

GUIDE SPORT ET HANDICAPS

Midi-Pyrénées



Quelle
discipline
pratiquer
?

Qui
peut vous
accueillir
?

Où vous
renseigner
?



PRÉFET
DE LA RÉGION
MIDI-PYRÉNÉES

Selon la loi du 11 février 2005 sur l'égalité des droits et des chances, sur la participation et la citoyenneté des personnes handicapées, *« constitue un handicap, toute limitation d'activité ou restriction de participation à la vie en société subie dans un environnement par une personne en raison d'une altération substantielle, durable ou définitive d'une ou plusieurs fonctions physiques, sensorielles, mentales, cognitives ou psychiques, d'un polyhandicap ou d'un trouble de santé invalidant »*.

Pendant longtemps, les personnes en situation de handicap ont été regardées avant tout par le prisme de leurs incapacités. Quelques téméraires d'abord, puis de plus en plus de personnes ont osé inventer les modalités d'une pratique sportive adaptée à leurs capacités.

Le regard des personnes valides change mais aussi le regard des personnes en situation de handicap sur elles mêmes. L'exemple proposé par certains leur donne espoir de pouvoir, elles aussi, se lancer des défis et dépasser leurs limites dans le cadre de la pratique d'activités physiques et sportives.

Ce guide a pu être réalisé grâce au fort partenariat engagé par l'Etat avec le mouvement sportif.

En complément du site www.handiguide.sports.gouv.fr, les associations sportives et les lieux ouverts à la pratique d'activités physiques et sportives pour les personnes en situation de handicap y sont recensés, par département, afin que chacun puisse y trouver des réponses et intégrer la pratique physique et sportive dans son projet de vie, source de mieux être et de défi personnel.

Frédéric RAME

Directeur Régional de la Jeunesse, des Sports
et de la Cohésion Sociale

Pourquoi pratiquer une activité physique et sportive ?

Le handicap ne constitue pas un obstacle à la pratique d'un sport qui permet d'accéder à un bien être physique, mental et relationnel.

BIENFAITS PHYSIQUES :

- ...❖ Acquisition d'une meilleure condition physique et hygiène de vie
- ...❖ Accroissement et maintien de l'autonomie
- ...❖ Prévention des méfaits de la sédentarité et lutte contre les maladies chroniques (maladies cardiovasculaires, surpoids...)

BIENFAITS PSYCHOLOGIQUES :

- ...❖ Epanouissement et dépassement de soi
- ...❖ Augmentation de l'estime de soi
- ...❖ Amélioration de la concentration, de la mémorisation...

BIENFAITS SOCIAUX :

- ...❖ Intégration dans un groupe, facteur de lien social
- ...❖ Reconnaissance sociale et familiale
- ...❖ Participation à la vie associative et citoyenne

Où pratiquer ?

Lieu de pratique	Type de handicap	Logo de la Fédération spécifique
------------------	------------------	----------------------------------

Dans 1 club affilié à la FFH ou à la FFSA

La Fédération Française Handisport (FFH) et la Fédération Française du Sport Adapté (FFSA) proposent dans leurs clubs affiliés une offre de pratique sportive compétitive ou de loisir, accessible et progressive, quelque soit le degré de handicap et les capacités de la personne, en intégrant les problématiques d'accès au matériel et d'encadrement adapté.

De multiples activités sportives sont proposées.

Moteur



Visuel



Auditif



Mental/ Psychique/ Troubles du comportement



Dans 1 club affilié à une autre fédération sportive

Dans 1 équipement ou 1 site de pratique accessible

Comité Régional Handisport

7 rue André Citroën - 31130 BALMA.

Tél. 05 61 21 33 37 - midi-pyrenees@handisport.org

Site : www.handisport-midipyrenees.org

Ligue de Sport Adapté

7 rue André Citroën - 31130 BALMA

Tél. 05 61 20 33 72 - liguesportadapte.mp@wanadoo.fr

Mail : ligue.midi-pyrenees@ffsa.asso.fr

Site : www.sportadaptemp.free.fr

Vous souhaitez accueillir des personnes en situation de handicap et le faire savoir ?

Ce guide est évolutif. Il vous est ouvert.

