

# RENCONTRE AVEC MARIE-AMELIE LE FUR

Lundi 10 septembre 2018, toutes les classes de CM2 de Vendôme ont été invitées à une rencontre avec Marie-Amélie Le Fur. Cette journée, organisée par la ville de Vendôme a eu lieu au lycée Ampère et au stade Léo Lagrange.



## Interview d'une championne

(Camille Perrichon) : **Où êtes-vous née ?**

(M-A L F) : Je suis née à Vendôme et j'ai grandi à Naveil, où mes parents habitent toujours.

(Chloé) : **Quel âge avez-vous ?**

(M-A L F) : J'ai 30 ans.

(Sofia) : **Pourquoi avez-vous choisi l'athlétisme comme sport ?**

(M-A L F) : En fait, je n'avais pas très envie de faire de l'athlétisme au départ, mais ma grande sœur ne voulait pas en faire toute seule alors j'en ai fait avec elle. Et puis après j'étais tellement contente d'y retrouver mes copains et copines que je ne voyais pas à l'école, que j'ai voulu continuer pour pouvoir les voir.

(Nola) : **A quel âge avez-vous commencé l'athlétisme et le saut en longueur ?**

(M-A L F) : J'ai commencé l'athlétisme à 6 ans, et le saut en longueur en 2005.

(Wesley) : **Pourquoi avez-vous une prothèse ? Que vous est-il arrivé ?**

(M-A L F) : Le 31 mars 2004, alors que j'allais à l'entraînement, j'ai eu un très grave accident de scooter. Une voiture m'a propulsée à 20 m et a abimé mon pied. Les médecins ont fait beaucoup d'opérations pour essayer de sauver mon pied mais le sang ne circulait plus à l'intérieur. Il était en train de mourir. C'est pour cela qu'il fallait mieux m'amputer. Heureusement que mes parents étaient très sévères sur la tenue que je devais porter pour circuler à scooter, car si je n'avais pas eu mon casque aujourd'hui je ne serais plus là. Et, si je n'avais pas porté de gants, de blouson et de pantalon, j'aurais eu en plus des brûlures très graves qui m'auraient obligée à être soignée bien plus longtemps.

(Sarah) : **Pourquoi avez-vous repris le sport tout de suite après votre accident ?**

(M-A L F) : Parce que j'en avais besoin. Quand on m'a dit que si je gardais mon pied je ne pourrais sans doute plus marcher, mais que si on m'amputait je pourrais reprendre le sport, même si ça a été dur à entendre, j'ai préféré être amputée car je voulais refaire du sport. C'est la passion qui m'a donné le courage de reprendre le sport.

(Achille) : **Marie-Amélie Le Fur, est-ce facile de sauter avec une prothèse ? Est-ce la sensation d'un ressort ?**

(M-A L F) : La sensation est comme de marcher avec des échasses. C'est-à-dire qu'on ne ressent pas les aspérités (petits trous, bosses..) du sol.

(Juliette) : **Combien de temps vous entraînez-vous par jour ?**

(M-A L F) : Je m'entraîne environ 4 heures par jour, et 20h00 par semaine ou 25h00 dans les périodes de préparation de compétition.

(Elorie) : **Que préférez-vous entre la course et le saut ?**

(M-A L F) : Avant j'aimais la course mais maintenant je fais plus du saut car mes entraîneurs pensent que c'est dans cette discipline que je peux davantage progresser.

(Anaïs) : **Depuis quand participez-vous aux jeux paralympiques ?**

(M-A L F) : J'ai commencé les jeux paralympiques en 2008 à Pékin.



(Enzo) : **Quelle épreuve préparez-vous pour les jeux de Tokyo ?**

(M-A L F) : Je prépare le saut en longueur pour les jeux de 2020.

(Zélie) : **A cause de votre accident, êtes-vous plus fragile ?**

(Marie-Amélie Le Fur) : Non, je suis plus forte moralement car mon accident m'a obligée à me dépasser. Et, physiquement, je ne souffre pas plus que vous sauf comme je me blesse, comme vous.

