en espace vert à l'ESAT de Plouisy.



Depuis combien de temps joues tu au stade briochin en Sport Adapté ?

J'ai commencé avec l'ASAB en 2014, et j'y suis resté 2 ans.



J'ai fait une pause pour reprendre en 2017, toujours avec l'ASAB où je suis resté encore 2 ans.

J'ai du arrêter car je venais d'être embaucher à l'ESAT de Plouisy. Cette saison, je viens de reprendre au poste de gardien.



A quel poste joues tu ?

En ce moment, je suis gardien mais j'ai aussi joué en tant qu'attaquant.

Entre ces deux postes, lequel préfères tu ?

Je préfère le poste de gardien parce qu'en attaque, je suis trop personnel.



Quel autre sport pratiques tu ?

Le tennis de table à Ploumagoar.

Et la pétanque que j'ai pratiqué pendant 3 ans. J'ai été 2 fois champion des Côtes d'armor en triplette et 1 fois vice champion des Cotes d'Armor, en triplette.



Ton plus beau rêve c'est quoi ?

Faire une très bonne saison avec le stade Briochain.



INTERVIEW : EWEN ET FLORENCE





IMAGINONS

VOYAGE DANS LE TEMPS: MON CLUB DE SPORT ADAPTÉ DANS DIX ANS

10

Nous allons voyager dans le temps et nous téléporter dans 10 ans.

Ce voyage dans le temps concerne mon club d'athlétisme. Nous allons imaginer comment il s'est amélioré.

60

On compte maintenant 60 sportifs qui participent à la séance. C'est grâce au fait que le Sport Adapté se fait connaître de plus en plus.

On fait toujours les mêmes disciplines : le sprint, l'endurance et les lancers. Mais maintenant, avant de commencer le sport, la professeure, Héloïse, nous demande l'humeur du jour et si il y a des douleurs physiques.

Pour qu'une partie du sport soit ludique, les sportifs se mettent par petits groupes et l'on fait des mises en scène ou bien évidemment le sport rentre en jeu.

A la fin de la séance on fait un groupe de paroles ou chacun parle du sport qu'il a fait durant le cours et de son ressenti, de ses envies de manière à ce qu'il puisse progresser encore plus.

Bien sûr, il faut un cours de plus d'1h30 pour réaliser tout ça.

Le groupes se connaît mieux.

RÉDACTION : GWENAËLLE





IMAGINONS

Si j'étais président de la fédération du Sport Adapté :



Je me présenterai à tous les sportifs. J'irai dans tous les clubs de France :

“Bonjour à tous. Je suis votre nouveau président. On va améliorer chaque activité sportive. On va vous proposer des sports que vous ne connaissez pas. Ce sera des nouvelles choses pour vous. Et ça va améliorer votre avenir”.



Je ferai une réunion avec tous les dirigeants de clubs, de comités et de ligues. Je les prendrai en photo et je les interviewerai avec des sportifs pour savoir ce qu'ils font et ce qu'ils ont besoin.



Je donnerai des conseils aux clubs et aux sportifs pour qu'ils s'améliorent, pour les aider pour la suite. Je leur dirai que s'il y a des sportifs plus en difficultés, je pourrai les aider un peu plus.



Je ferai des sorties avec des sportifs : visiter, prendre le train, aller faire du sport dans des régions différentes.



Je ferai des choses pour faire connaître le Sport Adapté. Je montrerai le journal à des sportifs qui ne connaissent pas le Sport Adapté. Je louerai des salles dans différentes régions et je présenterai le Sport Adapté.



INTERVIEW ET RÉDACTION : OLIVIER





Lectures violences conjugales



Au-delà des larmes est une série de livres de l'auteure Krystel Brun dont celui sur les Violences Conjugales fait partie. Ce livre est essentiel à lire.

D'abord, il référence les ressources pour les personnes victimes de violences conjugales et nous apprend à reconnaître les **signes codés d'un appel à l'aide** (voir page 11 du journal).



Ensuite, le livre raconte les témoignages de femmes victimes qui ont eu le courage de se libérer de leurs bourreaux, regroupés sous la forme de l'histoire d'une femme fictive qui arrive à fuir avec ses enfants.



Ce récit donne les clés pour arriver à se protéger et à se reconstruire, tant au niveau juridique que personnel.



Il donne espoir qu'une vie sans peurs et sans blessures, au sein d'un nouveau foyer, est possible.