Vous pouvez :

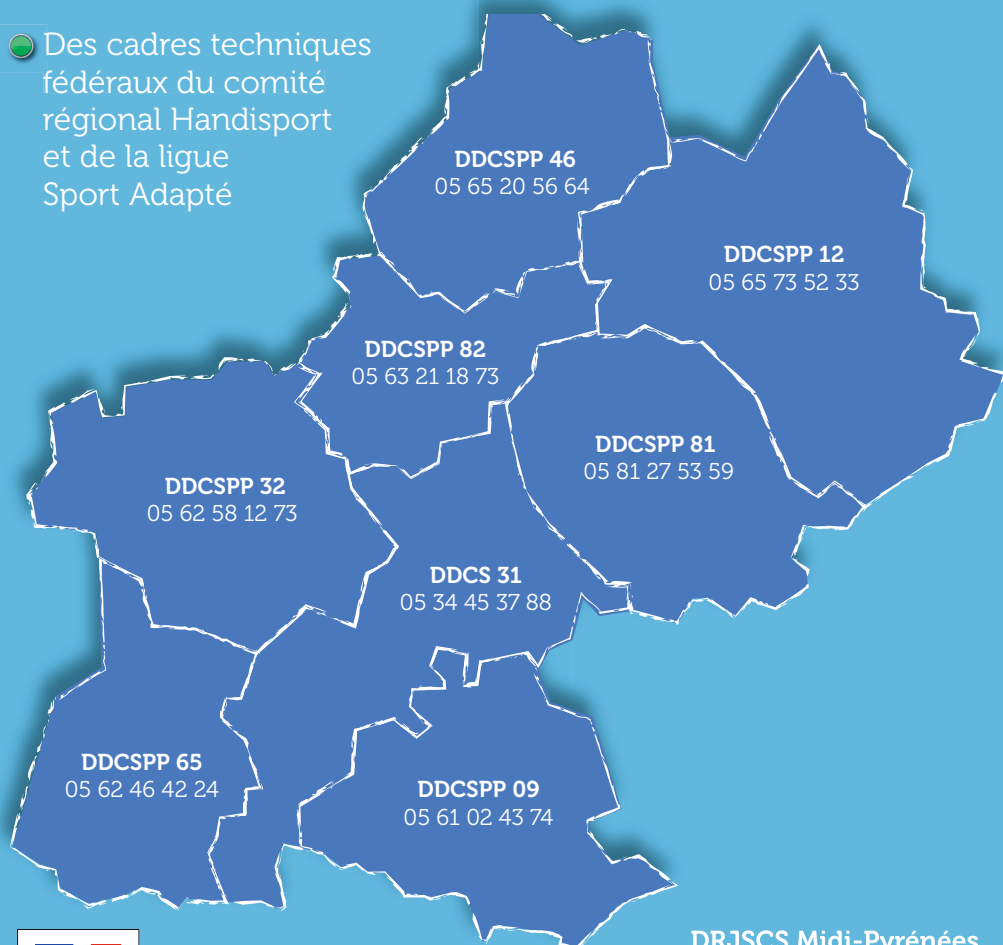
-  Vous inscrire directement sur le site www.handiguide.sports.gouv.fr
-  Contacter votre référent départemental pour apparaître sur une nouvelle fiche



Une organisation en réseau qui s'appuie sur une équipe régionale

- 8 référents départementaux
- 1 coordonnatrice régionale : DRJSCS / 05 34 41 73 75
- 1 conseiller technique sportif Sport Adapté : 06 77 00 79 70
- 1 référent au CREPS de Toulouse Midi-Pyrénées :
05 62 17 90 41

- Des cadres techniques
fédéraux du comité
régional Handisport
et de la ligue
Sport Adapté



escourbiac l'imprimeur (14080107)



DRJSCS Midi-Pyrénées

5 rue du pont Montaudran

- BP 7009 - 31068 TOULOUSE CEDEX 7

Tél. 05 34 41 73 00 - Fax 05 34 41 73 73

Site : www.midi-pyrenees.drjscs.gouv.fr

ASSOCIATION CHEVAL SPORT FIGEAC

Affiliation :

Fédération Française d'Équitation

EQUITATION

Contact :

Estelle TILLET

05 65 34 22 79

ecuries.estelletillet@orange.fr

<http://www.cesportifigeacois.ffe.com/>

Pratique(s) proposée(s) :

Cours, stages, séances, ballades, équifun

Lieu(x) de pratique : Lieu dit « COUCOULOGNES »
46100 PLANIOLES (près de FIGEAC)

Accessibilité : Oui

Encadrement : Monitrice diplômée d'état

Prêt de matériel spécifique adapté : Oui



ATHLE 46 - LES ARCHERS DU PAYS DE SOUILLAC

Affiliation :

