

2 GRAND ANGLE

ASA-VALAIS L'association d'aide aux personnes handicapées mentales croit aux vertus des Chanter et danser pour

CHRISTINE SAVIOZ

«Les personnes avec un handicap mental ne sont pas dans la performance, ni dans la comparaison. Elles vivent à fond chaque instant, pour elles. Sans se préoccu-

gnant lors de ses cours. «A chaque fois, il se passe quelque chose. Ce n'est pas spectaculaire, mais on voit que les participants augmentent petit à petit leurs ressources. Ils sont partants pour tout ce qu'on leur propose. Leur enthousiasme



«A chaque cours, les participants accroissent leurs ressources. Ils sont partants pour tout.»

CHANTAL UDRY BRUGNOLO ANIMATRICE DE L'ATELIER «DANSE ET CHANT»

per du regard d'autrui. C'est un vrai bol d'air.» Chantal Udry Brugnolo est animatrice de l'atelier «Danse et chant» pour les adultes handicapés instaurés par l'ASA-Valais (association d'aide aux personnes handicapées mentales) depuis des années. Cette semaine, elle a également commencé à donner ses cours à des enfants avec handicap mental, à Martigny.

Ils gagnent en confiance

Un pas en avant pour l'ASA-Valais. «Nous voulions instaurer des activités pour les enfants, car nous avons remarqué les bienfaits des loisirs sur les adultes. Les personnes gagnent en autonomie, en confiance grâce à l'activité. C'est quelque chose qui les aide à grandir», souligne Olivier Salamin, président de l'ASA-Valais.

Chantal Udry Brugnolo ne le contredira pas. Elle parle avec enthousiasme de l'ambiance ré-

gnant lors de ses cours. «A chaque fois, il se passe quelque chose. Ce n'est pas spectaculaire, mais on voit que les participants augmentent petit à petit leurs ressources. Ils sont partants pour tout ce qu'on leur propose. Leur enthousiasme

est communicatif», lance-t-elle. Même si la patience est de rigueur. «Il faut à chaque fois donner beaucoup d'énergie, c'est une activité très prenante, mais les progrès, même minimes, en valent la peine.» La notion d'accompagnant est d'ailleurs très importante dans cet atelier «Danse et chant». «Comme nous nous connaissons depuis des années avec les adultes suivant le cours, nous avons créé une complicité et une certaine confiance s'est établie», ajoute Chantal Udry Brugnolo.

Un travail en douceur

Le déroulement de l'atelier se passe toujours de la même manière. Il commence par l'accueil des participants avec des discussions sur leurs états d'âme, sur leurs activités de la semaine. «Les participants ont toujours beaucoup de choses à raconter.» Puis, le groupe fait une ronde,



Julien Exquis, Alodie Richard et Cathy Morend, accompagnés par Chantal Udry Brugnolo, chantent pour se faire plaisir avant tout. [CLAUDE COEUDEVEZ]

en se donnant la main. «Le contact physique est important. Cela permet à chacun de sentir qu'on est tous ensemble», précise encore l'animatrice. Les personnes imitent ensuite des petits mouvements faciaux montrés par Chantal Udry Brugnolo. «Ces exercices ressemblent un peu au tai chi, mais ce n'est pas du tai chi. Ils permettent aux participants de se poser, de lâcher les tensions, de se centrer davantage sur soi. Ils n'y

réussissent pas du premier coup, mais ils font au mieux.»

Sur des airs de Joe Dassin

Place ensuite à la musique et au mouvement. L'animatrice propose aux personnes de choisir leurs chansons préférées – ce sont souvent les airs adorés des parents des participants – comme les tubes de Joe Dassin ou Claude François. Chacun danse, bouge, et s'essaie au

chant. «Certains bougent peu et ne chantent pas, mais ils participent au groupe à leur manière. Ils sont avec nous dans le cercle.»