Pour finir, il aborde aussi la violence faite aux hommes.



LECTURE, REDACTION ET MISE EN PAGE : CATH





Lectures violences conjugales

Académie
SPORT ADAPTÉ

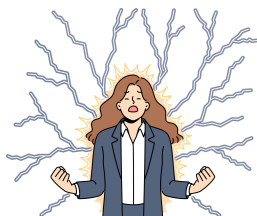


Mosaïque, un court roman, facile à lire, de l'auteure Marguerite Julia.

Marguerite Julia

Mosaïque

Roman



On s'attache au personnage principal, Julia, une femme combative et indépendante, qui pourtant se retrouve piégée dans son mariage.



Nous suivons sa vie de famille de la vingtaine à la quarantaine.



Le thème de la violence psychologique et physique est au cœur de ce parcours.



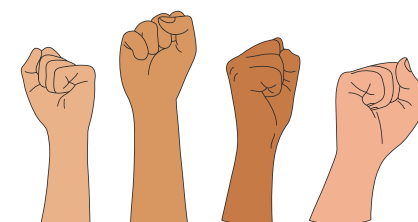
Nous sommes les témoins impuissants de sa relation de couple malsaine qui impacte aussi ses enfants.



Nous aimerions tellement qu'elle puisse briller, elle qui a tant de talent et a tant besoin de s'épanouir.



Marguerite Julia
L'Auteure du livre



LECTURE, REDACTION ET MISE EN PAGE : CATH





Lectures violences conjugales



SI VOUS VOYEZ UNE PERSONNE FAIRE CE SIGNE RÉAGISSEZ !!

Le poing SOS, ou geste d'appel à l'aide

Ce signe nous vient du Canada, mais commence à être connu en France notamment par le biais de Tiktok, suite à l'histoire d'une jeune fille sauvée grâce à ce geste.

Il a d'abord été inventé pour qu'une femme puisse discrètement prévenir ses proches qu'elle est en danger lors d'un échange vidéo, mais les victimes le font parfois dans leur dos pour plus de discrétion dans la rue ou autre.

Levez les quatre doigts d'une main avant de les refermer sur son pouce dans la paume de sa main.



Le point noir

Dessiner un point noir au centre de votre paumes et montrez-le discrètement aux personnes de votre choix.

Ce geste subtil, lorsqu'il est effectué dans la vie de tous les jours, signifie :

"Je subis des violences, j'ai besoin d'aide je ne peux pas m'exprimer librement."

Il incombe à celui ou celle qui remarque ce signe de guider la victime vers des spécialistes aptes à l'aider, police, gendarmerie, association ect.



Interviews de joueurs de pétanque à l'ASAB



Mathieu Alison, 43 ans. De « Cesson toit ».

Olivier : “En quelle année as-tu commencé à jouer à la pétanque au Sport Adapté.

- En 2023.



Olivier : Qu'est-ce que ça t'a apporté de jouer à la pétanque au Sport Adapté et de participer à des championnats ?

- Ça m'intéresse de jouer à la pétanque. J'aime bien jouer aux boules. Ça me passe le temps et ça peut m'aider à réfléchir.



Olivier : Et ça te permet de progresser en pétanque ?

- Oui

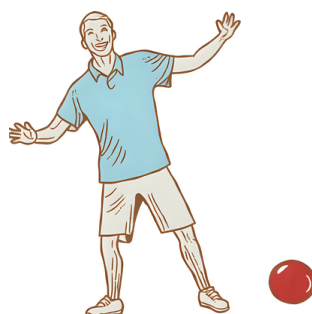
Olivier : Et qu'est-ce que tu veux pour la suite, faire plus de championnats ? Comment tu vois ton avenir ?

- Moi mon avenir, ce que je préférerais, c'est de faire les entraînements de pétanque parce que ça me plait de partager avec les autres joueurs.



Olivier : Qu'est-ce que tu en penses du groupe de pétanque du mardi à l'ASAB ?

- J'apprécie.



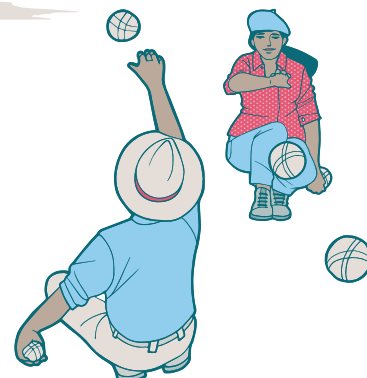
PHOTOS : GWENAËLLE ET OLIVIER



Interviews de joueurs de pétanque à l'ASAB



Mickaël,



Olivier : Qu'est-ce que ça t'a apporté de jouer à la pétanque au Sport Adapté et de participer à des championnats ?