Fédération Française de Tir à l'Arc

Tir à l'arc

Contact :

Christian BRUN (Responsable de la section)

André OURCIVAL (Animateur)

Fabienne KOWALIK (Trésorière)

06 30 63 33 68 ou 06 74 17 38 60

archers.souillac@orange.fr

<http://arcsouillac.sportsregions.fr/>

Lieu de pratique : Palais des congrès l'hiver et au stade l'été
46200 SOUILLAC

Accessibilité : Oui

Encadrement : Entraîneurs



AVIRON'S CLUB DOUELLAIS

Affiliation :

Fédération Française des Sociétés d'Aviron
Fédération Française Handisport

AVIRON

Contact :

Franck BURG

06 24 27 19 10

franck46140@aol.com

Pratique(s) proposée(s) : AVIRON en loisir et compétition

Lieu de pratique : Ville de Douelle à partir de l'été 2015
46000 DOUELLE

Accessibilité : Ponton en cours de construction
pour mise à l'eau prévue pour l'été 2015

Encadrement : Educateur du club possédant le diplôme
d'initiateur

Prêt de matériel spécifique adapté : Bateaux équipés



BADMINTON BIARS-BRETENOUX

Affiliation :

Fédération Française Badminton

Fédération Française Handisport

Badminton

Contact :

Sylvie BONHOMME

05 65 40 18 84

sbonhomme1@free.fr

<http://badminton3b.clubeo.com>

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition

Lieu de pratique : COSEC et complexe Cère et Dordogne de Biars-Bretenoux

Accessibilité : Prévue pour fauteuil

Encadrement : 3 animateurs du club

Prêt de matériel spécifique adapté : fauteuil, poteaux adaptés et savoir et savoir-faire



BLEUETS FIGEAC GYM

Affiliation :

Fédération Française de Gymnastique

Fédération Française de Sport Adapté

Gymnastique

développement psychomoteur

Contact :

Christine VISSAC

Office du Sport Figeac Communauté

05 65 34 52 54

asflesbleuets@wanadoo.fr

<http://club.sportsregions.fr/bleuets-figeac-gym>

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition

Lieu de pratique : Complexe François Mitterrand
Salle du Ségala - 46100 FIGEAC

Accessibilité : Ascenseur (si besoin)

Encadrement : Un éducateur détaché exclusivement
pour les personnes en situation de handicap



CAHORS FOOTBALL CLUB

Affiliation :

Fédération Française de Football

Football

Contact :

Guy DOS SANTOS

05 65 22 33 39 ou **06 84 25 17 97**

cahors.foot@orange.fr

www.cahorsfoot.com

Lieu(x) de pratique :

Complexe sportif de Terre Rouge - 46000 CAHORS

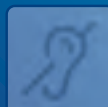
Accessibilité pratique : Oui

Encadrement :

Educateur diplômé foot et spécialisé sport adapté

Prêt de matériel spécifique adapté :

Matériel normal



CAHORS GYMNASTIQUE

Affiliation :

Fédération Française de Gymnastique

Gymnastique

Contact :

Anne-Marie ETIEVE

05 65 35 68 98

annemarie.etieve@wanadoo.fr

Pratique(s) proposée(s) : Gymnastique adaptée

Lieu de pratique : Salle Caviolle, Rue Wilson et complexe sportif
Cabessut - 46000 CAHORS

Accessibilité : Mobilité requise

Encadrement : Educateur du club



CAHORS LOT XIII FAUTEUIL DIABLES CADURCIENS

Affiliation :

Fédération Française de RUGBY à XIII
Fédération Française Handisport

RUGBY FAUTEUIL

Contact :

Martine ou **Stéphane FEYT**

06 28 28 95 37 ou **06 72 75 72 21**

feyt.stephane@orange.fr

<http://www.diablescadurciens.com/>

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition

Lieu de pratique : Complexe sportif de Cabessut,
150 rue de la Guinguette - 46000 CAHORS

Accessibilité : Oui

Encadrement : un titulaire du DEJEPS spécialité Rugby à XIII

Prêt de matériel spécifique adapté : Oui



CAHORS SAUZET BASKET

Affiliation :

Fédération Française de Basket-ball

Basket

Contact :

Jacques LAPUJADIE

06 80 84 39 58

cahorssauzet-basket@orange.fr

www.cahorsauzetbasket.com

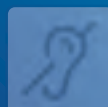
Lieu(x) de pratique :

