

# « Dans l'eau mes enfans »



**Evasion**  
Les Andes  
Sur les  
sentiers de  
la Cordillère  
page 58

**Multimédia**  
Du nouveau  
pour l'été  
page 62

Au centre de Trestel, les enfants, atteints d'un handicap neuro-moteur découvrent le plaisir de la plongée sous-marine. Les corps se dénouent et les langues se délient.

**S**olenn brûle d'impatience. C'est aujourd'hui jour de plongée. Voilà deux semaines qu'elle attend pour enfiler à nouveau son maillot de bain et se plonger avec bien-être dans l'eau de mer de la piscine du centre de Trestel (Côtes d'Armor), chauffée comme il se doit à 29°. Le paysage est magnifique. La grande baie vitrée de la piscine invite à l'évasion ; un simple verre nous sépare de la grande plage et de la Manche qui, au-delà de la baie, s'étend à perte de vue. Jacques Domalain, professeur d'éducation physique au collège de Lannion, et le Dr Jézéquel, responsable du service enfants de l'établissement,

accueillent Solenn au bord de la piscine, comme les autres enfants qui ne tardent pas à s'installer. Ici, point de blouse blanche !

« Voilà un an que nous avons lancé cette activité », confie Jacques Domalain, qui est aussi titulaire d'un brevet d'Etat en plongée. « J'ai eu l'occasion de participer à un stage organisé à la piscine de Dinard ; la plongée était proposée à des enfants avec un handicap moteur. J'en ai parlé à M. Jézéquel, lui aussi plongeur expérimenté. Une équipe s'est mise en place bénévolement et on a démarré grâce à une aide de 50 000 F de la Poste dans le cadre de

son opération "Pièces jaunes". Nous avons ainsi pu acheter le matériel. »

Chaque enfant est accompagné d'un adulte, soit un professionnel de l'établissement soit un plongeur du club. Une intime collaboration s'installe entre les intervenants. Le Dr Jézéquel est présent à chaque séance et exerce une vigilance accrue : « Il n'est pas nécessaire que les enfants sachent nager. En revanche, il y a certaines contre-indications comme les problèmes de tympan, épilepsies ou déficiences psycho-intellectuelles. L'enfant doit avoir conscience du danger et de l'élément marin. » Certains parents accompagnent leur enfant mais restent sur le bord. Pour Erwan, infirme moteur cérébral, le contact avec l'eau est une épreuve qu'à chaque fois il lui faut vaincre. Il y a eu



# ts sont des champions »

d'abord cette curieuse sensation de légèreté, cette peur du déséquilibre, cette absence de contrôle, ce corps qui ne réagit plus de la même façon. Puis, le poids de cette bouteille d'air sur le dos, le contact dans la bouche de l'embout de caoutchouc, cette arrivée d'air qu'il faut contrôler, ce masque qui colle, s'embue et ce rythme respiratoire qu'il faut gérer.

## La dose de bonheur

Et puis les choses se sont installées. Avec patience, tranquillité et beaucoup de confiance. La respiration s'est faite sereine, la voix de l'accompagnateur rassurante. Les oreilles immergées, à l'écoute de la musique que diffusent en stéréo les deux enceintes sous-marines, Erwan découvre dans l'eau une émotion nouvelle. Comme une étrange sensation de liberté...

« D'emblée, nous avons été surpris de l'engouement extraordinaire qu'a suscité la plongée sous-marine », confie unanimement M. Jézéquel et M. Domalain. « Les difficultés des enfants se trouvent considérablement amoindries dans l'eau. Ils progressent de manière spectaculaire. » Ici, chacun avance à son rythme. Le résultat se mesure à la dose de bonheur et de bien-être qu'exprime l'enfant. Pour Chantal Naud, kinésithérapeute, « les effets de l'activité sont évidents tant au niveau du bien-être que de l'aisance corporelle. Dans l'eau, les enfants acquièrent une conscience corporelle et comprennent mieux comment dissocier les membres inférieurs des membres supérieurs. On peut travailler l'amplitude respiratoire. Ils sentent mieux la limite de leur corps. Par exemple, une pirouette n'est pas possible en dehors de l'eau. C'est une expérience pourtant très riche pour découvrir l'espace. Pour cer-