- Ça me plaît les tournois de pétanque, ça me plaît à moi.

Olivier : Tu as commencé en quelle année les tournois de pétanque ?

- Je sais plus. En 2023, je crois.



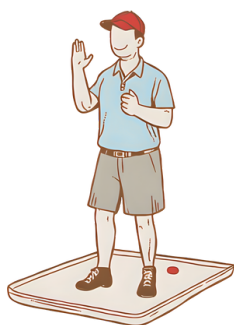
Yves, 28 ans

Olivier : Qu'est-ce que ça t'a apporté de jouer à la pétanque au Sport Adapté et de participer à des championnats ?

- Moi, depuis que j'ai commencé depuis 2014, je me suis entraîné beaucoup. J'ai finis vice-champion de Bretagne l'année dernière. Et de plus en plus je vois les arbitres et ça m'a donné envie d'être arbitre. Je veux apprendre et faire des formations.

Olivier : Et autrement, qu'est-ce que ça t'a apporté d'être joueur de pétanque ?

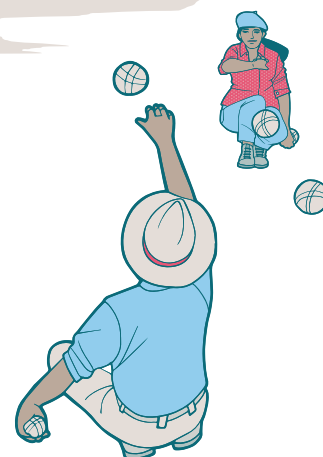
- Ça me donne, ça me captive au jeu. On est captivé au jeu et on se concentre pour jouer. J'aime bien aller en tournois pour connaître de nouvelles personnes contre qui jouer.



PHOTOS : GWENAËLLE ET OLIVIER



Interviews de joueurs de pétanque à l'ASAB



Pierre Antoine, 28 ans :

Olivier : Depuis quand tu joues à la pétanque ?

- 2016.

Olivier : Qu'est-ce que ça t'a apporté en tant que joueur de pétanque ?

- Ça m'a permis de l'amélioration.

Olivier : Et qu'est-ce que ça t'a apporté de faire des tournois ?

- Ça permet de voir différentes choses et différents joueurs et d'améliorer les choses quoi.

Emmanuel Robin, né le 29 janvier :

Olivier : Pour toi, qu'est-ce que ça t'a apporté d'être joueur de pétanque ? Qu'est-ce que tu as appris ?

- J'aime bien jouer aux boules avec tout le monde, avec l'équipe. On s'entend bien, on fait des tournois et voilà.

Olivier : Qu'est-ce que ça t'a apporté de faire des tournois en extérieur ?

- C'est bien. Bientôt, on va faire un tournoi, le 22 novembre 2025, à Lamballe, voilà.



PHOTOS : GWENAËLLE ET OLIVIER





COMITÉ DIRECTEUR DE L'ASAB



Le 13 octobre a eu lieu le Codir de l'ASAB à l'Espace Curie de Saint-Brieuc.



Assistent à la réunion ses 13 membres + la salariée + le service civique.



Il y a 5 nouveaux membres du bureau : 2 sportifs + 3 bénévoles.



Ils sont revenus sur l'Assemblée générale du 5 juillet. Elle s'est bien passée.



Ils ont parlés de propositions d'activités spéciales pour cette année : des séances de Crossfit et une journée voile à Saint-Quay-Portrieux.



Le budget de l'association est excédentaire.



Un plus large choix de vêtements aux couleurs du club sera proposé aux sportifs en décembre : casquette, manteau et coupe-vent à capuches, sac à dos, en plus de ce qu'il y a d'habitude : t-shirt, veste, pantalon et short.



La séance est levée ! C'est le temps de la collation partagée.



L'équipe du comité directeur de l'ASAB



PHOTO : PATRICK INTERVIEW ET RÉDACTION : CATH





SORTIE VOILE LE 11/09/2025



Le 11 septembre dernier, j'ai effectué avec mon foyer de vie de Bazouges une sortie voile sur la Rance entre le port de Dinan et le moulin du Pratz (La Vicomté sur Rance).