Tous peuvent laisser libre cours à leur créativité. Une manière aussi de sortir des murs de l'institution où ils résident. «Là, il n'y a plus la peur de vivre autre chose», ajoute Chantal Udry Brugnolo. L'affectif est également très présent. Les participants s'entraident. Chacun est conscient

d'avoir un rôle à jouer, d'avoir sa place. A chaque cours, l'émotion domine. «Avec les personnes handicapées, on est plus dans le plaisir, car comme elles sont souvent très médicalisées, il y a une certaine lourdeur dans le corps. On se rend compte des fortes émotions qu'elles ressentent; par exemple, certains pleurent quand on parle du spectacle qu'on jouera en juin à la Castalie. Tout se vit intensément», conclut Chantal Udry Brugnolo. ●

PRATIQUE

DEUX ATELIERS POUR LES ENFANTS

– Les ateliers «Danse et chant», donnés par Chantal Udry Brugnolo, ont lieu les mardis soirs à Monthey pour les adultes, et – depuis cette semaine – les mercredis soirs à Martigny pour les enfants. Les inscriptions sont toujours possibles pour les ateliers enfants, auprès de l'ASA à Sion au 027 322 17 67.

Les adultes du cours «Danse et chant» donneront un petit spectacle le 18 juin à la Castalie de Monthey.

– Véronique Vélén, art thérapeute, donne également un cours intitulé «Les p'tites vadrouilles» pour les enfants avec handicap mental, depuis cette semaine à Sion. Ces cours enfants-adolescents sont organisés avec la collaboration du service de l'action sociale et l'office de l'enseignement spécialisé.

– Quatre enfants seront intégrés individuellement dans des cours d'art plastique existants en collaborations avec les écoles de Sion.

Se former et se divertir, c'est exister

CHRISTINE SAVIOZ

«Handicap: se former et se divertir, c'est exister!» C'est avec ce nouveau slogan que l'ASA-Valais (association d'aide aux personnes handicapées mentales) a démarré ce printemps 2011. «Nous voulons donner le message que l'intégration socio-culturelle est très importante pour les personnes handicapées», explique Olivier Salamin, le directeur de l'ASA-Valais.

Les activités ne cessent d'ailleurs d'augmenter au sein de l'association. En 2010, les heures de cours se sont montées à 1050, alors qu'elles se situaient à 900 en 2006. «Nous sommes fiers d'avoir pu étoffer notre offre de cours pour proposer une large palette de loisirs aux intéressés», note le directeur.

Sans oublier l'organisation de séjours, notamment à la Pension La Forêt à Vercorin – propriété de l'ASA-Valais. L'établissement, accessible aux personnes à mobilité réduite, compte 4000 nuitées par année. «C'est une structure qui fonctionne comme un établissement hôtelier, où les clients peuvent dormir et prendre les repas.» Plusieurs projets sont en cours d'étude, comme des soirées culture et loisirs. «Nous pourrions organiser une sortie à la Ferme-Asile pour des soirées

contes par exemple. Ou alors, proposer aux personnes intéressées de les accompagner à un match de football. Nous avons eu beaucoup de demandes dans ce sens», raconte Olivier Salamin.

Car les personnes avec handicap mental restent avant tout des êtres humains avides de rencontres et d'activités de loisirs nourrissantes. Ainsi l'ASA-Valais planche même sur un projet de rencontres «et plus si affinités». «Cela permettrait aux personnes handicapées d'élargir leur réseau avec des personnes de toute la Suisse romande. Nous envisageons de mettre en place une animation permettant de déglacer les premières rencontres», ajoute Olivier Salamin.

Cap sur l'intégration

L'ASA-Valais, qui a fêté son demi-siècle l'an dernier, mise sur plus d'intégration des personnes handicapées dans le monde des personnes sans handicap. Particulièrement pour les enfants. Elle lutte ainsi pour maintenir l'intégration scolaire des écoliers avec handicap dans la scolarité classique. «C'est un plus pour tout le monde.» Une intégration qui doit se faire aussi dans les loisirs. Cette année par exemple, quatre enfants avec handicap seront intégrés dans des cours existants d'arts plastiques pour

des enfants sans handicap.

