

Dijon : du sport pour aller mieux



1 Jeudi, lors de sa journée de sport adapté, La Chartreuse a également accueilli Charles Rozoy, champion paralympique de natation, ici au centre. 2 Jeux de raquettes, activités aquatiques, sports collectifs sont proposés toute l'année au centre hospitalier. Photos F. J.



2 Jeux de raquettes, activités aquatiques, sports collectifs sont proposés toute l'année au centre hospitalier.
Photos F. J.

Le centre hospitalier La Chartreuse propose, toute l'année, une dizaine d'activités de sport adapté avec, elles aussi, de fortes vertus thérapeutiques.

Assis sur le bord de la structure gonflable d'escalade installée près du terrain de football, Yannick(1) souffle un peu. Il vient de gravir sans peine la pointe prêtée par Cime Altitude 245, la salle située dans le quartier des Grésilles à Dijon.

Pendant toute la journée, Yannick a enchaîné les ateliers proposés sur le terrain et dans le gymnase tout proche : badminton, ping-pong, foot... Il transpire comme un sportif qui a l'habitude de se dépenser. D'ailleurs, son truc, c'est le rugby, qu'il a pratiqué au Stade dijonnais ou à Nuits-Saint-Georges. Mais ses problèmes psychologiques l'ont coupé dans son élan et obligé à fréquenter assidûment une des structures gérées par le centre hospitalier La Chartreuse. C'est là qu'il a participé, jeudi, à la journée de sport adapté. « Ça me permet de me vider la tête », raconte-t-il. « Aujourd'hui, sans cette journée de sport, je serais sans doute resté dans ma chambre à tourner en rond avant de tout retourner. »

Des activités toute l'année

La Chartreuse propose ainsi, tout au long de l'année, une dizaine d'activités de sport adapté, encadrées par une trentaine d'intervenants (infirmiers, aides-soignants ou aides médico-psychologiques). Pour sortir les patients du strict cadre de soins et les aider à aller mieux en marquant un but ou en réussissant un revers gagnant.

(1) Le prénom a été modifié.