Cette journée a été organisée par l'Aslab et notre foyer. Elle avait pour but de s'échapper un peu au fil de l'eau sur cette rivière chère à mon enfance et encore présente aujourd'hui dans ma vie car j'aime parcourir ses rivages en voiture ou à vélo pour prendre des photos. D'ailleurs, il existe un groupe "La Rance" sur facebook qui permet de publier des clichés photographiques et de les partager!!.



La faune et la flore se porte bien malgré l'envasement connu depuis la construction de l'usine marée motrice, ou barrage de la Rance qui génère de l'électricité pour les alentours (Saint Malo) et inaugurée le 26 novembre 1966 par le général de Gaulle.



Depuis quelques années, il existe une association "**les envasés**" qui milite pacifiquement pour le désenvasement à l'aide de petites cuillères symbolisant la difficulté de ce chantier qui est aidé d'une barque munie de tuyau pour le désenvasement. Ces vases sont stockés dans de grandes fosses afin d'être étudiées et travaillées pour créer des matériaux dans le domaine de l'habitation (isolation et cloisonnement) et bien d'autres.

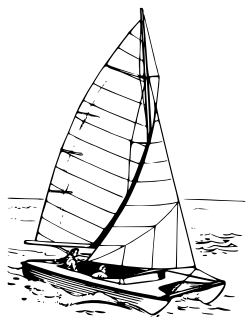


RÉDACTION : TRISTAN



SORTIE VOILE (SUITE)

Académie
SPORT ADAPTÉ



Nous sommes partis sur nos bateaux dans un petit catamaran; c'était paisible et cela nous a appris à vivre comme des marins chevronnés et pourtant sans expérience. Cette vallée, reconnue comme espace naturel réservé, nous a montré son charme et sa beauté; elle nous a inculqué les valeurs de sauvegarde et de préservation de cette belle rivière qui n'est pas encore trop envahie par le tourisme de masse connu dans d'autres endroits du globe!!!

Le foyer de Bellevue de Bazouges remercie l'ASLAB pour son aide aux personnes en situation de handicap et espère que cette excursion a pu atténuer leurs souffrances!!?



INTERVIEW ET RÉDACTION : TRISTAN.



L'ACADÉMIE EN BRETAGNE

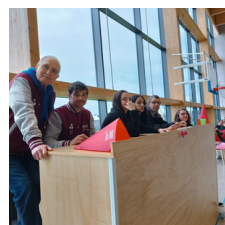
L'Académie c'est quoi déjà ?



L'Académie propose des formations aux sportifs qui souhaitent être bénévoles au Sport Adapté. Elle les accompagne dans leur engagement.

Les formations de l'Académie

- **Dirigeants** : pour les sportifs et les élus membres de comités directeur.
- **Accompagnement des Conseils participatifs des Sportifs**
- **Ambassadeurs**
- **Journalistes**
- **Femmes et Sport**
- **Officiels Table de marque**
- **Arbitre de terrain en basket**
- **Arbitre de pétanque**
- **Arbitre de tennis de table**
- **Arbitre de badminton**



Les formations à venir, pour les sportifs, élus et professionnels qui le souhaitent :

- CPS DE LA LIGUE le **10** janvier, à Ploufragan.
- Atelier journal le **10** janvier, à Ploufragan.
- CPS DE LA LIGUE , le **7** février et
Formation femmes et dirigeantes, le **7** février
- Communication adaptée, le **28** mars.



