

## A Chacun son Everest !, pour mieux vaincre la maladie

Depuis 1994, l'association A Chacun son Everest ! aide des enfants atteints de cancer ou de leucémie à surmonter leurs difficultés et à pratiquer des activités en montagne. Depuis 2005, des stages en montagne sont organisés pour permettre aux petits patients de se dépasser, quel que soit leur handicap.

« **E**stelle est rentrée enchantée de son séjour parmi vous. Socialement, elle a fait un grand pas en avant, elle est plus ouverte aux autres et aime raconter ses aventures... » Ainsi s'exprime Anne, la mère d'Estelle, une petite fille qui a suivi en juin 2009 un stage de fauteuil-tout-terrain (FTT) organisé par l'association A Chacun son Everest !<sup>1</sup>.

Créée en 1994 par le docteur Christine Janin et le professeur André Baruchel, l'association a pour objectif d'aider les enfants atteints de cancer ou de leucémie à "guérir mieux" en leur donnant la possibilité de participer à des activités en montagne. Symboliquement, explique-t-on à l'association, il s'agit pour nos participants de réaliser l'ascension de leur propre Everest, c'est-à-dire de surmonter les épreuves de la maladie pour atteindre leur sommet: la guérison ou au moins, le fait de vivre le mieux possible malgré leur handicap.

### Les moyens

La salle d'escalade A Chacun son Everest ! de la Maison de Chamonix (74) est un outil unique. Construite en 2001, c'est la seule installation de cette envergure spécialement adaptée aux enfants et aux personnes malades et/ou handicapées. Près de 80 voies sont installées sur plus de 500 m<sup>2</sup> de surface grimvable. Contrairement aux salles classiques, cet espace est conçu de façon à présenter de nombreuses voies d'initiation et "voies enfant" ainsi

### A Chacun son Everest ! en chiffres

Chaque année, 15 à 20 semaines de stage, prises en charge à 100 % par l'association, sont organisées pour environ 250 enfants (groupes de 12 à 15 par semaine). Depuis 1994, plus de 2 700 enfants ou adolescents ont atteint "leur Everest" et près de 200 séjours ont été mis en place. 21 services d'onco-hématologie pédiatrique dans toute la France sont partenaires de l'association.

Pour en savoir plus : [www.achacunsoneverest.com](http://www.achacunsoneverest.com)



Symboliquement, il s'agit pour les participants de réaliser l'ascension de leur propre Everest, c'est-à-dire de surmonter les épreuves de la maladie.

que d'autres dédiées aux experts.

Les principaux aménagements de la salle s'avèrent particulièrement utiles lors des stages adaptés :

- des plans inclinables montés sur système hydraulique permettent de moduler le niveau des voies. L'angle négatif rend l'ascension plus difficile, l'angle positif facilite l'accès aux personnes à mobilité réduite ou affaiblies physiquement ;
- une arche centrale creuse et équipée d'un treuil permet aux personnes à mobilité réduite de se hisser tout en haut de la salle pour expérimenter la sensation du vide et la descente en rappel ;
- une zone de blocs permet de s'initier aux techniques de l'escalade en se déplaçant horizontalement sur un parcours ludique.

Le sol est recouvert d'un tapis permettant un accès en fauteuil roulant, tout en garantissant un grand pouvoir d'absorption en cas de chute. Ce dispositif est d'autant plus important pour les enfants convalescents dont la résistance aux chocs peut être amoindrie.

Chaque "voie enfant" est également doublée d'une "voie adulte", ce qui permet, en utilisant toutes les prises, de disposer de voies d'escalade accessibles (aux tout-petits et aux personnes portant des prothèses, par exemple).

## Témoignages

Pour les parents, les stages organisés par l'association A Chacun son Everest ! ont considérablement aidé leur enfant à s'affirmer.

- **Anne, maman d'Estelle (stage fauteuil tout terrain-FTT, juin 2009)** : « Pour Estelle, ce stage qu'elle attendait depuis plus d'un an, lui a permis refaire des choses qu'elle faisait avant. Elle a aimé le FTT avec les chiens de traîneaux, la tyrolienne, la via ferrata<sup>1</sup>, le rappel. Et elle a adoré la boum, alors qu'elle détestait danser avant. Son diplôme trône dans sa chambre. Parmi tous les cadeaux du stage, c'est le mousqueton qu'elle préfère : je crois qu'il est représentatif du séjour.[...] Comme il y a avant et après la maladie, il y a aussi un avant et un après le stage... »

- **Nicolas, papa de Maxime (stage ski assis, mars 2008)** : « Depuis son stage, Maxime a vraiment repris goût à la vie, repris de l'énergie, du poids, de la force. Il se regarde dans la glace... nous sentons que nous sommes sur le bon sentier. Il a souvent parlé de son séjour, ses copains, son pilote [...] bref, une semaine qui a refondé son petit être ! Depuis, il a exprimé et développé une force de caractère qui m'impressionne chaque jour et je sais pourquoi : il fait partie des vainqueurs de son Everest ! »