Chez les adultes, l'intégration des personnes avec et sans handicap est également importante dans les activités culturelles. La compagnie Pixels, rassemblant des danseurs avec et sans handicap, en est un bel exemple. Ces

changer physiquement. Ils étaient arrivés avec les épaules voûtées et une attitude de repli sur eux-mêmes, et ensuite ils se sont ouverts, détendus», nous avait confié à

l'époque Florence Fagherazzi, la chorégraphe de la compagnie Pixels. Quand l'ouverture physique rejoint l'ouverture d'esprit... ●

«L'intégration culturelle est importante pour les handicapés.»

OLIVIER SALAMIN DIRECTEUR DE L'ASA-VALAIS

danseurs ont présenté le spectacle «Sur le fil» l'an dernier à Morges et à Fully, pour les cinquante ans de l'ASA-Valais. L'expérience a permis de dépasser les différences. Le projet a également été l'occasion pour les personnes handicapées de s'ouvrir. «J'ai vu des gens



DR

activités culturelles. Elle ouvre deux ateliers pour les enfants à Sion et Martigny.

grandir à son rythme



L'an dernier, la complicité était visible entre les personnes avec et sans handicap dans le spectacle de la Cie Pixels à la belle Usine à Fully. [GIANLUCA COLLA]



L'affectif reste vital pour les personnes handicapées mentales. [GIANLUCA COLLA]



Les séjours d'été sont toujours très prisés. [DR]

Des animations à la carte

Fêtes et autres animations ont marqué 2010, année des 50 ans de l'ASA-Valais. Petit récapitulatif des événements.

DANSE Le spectacle de danse «Sur un fil» de la Compagnie Pixels a été l'un des événements de l'année. «Cela a été une belle rencontre humaine. Et l'aventure continue puisque nous préparons un nouveau spectacle», souligne avec enthousiasme Florence Fagherazzi, la chorégraphe. Les dates des représentations du nouveau spectacle ne sont pas encore connues.

MUSIQUE Les personnes handicapées ont également pu se produire lors d'un concert de percussions du groupe Simpa et

d'une soirée chants avec la chorale Le cœur qui danse et chante. «Cette soirée s'est passée dans une ambiance très particulière. Une vraie magie s'est installée entre les chanteurs et le public. C'est un souvenir privilégié», raconte Chantal Udry Brugnolo, l'animatrice de l'atelier «Danse et chant».

VOILE Les événements festifs du 50e anniversaire ont également emmené les participants au bord du lac Léman, via la fête du club Régate de l'ASA-Valais. Car l'association offre la possibilité aux intéressés de suivre des cours de voile de base, sur deux ans. «Ensuite, les personnes peuvent soit effectuer des week-ends de plaisance, soit inté-

grer notre club Régate qui affronte d'autres groupes de voiles dans des régates», explique Olivier Salamin, le directeur de l'ASA-Valais.

THÉÂTRE La troupe de L'Evadé a présenté le «Voyage de Râma» en 2010. Elle fêtera ses 20 ans cette année, à la belle Usine de Fully les 22-24 et 25 juin. **ocs**

INFO

Plus de renseignements auprès de: ASA-Valais, avenue de Tourbillon 9, 1950 Sion, au 027 322 17 67 ou par mail à info@asavalais.ch
Un nouveau site internet est en ligne sur www.asavalais.ch.



Moment de détente au bord du lac Léman. [DR]

PUBLICITÉ



Notre **nouvel espace chaussures de 350 m²** pour femmes, hommes et enfants, ouvre à **Sion**. Pour fêter son inauguration, nous vous offrons un **rabais découverte de**

20%

sur tout notre assortiment.
Valable jusqu'au 9 avril

De multiples marques pour un choix unique!

Geox – Unisa – Tommy Hilfiger – Roberto Festa
Pretty Ballerinas – Tamaris – Peter Kaiser – Ara
Rieker – Clarks – Les Tropéziennes – Chelini
Birkenstock – Timberland – Hugo Boss – Camper
Kickers – Aigle – Bopy – Converse – Nike ...

Aeschbach
chaussures - sport

Sion, rue de la Porte-Neuve 10