SI VOUS ÊTES INTÉRESSÉS APPELEZ EMILIE : 07-81-28-52-33



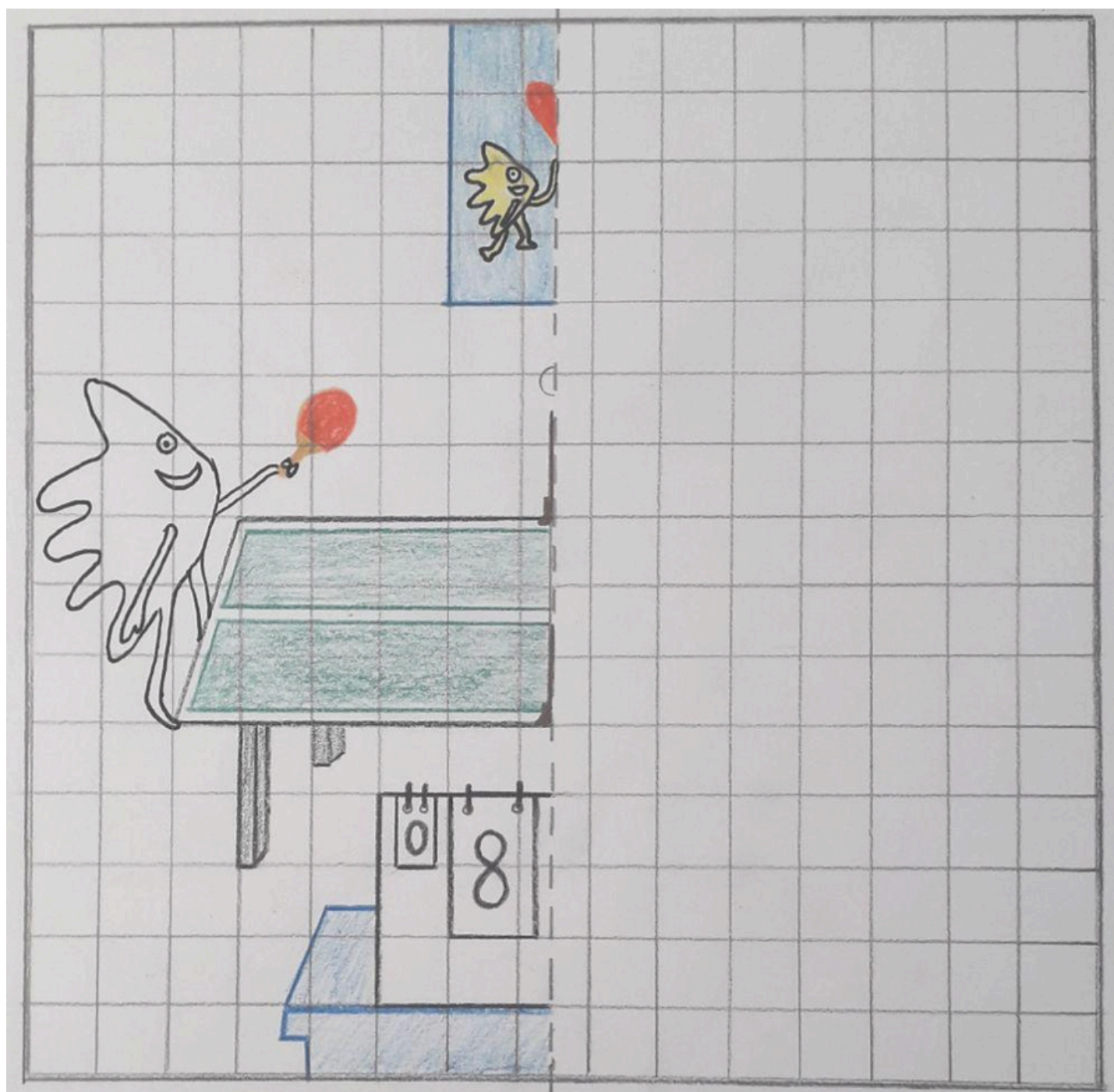


JEU DE LA GRILLE DE 15X15

Académie
SPORT ADAPTÉ



Reproduis en symétrie le dessin en t'aidant des lignes quadrillées pour découvrir avec qui Spock (en blanc) joue au ping-pong et à qui Spip (en jaune) check la main sur le poster.



