

Christophe Chabot, éducateur sportif : « ce métier va bien au-delà du sport »



En fauteuil roulant, chaque geste ou presque relève du sport. Pour aider les personnes handicapées à la suite d'un accident ou d'une maladie à vivre au quotidien le mieux possible, Christophe Chabot met depuis trente ans ses compétences et son dynamisme à leur service.

Entré au CHU en 1980 en tant qu'agent de service hospitalier, Christophe Chabot intègre en 1987 le service de rééducation et de réadaptation fonctionnelle. Il y met à profit son expérience d'ancien sportif de haut niveau en créant une salle de sport... assez sommaire : « La fonction d'éducateur sportif n'existait pas à l'époque à l'hôpital. Avec le soutien des professeurs Brigitte Perrouin-Verbe et Jean-François Mathé, j'ai pu aménager, dans un premier temps, une salle de bric et de broc en faisant de la récup' dans les vide-greniers... »

Au fil des années, la pratique d'activités sportives fait la preuve de son intérêt dans la rééducation des patients. En 1993, à l'ouverture du plateau technique du pôle médecine physique et réadaptation, Christophe est chargé de la mise en place d'une salle de sport pourvue de tous les équipements nécessaires. Depuis 2005 et la réorganisation de la structure sport-animation-réinsertion sociale et professionnelle, il est officiellement responsable des activités sportives du pôle.

« Selon la prescription médicale, le programme quotidien des patients inclut kinésithérapie, sport, ergothérapie... Nous accueillons essentiellement des personnes en phase aiguë et disposons de peu de temps. Le plus souvent, il leur faut d'abord admettre qu'elles ne marcheront plus ou ont des fonctions physiques diminuées, et apprendre à vivre en fauteuil avec tout ce que ça implique. Dans le cas de paraplégiques et sauf complications médicales, le temps d'hospitalisation en MPR est de trois mois seulement. Pour les tétraplégiques, le séjour dure un an et peut se prolonger jusqu'à trois ans si des interventions chirurgicales sont réalisées. »

C'est court, et c'est long... Comme une oasis dans l'hôpital, la salle de sport est un espace de convivialité : « Ici, tout le monde se tutoie, on s'appelle par nos prénoms. On peut venir causer, boire un café, se plaindre, rigoler, pleurer, se ressourcer... » On y vient évidemment aussi et surtout pour travailler : « Lorsque certains organes ne fonctionnent plus, il faut développer les muscles des parties valides pour compenser. Déplacer un fauteuil, passer du fauteuil au lit, du lit au fauteuil, à la voiture, etc., cela exige de solides biceps. Il faut aussi apprendre un nouvel équilibre. Tout cela est facilité par la musculation

et la pratique de sport adaptés. Ça aide les patients à accepter leur nouveau corps, à se sentir mieux dans leur tête et à admettre ce qui peut sembler d'abord inadmissible. La salle de sport participe activement à la reconstruction de la personne. »

En amont, un travail de prévention

Le travail de l'éducateur sportif va donc bien au-delà du sport : « Notre rôle, en lien étroit avec les autres professionnels, est plus largement d'aider les personnes à retrouver leur place dans la société. Il est essentiel pour nous d'avoir une grande connaissance du handicap et de tout ce qu'il implique physiologiquement pour pouvoir en parler librement et précisément, proposer à chacun les activités qui lui conviennent le mieux, et comprendre ses difficultés physiques et morales. On est tous un peu psychologues... »

Christophe a instauré de multiples partenariats pour financer ou cofinancer de nouveaux équipements. Ainsi, une voiture adaptée pour préparer les patients à l'examen du permis spécial conducteur handicapé et un minibus qui permet de nombreuses sorties : « Aller en ville en fauteuil, au début, c'est moins difficile à plusieurs. Cela permet de se confronter plus progressivement à la réalité, au monde extérieur, au regard des autres, se préparer à la sortie. C'est aussi l'occasion de prendre l'air et de pratiquer d'autres sports : golf, pirogue, kart... De voir que la vie continue... différemment... » Les liens noués avec le Lion's club ont amené cette association à offrir au service une console wii avec un grand écran : « Certains, qui ne peuvent presque plus bouger, retrouvent ainsi le plaisir d'un mouvement, même virtuel. De plus, nous avons constaté que cette activité ludique leur permet souvent de faire de réels progrès, même s'ils semblent minces. Parvenir à actionner un interrupteur, par exemple, ça n'a l'air de rien mais, lorsqu'on en était devenu incapable, c'est énorme. »

Aider les handicapés à acquérir un maximum d'autonomie est pour Christophe et les deux collègues qu'il a formés une préoccupation constante. Mais, au-delà de ce rôle essentiel, Christophe pense à la prévention : « 90% de nos patients sont des victimes d'accidents de la route, le plus souvent causés par l'alcoolémie au volant. C'est pourquoi, depuis une dizaine d'années, j'accueille environ 1 000 personnes chaque année, collégiens, lycéens, employés d'entreprises, pour les sensibiliser au risque encouru. Des patients viennent témoigner. C'est toujours très intense et, j'espère, très marquant pour les participants. »