## Histoire

Le 1er mars 1922, le sanatorium marin de Trestel ouvrait ses portes dans l'ancien hôtel de la plage avec quarante lits pour enfants et adolescents. L'établissement fonctionnera ainsi jusqu'au milieu des années cinquante. Le Dr Fitte, alors médecin-directeur, transforme en 1957 l'ancien "sana" en centre héliomarin. Il s'oriente vers la rééducation avec la construction d'un service de balnéothérapie et d'une piscine d'eau de mer chauffée (longueur : 25 m; profondeur maxi : 1,80 m). En 1968, l'établissement développe un service de rééducation pour adultes. Rattaché au centre hospitalier Pierre le Damany de Lannion, depuis le 1er janvier 1989, il est rebaptisé "centre de rééducation et de réadaptation fonctionnelles en milieu marin". Il dispose aujourd'hui de quatre-vingt-quatorze lits pour adultes et vingt-cinq lits pour enfants.

Centre de rééducation et de réadaptation fonctionnelles en milieu marin  
rue Trestel, BP 2, 22660 Trévou-Tréguignec

☎ 02 96 05 65 65, Fax : 02 96 05 65 09

**Un autre centre propose une activité de plongée sous-marine**

**Le centre Dr Bouffard-Vercelli dispose de six bassins de balnéothérapie.**

**Il propose entre autres, une activité de plongée sous-marine aux adultes.**

**Cap Peyrefite Route de Banyuls 66290 Cerbère ☎ 04 68 88 75 00 Fax 04 68 88 75 88**

**Fédération des activités aquatiques d'éveil et de loisirs**

**5 cité Griset 75011 Paris ☎ 01 43 55 98 76**

**Cette fédération dispose d'antennes dans toute la France.**

tains, la première pirouette occasionne presque un choc émotionnel! »

Trois types de plongée sont au programme. Celle totalement autonome avec l'ensemble de l'équipement : gilet de stabilisation, bouteille, masque et palmes. La plongée assistée : elle nécessite l'accompagnement d'un moniteur pour faire face aux éventuels problèmes de déséquilibre. Celle enfin, dépendante pour les enfants sans motricité. Deux groupes ont été constitués, correspondant aux modes de prise en charge de l'établissement. L'un pour les enfants en hospitalisation complète ou hôpital de jour; l'autre pour les enfants suivis par le Service d'éducation spéciale et de soins à domicile (Sessad) ou les services de consultation externe. Soit un total de dix-huit enfants âgés de six à seize ans, présentant un handicap neuro-moteur, avec plus ou moins de troubles associés : malades neuro-musculaires, myopathes, IMC, enfants cérébro-lésés, spina-bifida...

« C'est la présence du Sessad qui nous a incités à quitter la Normandie pour venir en Bretagne », confie la maman de Solenn. « Cette structure permet aux enfants d'être suivis en restant à la maison. Quand on nous a proposé l'activité plongée, on a

tout de suite été partants tout en nous disant que ça allait sûrement être dur! Solenn a douze ans. Elle n'aimait pas l'eau du tout. Nous avons d'abord été effrayés en voyant la taille des bouteilles. Et puis, tout s'est très bien passé; les accompagnateurs ont pris beaucoup de temps pour la rassurer. Solenn ne sait pas nager mais elle arrive à se déplacer dans l'eau depuis l'âge de cinq ans et demi. Aujourd'hui, elle plongerait bien huit fois par semaine! Elle n'a peur de rien. Du coup, je me suis mise aussi à la plongée. Cela m'arrive d'être accompagnant, mais pas avec elle. Jamais avec son enfant, ça évite les conflits! » Pour une autre maman, de deux jeunes enfants handicapés, la plongée a ouvert des horizons nouveaux : « A l'école, la maîtresse avait peur de prendre mes enfants pour l'activité piscine. Je la comprends... Elle craignait qu'ils glissent ou qu'il n'arrive quelque chose. Au foot, mon fils reste souvent sur la touche car il ne peut pas courir. Depuis qu'ils font de la plongée, ils se sentent valorisés. Là, ils sont champions et puis c'est une activité que les autres enfants ne font pas. L'autre jour, mon fils m'a dit : "oh, maman, tu sais, dans la vie, courir c'est pas très important, mais