CRÉATION ET MISE EN PAGE : CATH



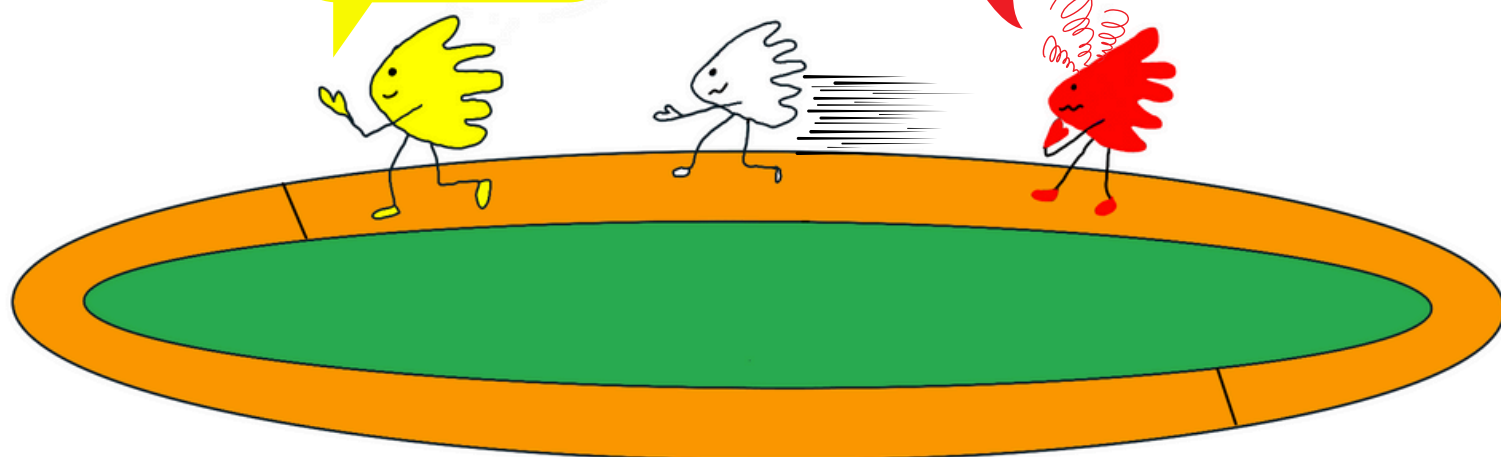


ATHLÉTISME AVEC SPOCK, SPIP ET SPIKE

Voyons Spock, tu as
un tour d'avance !

Spip !
Tu vas trop vite,
attends moi stp !

Euuuuh et moi,,
j'en suis à quel
tour les amis ?



Nos trois mascottes sportifs adaptés



Suivez nous dans nos aventures de sports adaptés
et vous verrez notre devise chacun à notre niveau :

SPORT POUR TOUS ET TOUS SPORTIFS !



CRÉATION ET MISE EN PAGE : CATH



À LA PÉTANQUE AVEC SPOCK, SPIP ET SPIKE



Oh non,
Spock et Spip jouent
encore à la pétanque !
Moi ça m'ennuie !



Spock, tire la boule
qui est devant le
cochonnet !

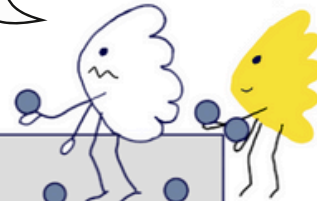


Bon ben...je vais aller
m'acheter une glace
en attendant !



J'ose pas
Spip !

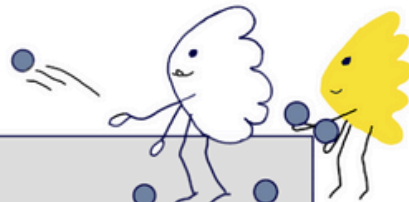
Courage,
t'es capable !



Oh non, j'ai demandé
2 boules et il ne m'en
a mis qu'une



Allez, je me lance !
Hop la !



J'avais demandé
pistache !