Gymnase P. Illbert
46000 CAHORS

Accessibilité pratique : Oui

Encadrement : Réalisé par un éducateur du club diplômé

Prêt de matériel spécifique adapté : Oui



CENTRE DE VOL À VOILE LOTOIS

Affiliation :

Fédération Française de Vol à Voile

VOL A VOILE (planeur)

Contact : Club

05 65 21 76 09

ccvl.cahors@wanadoo.fr

www.cahorsplaneur.fr

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition / Vol d'initiation

Lieu de pratique : Aérodrome de Cahors - LALBENQUE
46230 CIEURAC

Accessibilité : Par voie routière accès au hangar pour tout véhicule. Difficultés surmontables pour fauteuils en ce qui concerne l'accès au terrain

Encadrement : Instructeurs, pilotes confirmés

Prêt de matériel spécifique adapté : Pas de prêt de matériel spécifique mais prêt de chapeau, lunettes noires, pantalon pour tous



CLUB DE BOXE FRANÇAISE ET DE CANNE DE COMBAT DE FIGEAC

Affiliation :

Fédération Française de Savate,
Boxe Française et Disciplines Associées

BOXE FRANCAISE et CANNE DE COMBAT

Contact :

Lionel DA SILVA (Boxe), **Philippe RIESENMEY**
et Dorian COLIN (Canne de Combat)

06 82 84 59 97 (Boxe), **06 71 89 11 25**

ou **06 22 56 46 26** (Canne de combat)

lionel.dasilva27@orange.fr

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition

Lieu de pratique : Gymnase CHAMPOLLION - 46100 FIGEAC

Accessibilité : Oui

Encadrement : Educateur du club



CLUB FIGEACOIS DU PONEY ET DU CHEVAL

Affiliation :

Fédération Française d'Équitation

EQUITATION

Contact :

Catherine MOREAUX

05 65 34 70 57 ou 06 46 48 47 64

clubfigeacoisponeycheval@yahoo.fr

<http://www.cfpc.ffe.com>

Pratique(s) proposée(s) : Compétition et loisir (cours, stages, mini séances, ballades, équifun)

Lieu(x) de pratique : Avenue de Nayrac - 46100 FIGEAC

Accessibilité : Oui

Encadrement : 1 Moniteur diplômé d'état et 1 Animateur Poney

Prêt de matériel spécifique adapté : 1 selle adaptée



CLUB NAUTIQUE DU HAUT-SÉGALA

Affiliation :

Fédération Française des Sociétés d'Aviron

Aviron

Contact :

Harry Hammerschmidt

06 81 21 78 99

info@cgso.fr

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition

Lieu de pratique :

Lac du Tolerme - 46210 SENAILLAC-LATRONQUIERE

Accessibilité : Accessible aux fauteuils

Encadrement : Educateur ayant un diplôme fédéral

Prêt de matériel spécifique adapté :

Bateaux avec flotteurs et siège adapté



DAUPHINS OMNISPORTS LA VALLÉE DU LOT ET DU VIGNOBLE SECTION NATATION - DOVLV PUY-L'ÉVÊQUE -



Affiliation :

Fédération Française Natation

Fédération Française Handisport

Natation

Contact : **Suzanne BOUDET**

05 65 21 49 63 ou **06 84 68 26 69**

dauphinspuyleveque@gmail.com

www.puy-leveque-natation.com

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition

Lieu de pratique : Piscine communautaire, la promenade de Héron, 46700 Puy-L'Évêque

Accessibilité : Oui

Encadrement : Educateurs du club et BEESAN

Prêt de matériel spécifique adapté : A disposition

ETRIER DE CAHORS-BEGOUX

Affiliation :

Fédération Française d'Equitation
Fédération Française de Sport Adapté

EQUITATION

Contact :

Cécile TALOU RIGAL

05 65 22 38 89

etrierdebegoux@orange.fr

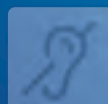
Pratique(s) proposée(s) : Initiation / loisir / compétition

Lieu(x) de pratique : Chemin de la Bouriette - 46000 Cahors

Accessibilité : Oui

Encadrement : BEES 1^{er} degré Equitation, BEES 1^{er} degré activités physiques et sportives adaptées et Brevet Fédéral d'Encadrement Equi-Handi mention handi-cheval

Prêt de matériel spécifique adapté : Casques



FIGEAC JUDO

Affiliation : Fédération Française de Judo,
Jujitsu, Kendo et Disciplines Associées

JUDO

Contact :