- **La maman de Perrine (stage ski assis, avril 2006)** : « Je souhaite vous transmettre mon émotion de maman et remercier Christine Janin pour le travail qu'elle consacre à nos enfants. Elle connaît bien notre inquiétude de parents mais elle donne tant de force à nos enfants. Perrine va bien et elle a toujours en tête ce séjour d'avril 2006 lorsqu'elle me dit : "Mais je peux le faire, ça !" »

- **Agnès, infirmière (stage FTT, juin 2005)** : « Les enfants ont vécu une semaine formidable. Tous les moyens leur sont donnés pour dépasser leurs propres limites physiques et atteindre leurs objectifs. Cette semaine me permet de me redonner de l'énergie pour reprendre le travail dans mon service, qui n'est pas toujours facile. Ce stage est exceptionnel pour les enfants : vous leur permettez de se réapproprier leur propre corps par le biais des activités comme l'escalade et la marche, qui étaient quasiment impossibles pour eux. »

### Note

1. Itinéraire sportif aménagé dans une paroi rocheuse, équipé d'éléments spécifiques tels que câbles et échelles destinés à faciliter la progression des randonneurs.

◆ **Le fauteuil tout terrain (FTT)** est né dans le sillage du *mountain bike* dans les collines au Nord de San Francisco (États-Unis). À la fin des années 80, John Castellano, un ingénieur de la Nasa, a l'idée de créer de toute pièce un engin hybride situé à mi-chemin des fauteuils d'athlétisme et des vélos tout terrain (VTT). Le FTT constitue l'outil essentiel des stages adaptés puisqu'il roule aussi bien dans les graviers ou les chemins de terre que sur l'herbe ou encore dans l'eau.

◆ **Le tandem-ski**, fauteuil tout confort fixé sur des skis pilotés par un moniteur spécialisé, permet aux enfants atteints de handicap de goûter aux joies de la glisse. Placés à l'avant et au ras du sol, ils profitent pleinement des sensations. Les accompagnateurs

sont tous qualifiés et la descente s'effectue en toute sécurité.

◆ **La Joëlette** est un fauteuil muni d'une roue unique, conçu pour se faufiler dans les sentiers les plus étroits. Elle est utilisée lors de l'ascension du sommet pour les enfants porteurs d'un handicap trop lourd pour pouvoir marcher, même sur une courte distance. Deux brancards à l'avant et à l'arrière permettent de tracter l'engin.

## Des stages adaptés

En juin 2005 et avril 2006, A Chacun son Everest ! s'est associée à des professionnels du handicap pour initier des stages adaptés aux enfants et adolescents présentant des séquelles physiques (troubles de l'équilibre, cécité, paralysie partielle ou complète) suite à leur maladie, souvent des cancers des os, des ostéosarcomes ou des cancers cérébraux. Les activités, adaptées à la motricité des enfants, sont modulables en fonction de la météo, de la saison et du niveau de forme du groupe.

◆ **Deux types de stages adaptés sont organisés :**

- les stages ski assis durent une semaine, en avril. Activités proposées : tandem ski, escalade, chiens de traîneaux ;

- les stages FTT durent une semaine, en juin. Activités proposées : randonnées à pied ou en FTT, cani-FTT (cross mixant les tandems moniteur/enfant en FTT et attelages de huskies et de malamutes - chiens de traîneaux originaires d'Alaska), parc aventure, escalade.

◆ **Les besoins d'encadrement durant ces stages sont bien plus importants que pour les stages standard.** Au moins un accompagnateur par enfant est nécessaire, certains enfants ayant besoin de soins médicaux ou d'une attention particulière. Des binômes moniteur/enfant sont donc constitués pour permettre un véritable travail d'équipe, de coordination et de dialogue. Ainsi, dans les stages FTT, le jeune est aux commandes pendant qu'un adulte, posté derrière, le pousse dans les montées et le retient dans les descentes. Ce même principe de binôme fonctionne pour les stages ski-assis.

## L'hôpital au cœur de la cordée

Les membres du corps médical ont adhéré dès le début à cette grande aventure qu'ils permettent d'engager bien avant le stage, à l'hôpital même. Ils y soignent les enfants puis, le moment venu, proposent à certains d'entre eux, en fonction de leur état médical et psychologique, de participer à l'ascension. Ils sont aussi présents sur le terrain pour accompagner les enfants jusqu'au bout de leur Everest. Un sommet qui devient aussi le leur... ▶

A Chacun son Everest !  
www.achacunsoneverest.com

### Note

1. L'association A chacun son Everest !, régie par la loi du 1<sup>er</sup> juillet 1901, est reconnue d'utilité publique. Elle est agréée par le ministère de la Santé et des Sports. Membre du Comité de la charte pour le don de confiance, l'association est également labellisée dans le cadre du Plan Cancer. Christine Janin, sa fondatrice, est docteur en médecine et alpiniste (1<sup>re</sup> Française à l'Everest).

### Pour en savoir plus

A Chacun son Everest !  
Arc de Jade  
19, rue du Pré de Challes  
74940 Annecy-le-Vieux  
Tél 04 50 64 09 03  
E mail annecy@achacunsoneverest.com  
Site internet  
www.achacunsoneverest.com