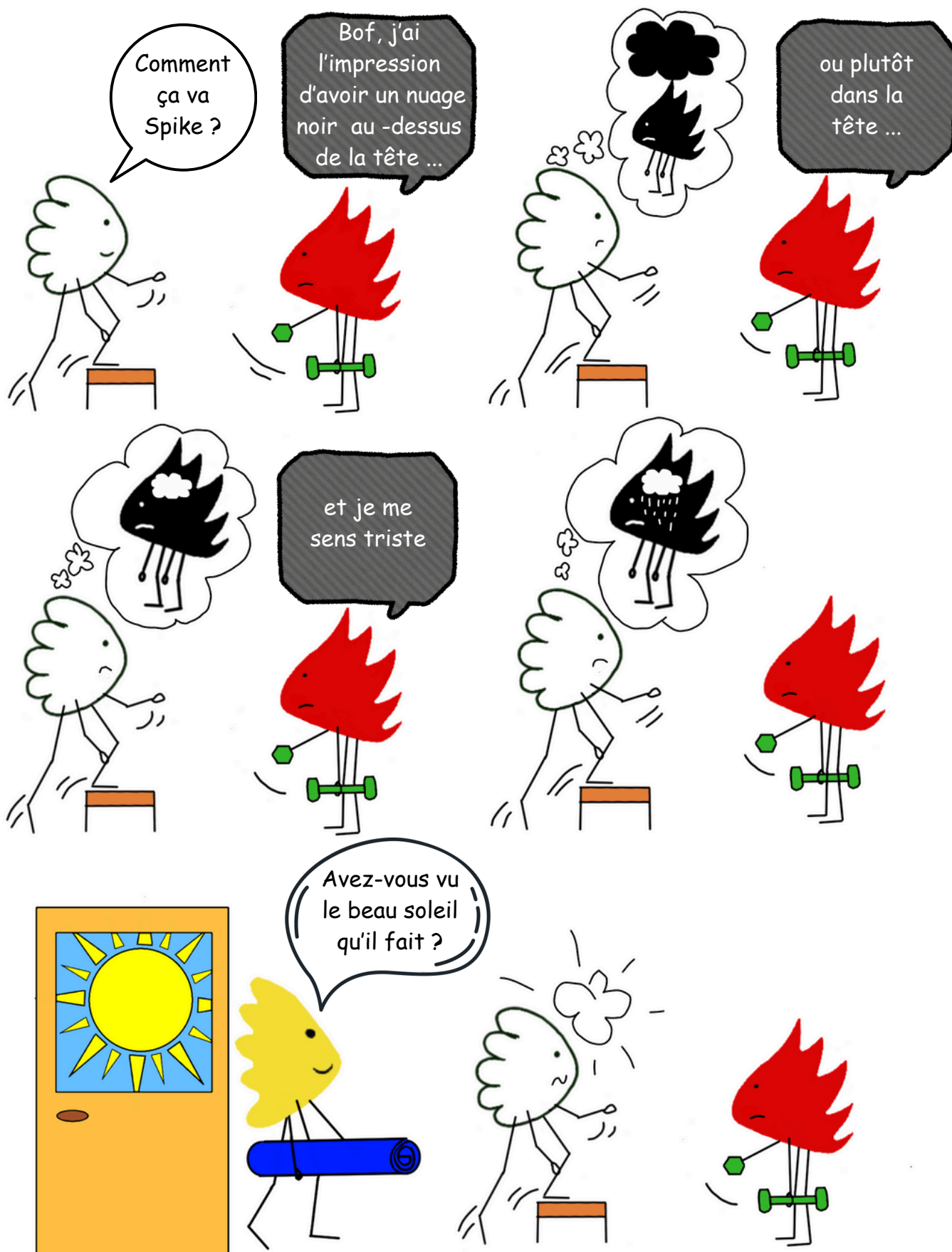


Oh la la quelle boulette !
Désolé Spike !



SPOCK, SPIP ET SPIKE À LA MUSCU

Académie
SPORT ADAPTÉ



Vos journalistes s'interviewent

**OLIVIER**

Mathilde est native de Guingamp. Elle vit à Paimpol. Elle pratique la course à pied 3 fois par semaine.

**MATHILDE**

Olivier fait de l'athlétisme. Il est aussi arbitre de pétanque. Il est photographe à la Ligue depuis 1 ans et demi.

**PATRICK**

Tristan comprend vite. Il est bon en informatique. Il aime les sports de raquette et collectifs.

**TRISTAN**

Patrick pratique la natation depuis 10 ans. Selon lui le journal permet de mieux connaître les sportifs.

**CATH**

Gwen a d'abord pratiqué le tennis adapté, maintenant elle fait de l'athlétisme. Elle aime lire, marcher et cuisiner.

**GWENAËLLE**

Cath a commencé le sport enfant avec des haltères. Aujourd'hui, le sport adapté l'aide à gérer son anxiété.



L'ÉQUIPE DE LA BREIZH GAZETTE



PATRICK



OLIVIER



CATH



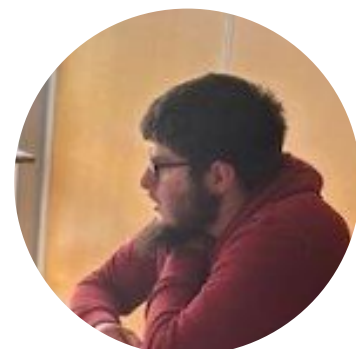
GWENAËLLE



TRISTAN



BRIGITTE



EWEN



FLORENCE



JEFF



VIRGINIE



**SI TOI AUSSI TU AS ENVIE DE
PARTICIPER AU JOURNAL, N'HÉSITE
PAS À NOUS CONTACTER**



emilie.gougeon@sportadapte.fr



07 81 28 52 33