Martine LAGARDE

05 65 40 05 92 ou 06 75 50 81 47

lagarde_martine@yahoo.fr

Pratique(s) proposée(s) : Judo, Jujitsu

Lieu de pratique : Ancien CES rue Victor Delbos
46100 FIGEAC

Accessibilité : Rez-de-chaussée

Encadrement : Diplômé d'état

Prêt de matériel spécifique adapté : Kimonos



GARIOTTES HANDI RANDONNÉES

Affiliation : Fédération Française Handisport

RANDONNEE en Joëlette,
HANDISKI assis ou debout

Contact :

Marion RABIER

05 62 24 18 19

contactghr@gmail.com

Pratique(s) proposée(s) : Loisir

Lieu de pratique :

Varie suivant les sorties, dans les Pyrénées principalement

Encadrement : Accompagnateur en Montagne et/ou éducateur sportif suivant les obligations d'encadrement liées à l'environnement

Prêt de matériel spécifique adapté : L'association prête tout le matériel nécessaire à la pratique sportive



GYM CLUB GRAMAT

Affiliation :

Fédération Française de Gymnastique

Fédération Française de Sport Adapté

Gymnastique

Contact :

Pierre BLOT

06 71 97 02 42

gymclubgramat@free.fr

<http://gymclubgramat.free.fr>

Pratique(s) proposée(s) : Gymnastique adaptée, parcours de motricité, activités d'expression, activités acrobatiques

Lieu de pratique : Gymnase de Gramat - 46500 GRAMAT

Accessibilité : Oui

Encadrement : Johanna LACAZE (Licence, Master STAPS APSA)



HALTER FITNESS CADURCIEN

Affiliation :

Fédération Française Haltérophilie,
Culturisme, Musculation, Force Athlétique

**Haltérophilie, Culturisme,
Musculation Entretien**

Contact :

Dany SOUILHÉ - Jean-Pierre BREIL
05 65 30 59 27

halter.fitness.cadurcien@orange.fr

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition

Lieu de pratique : Complexe Sportif CABESSUT
150, rue de la Guinguette - 46000 CAHORS

Accessibilité : Accès handicapés

Encadrement : Dany SOUILHÉ et Jean-Pierre BREIL



HALTERO CLUB FIGEACOIS

Affiliation :

Fédération Française Haltérophilie,
Culturisme, Musculation, Force Athlétique

Haltérophilie et Musculation

Contact :

Jérémy ONORATO

05 65 34 68 80

hcfigeac@wanadoo.fr

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition

Lieu de pratique : Salle occitane - Espace François Mitterrand
46100 Figeac

Accessibilité : Oui

Encadrement : Des éducateurs diplômés d'état ou d'un diplôme fédéral



JSG RUGBY GRAMAT

Affiliation :

Fédération Française de Rugby XV

RUGBY FOULARD

Contact :

Françoise LEOTY

Bureau : **05 65 10 20 20**

jsgrugby@free.fr

Pratique(s) proposée(s) : Loisir

Lieu de pratique : stade P. de COUBERTIN - 46500 GRAMAT

Accessibilité : Oui

Encadrement :

Educateurs du club possédant un diplôme fédéral

Prêt de matériel spécifique adapté :

Flags (foulards) prêtés par la JSG RUGBY



JUDO CLUB CAJARC

Affiliation :

Fédération Française de Judo, Jujitsu,
Kendo et Disciplines Associées

JUDO, JUJITSU, TAISO

Contact :

Nathalie DARLES PARAYRE

06 25 10 51 52

judoclubcajarc@gmail.com

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition

Lieu de pratique : Rue du couvent - 46160 CAJARC

Accessibilité : Pas accessible aux personnes en fauteuil

Encadrement : Enseignante diplômée



JUDO CLUB GOURDON

Affiliation : Fédération Française de Judo,
Jujitsu, Kendo et Disciplines Associées

JUDO, JUJITSU, TAISO

Contact :

Christophe DELTOUR

06 76 07 49 78

judo.gourdon@gmail.com

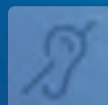
www.judogourdon.com

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition

Lieu de pratique : Route des Vitarellles - 46300 Gourdon

Accessibilité : Dojo accessible

Encadrement : Educateur diplômé d'état travaillant dans le milieu du handicap



LES ECURIES DU QUERCY

Affiliation :

Fédération Française d'Equitation

EQUITATION

Contact :

Johann MARMUS

06 74 48 23 86

ecuriesduquercy@hotmail.fr

www.ecuriesduquercy.ffe.com

Pratique(s) proposée(s) :

