



vie sociale c'est mon histoire

« Ma vie de sportive m'aide à appréhender différemment mon handicap. »

À Clermont-Ferrand, au sein de l'ASM Omnisports section Handisport & sport adapté, Orane Brouillet, 32 ans, pratique le rugby fauteuil en compétition depuis six ans. Cette ingénieure en informatique est d'ailleurs la seule femme de l'équipe jaune et bleu.

« J'ai toujours été très attirée par le sport. Pourtant, dans mes premières années d'école élémentaire, en milieu ordinaire, mes professeurs se sont obstinés à me laisser de côté en raison de mon handicap. Mais plus je ressentais de la frustration, plus l'envie de pratiquer une activité sportive grandissait. Tout a changé à l'entrée au Collège Toulouse-Lautrec* à Vaucresson (Hauts-de-Seine). Quatre heures de sport par semaine, le rêve. J'ai pu m'épanouir et montrer ce dont j'étais capable. Faire du sport a toujours été synonyme d'autonomie. Ce mot signifie pour moi rester maître de son quotidien.

Le sport, mon équilibre

Le déclic a vraiment eu lieu après les Jeux paralympiques d'été de 2012 à Londres. Voir tous ces athlètes m'a vraiment confortée dans mon idée de laisser le sport prendre plus de place. Et quand les hasards de la vie m'ont conduite à m'installer à Clermont-Ferrand, je n'ai pas mis longtemps avant de pousser la porte de la section Handisport & sport adapté de l'Association sportive montferrandaise (ASM).

J'ai très vite accroché avec le rugby fauteuil, sport mixte. Il est vrai qu'en tant que fille, vous représentez parfois le maillon faible mais j'ai vite su me faire accepter par le reste de l'équipe.

Aujourd'hui, je m'entraîne de quatorze à seize heures par semaine. La pratique quotidienne est devenue essentielle à mon équilibre. Je me rends compte aussi que



© Charlotte Moreau

cette vie de sportive m'aide à appréhender différemment mon handicap. Contrairement à ce que beaucoup de personnes imaginent, être handicapé.e de naissance ne veut pas dire qu'on accepte mieux sa situation. C'est un long travail de résilience que j'ai entrepris depuis l'enfance. Je souffre de paralysie cérébrale due à une grande prématurité.

Le sport s'est révélé un bon complément aux séances de kinésithérapie pour m'entretenir physiquement.

Esprit de compétition au féminin

J'aime la compétition et espère un jour rejoindre l'équipe de France de rugby fauteuil. Nous sommes encore trop peu de joueuses en France. Mon ambition ? Promouvoir une pratique féminine de ce sport. J'ai eu la chance de participer à la Women's World Wheelchair Rugby, une compétition internationale entre joueuses du monde entier, à Houston aux États-Unis

Orane Brouillet s'entraîne de quatorze à seize heures par semaine. Pour elle, faire du sport va de pair avec l'autonomie : celle qui permet de rester maître de son quotidien.

où j'ai remporté l'Awards de la meilleure joueuse défensive. C'était très motivant d'échanger avec toutes ces femmes.

Je suis aussi régulièrement sollicitée pour apporter mon témoignage de sportive handisport. Ces rencontres me rendent très optimiste sur l'évolution du regard sur le handicap. Sans doute qu'à travers la découverte du rugby fauteuil, encore méconnu, je peux faire passer beaucoup de messages. Mon principal objectif ? Montrer que les femmes handicapées ont, elles aussi, l'esprit de compétition et peuvent prétendre au haut niveau. »

propos recueillis par Claudine Colozzi

* Établissement régional d'enseignement adapté. Un Sessad lui est rattaché.

Retrouvez l'actualité d'Orane Brouillet sur <https://oranebrouillet.fr>

Pratiquer une activité physique et sportive

Athlétisme, rugby fauteuil, tennis, judo, natation... Pour trouver une activité à côté de chez vous, renseignez-vous auprès de :

- La fédération française Sport pour tous : www.sportspourtous.org
- Le groupe associatif Siel Bleu : www.sielbleu.org
- La fédération française handisport : www.handisport.org (onglets "Sports" puis "Choisir un sport" et "Trouver un club : où pratiquer ?")