(Constant) : **Est-ce que vous avez un métier ?**

(M-A L F) : Oui, j'ai un métier. Je travaille chez EDF, en tant que chargée de communication, pour parler de la façon dont EDF aide le handisport et les personnes handicapées.

(Martin) : **Etes-vous contente d'être championne ?**

(M-A L F) : Oui, ma plus belle victoire, c'est en 2005, quand j'ai été championne de France du 200 m et où j'ai établi un nouveau record de France. La veille, alors que normalement j'aurais dû faire un très bon résultat en saut en longueur, j'avais complètement raté les qualifications et je n'ai pas pu participer à la finale. J'ai beaucoup pleuré, mais mes entraîneurs m'ont dit que l'on reconnaissait un champion à sa capacité à continuer à croire en soi après un échec....et le lendemain j'ai battu un record en vitesse !! C'était magnifique pour moi !

(Camille F) : **Comment les personnes sont-elles classées dans les catégories handisport ?**

(ndlr) : Elles sont classées selon le type de leur handicap.

Les classes sont toujours constituées d'une lettre et d'un premier chiffre La lettre correspond au type d'épreuve :

« T » pour « Track » = « piste » qui correspond aux Courses ou aux sauts.

« F » pour « Field » = « champ » qui correspond aux lancers.

Le premier chiffre est la dizaine qui correspond à la famille de handicap :

10 = déficiences visuelles

20 = déficiences intellectuelles

30 = déficiences d'origine cérébrale

40 = amputations ou assimilés

50 = déficiences motrices suite à atteinte de la moëlle épinière ou assimilées

Ex : T20 correspond aux Course destinées aux déficients intellectuels. Il s'agit donc de handicaps physiques (classes 30, 40 et 50), de handicap sensoriel (classes 10) et de handicap intellectuel (classe 20).

Le second chiffre correspond le plus souvent à la gravité de l'atteinte. Plus ce chiffre est bas, plus l'athlète est handicapé.

Ex : Marie-Amélie Le Fur est classée dans la catégorie T44

### **Les ateliers d'athlétisme valides**

Nous avons participé à 4 ateliers pour les personnes valides (sans handicap) :

- Saut en longueur et triple bond
- Lancer de vortex (distance et précision)
- Course de relais et de haies
- Parcours de motricité (slalom, cerceau et plots)



Pour toutes ces activités nous avons fait appel à toutes les parties de notre corps !!

### **Les ateliers d'athlétisme avec mise en situation de handicap**

L'après-midi, nous avons recommencé les ateliers (avec 3 en complément) mais avec une mise en situation de handicap :

- Saut en longueur et triple bond avec un bras en écharpe,
- Lancer de vortex assis sur un banc (distance), ou avec un œil fermé (précision),
- Course de vitesse les yeux bandés avec un guide qui devait donner la main et parler au coureur,
- Parcours de motricité avec les yeux bandés et un guide,
- Course en fauteuil roulant,
- Football les yeux bandés avec un ballon-grelot
- Boccia : jeu de pétanque sans les bras avec une personne valide qui tient une gouttière qu'elle tient et où elle fait rouler la boule selon les indications de la personne en situation de handicap. La personne valide est placée dos au jeu.

Ces ateliers nous ont permis de nous rendre compte de ce que vivent les personnes handicapées. C'était très différents quand on réalisait les activités en situation de handicap.

### **Conclusion**

Cette journée a été importante car nous avons eu la chance de rencontrer Marie-Amélie Le Fur, une grande championne. Nous avons pu comparer l'athlétisme valide et handisport, et nous rendre un peu compte de ce que vivent les personnes handicapées tous les jours. Cela nous a permis de changer de regard sur le handicap.



Leçon de boccia par Marie-Amélie Lefur.



Quelques explications sur le maniement du fauteuil avant le départ.



Distribution d'autographes et photo avec la championne.