Loisir, découverte du cheval, promenades, équifun

Lieu(x) de pratique :

Les Écuries du Quercy 117 chemin du club hippique
46000 CAHORS

Accessibilité : Oui

Encadrement :

Moniteur d'équitation diplômé



PETANQUE VIAZACOISE

Affiliation :

Fédération Française de Pétanque
et Jeu Provençal

Pétanque

Contact :

Serge GARD

06 70 71 72 43

nicole.gard46@orange.fr

Pratique(s) proposée(s) : Loisir

Lieu de pratique : Terrain de VIAZAC GARE - 46100 VIAZAC

Accessibilité : Oui

Encadrement :

Educateurs du club, Serge GARD et Christian JOLY



TENNIS CLUB CAJARC

Affiliation :

Fédération Française de Tennis

Tennis fauteuil

Contact :

Jean-Claude MIQUEL

06 22 45 10 35

jean-claude-miquel@wanadoo.fr

Lieu de pratique :

court n°2 - 46160 CAJARC

Accessibilité pratique :

Accès viabilisé pour fauteuil



TENNIS CLUB LUZECH

Affiliation :

Fédération Française de Tennis

Tennis

Contact :

Arlette BALDY

05 65 20 10 34

arlettebaldy@orange.fr

Pratique(s) proposée(s) :

Cours collectifs

Lieu(x) de pratique :

Luzech salle La Grave - 46140 LUZECH

Accessibilité pratique :

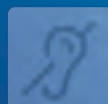
Oui

Encadrement :

Éducateurs fédéraux

Accessibilité pratique :

Oui



TIR A L'ARC BIARS BRETENOUX

Affiliation :

Fédération Française Handisport
Fédération Française de Tir à l'Arc

Tir à l'arc

Contact :

Didier ROSSETTO

06 88 96 83 22

didier.rossetto@orange.fr

www.arc-biars-bretenoux.org

Pratique(s) proposée(s) : Loisir / Compétition

Lieu de pratique : Le terrain de plein air de la Ballastière
à BIARS / CERE d'Avril à Novembre. Dans le gymnase de
Novembre à Avril - 46100 BIARS / CERE

Accessibilité : Oui

Encadrement : Un éducateur

Prêt de matériel spécifique adapté :

Arc classique et flèches



UNIVERSAL CULTURE

**Danse africaine,
Gym douce,**
stage de danse contemporaine
et de danses du monde

développement psychomoteur

Contact :

Marie-Claire LUCIANI

Office du Sport Figeac Communauté

06 75 03 59 54

universal.culture@yahoo.fr

<http://universal-culture.over-blog.com>

Pratique(s) proposée(s) : Danse africaine, gym douce

Lieu de pratique : Salle Fenêtre ouverte, ancien CES

2 rue Victor Delbos - 46100 FIGEAC

Accessibilité : Oui

Encadrement : 2 professeurs de danse, 1 percussionniste



UXELLODONUM BOULES CAPDENAC-LE-HAUT

Affiliation :

Fédération Française de Pétanque
et de Jeu Provençal

Fédération Française Sport Adapté

Pétanque

Contact :

Marcel MOULES

06 32 08 81 26

ois.grandfigeac@orange.fr

Pratique(s) proposée(s) : Initiation à la pétanque,
concours de pétanque "loisir"

Lieu de pratique : Boulodrome - 46100 CAPDENAC-LE-HAUT

Accessibilité : Oui

Encadrement :

Par une personne ayant un diplôme d'initiateur fédéral

Prêt de matériel spécifique adapté :

Oui





**Direction Départementale
de la Cohésion Sociale
et de la Protection
des Populations du Lot**

304 rue Victor Hugo
Cité sociale
46000 CAHORS
Tél : 05 65 20 56 00
ddcspp@lot.gouv.fr
www.lot.gouv.fr

**Comité Départemental
Sport Adapté :**

Maison des Associations
Espace Clément Marot
Place Bessières
46000 CAHORS
Tél : 06 50 67 96 41
cdsportadapte46@gmail.com

**Comité Départemental
Handisport :**

Maison des Associations
Espace Clément Marot,
Place Bessières
46000 CAHORS
cd46@handisport.org

**Maison Départementale des
Personnes Handicapées du Lot**

304 rue Victor Hugo
46000 CAHORS
Tél : 05 65 53 51 40
N° vert : 0 800 046 246
Fax : 05 65 30 72 92
contact@mdph46.fr