



CHANGER DE REGARD :

# HANDISPORT EN ENTREPRISE

*Coach*me  
Happy





# A PROPOS

---

Nous aidons les entreprises à faire bouger les lignes sur le handicap, avec des actions concrètes, humaines et efficaces.

**Notre mission** : sensibiliser, faire comprendre, faire vivre. Grâce à des ateliers ludiques et participatifs, en présentiel ou à distance, nous créons des moments forts qui changent le regard sur le handicap.

**Conférences, initiations handisport, témoignages** marquants... Chaque intervention est pensée pour parler vrai, impliquer les équipes et ouvrir la voie à une culture d'entreprise plus inclusive.

Parce qu'on n'inclut pas en cochant une case, mais en donnant du sens, en créant du lien, et en donnant la parole à ceux qui vivent le handicap au quotidien.

# NOS VALEURS



## L'HUMAIN AVANT TOUT

Rencontrer un athlète, c'est entendre une histoire vraie. Une histoire de courage, de bascule, de rebond. Ce sont des trajectoires qui inspirent, bousculent, et reconnectent à l'essentiel : le respect, l'entraide, le collectif.



## L'INCLUSION PAR L'ACTION

Pas de grand discours. Chez nous, l'inclusion se vit, se teste, se ressent. À travers des ateliers concrets, sportifs ou interactifs, les équipes expérimentent ce que veut dire "faire avec" plutôt que "faire pour". Et ça change tout.



## CHANGER DE REGARD

Le sport est un levier puissant pour faire évoluer les mentalités. Grâce à des expériences immersives et accessibles, nous aidons vos équipes à dépasser les préjugés, à mieux comprendre le handicap... et à en faire une richesse dans leur quotidien professionnel.

# FORMATS D'INTERVENTION



## L'ATELIER

Des ateliers ludique (basket fauteuil, parcours malvoyant, boccia...) pour expérimenter concrètement le handicap. Un format idéal pour sensibiliser sans moraliser, dans l'action et la bonne humeur.



## LA CONFÉRENCE

Un témoignage puissant d'un athlète ou d'une personne en situation de handicap qui raconte son histoire, ses épreuves, ses victoires. Un format qui touche, fait réfléchir et ouvre au dialogue.



## LA JOURNÉE CLEF EN MAIN

Un temps fort pour mobiliser vos équipes autour du handicap : Olympiades, ateliers de sensibilisation, témoignages... Le tout dans une ambiance conviviale et collective.



# NOS ATELIERS HANDISPORT

---

## SELECTIONNEZ UNE OU PLUSIEURS ACTIVITÉS

1

Cécifoot, parcours malvoyant, basket fauteuil, boccia, sarbacane... Chaque atelier est adaptable à vos contraintes logistiques (surface, nombre de participants, planning).

2

## CHOISISSEZ VOTRE FORMAT

Ateliers simples en rotation, olympiade inclusive en équipes, ou parcours immersif en libre accès. On s'adapte à votre événement et à vos objectifs.

3

## INVITEZ UN ATHLÈTE

En bonus, un(e) athlète peut intervenir pour animer, témoigner et partager son expérience en lien avec les disciplines proposées.

# CARABINE LASER

---

Tir sur cible avec carabines laser, lunettes de simulation de déficiences visuelles pour sensibiliser aux troubles de la vue.

## LOGISTIQUE

Matériel fourni : carabines, cibles, lunettes – animation par 1 intervenant.

## ESPACE REQUIS

- 5 m x 7 m (intérieur ou extérieur, sol plat).

## DURÉE -PARTICIPANTS

Atelier par rotation de 20 min – 10 à 12 personnes par session.





# ESCRIME FAUTEUIL

Duel d'escrime en fauteuil roulant, pour développer coordination, agilité et stratégie dans un contexte de handicap moteur.

## LOGISTIQUE

4 fauteuils, tenues complètes (masques, sous-cuirasses, épées, fleurets) – animation par 1 intervenant.

## ESPACE REQUIS

- 6 m x 10 m (sol lisse recommandé, intérieur ou extérieur sécurisé).

## DURÉE -PARTICIPANTS

Rotations de 30 min – 4 personnes par session.

# CÉCIFOOT

Matches de foot les yeux bandés, guidés à la voix, avec ballon sonore. Sensibilisation à la cécité et au rôle de la communication.

## LOGISTIQUE

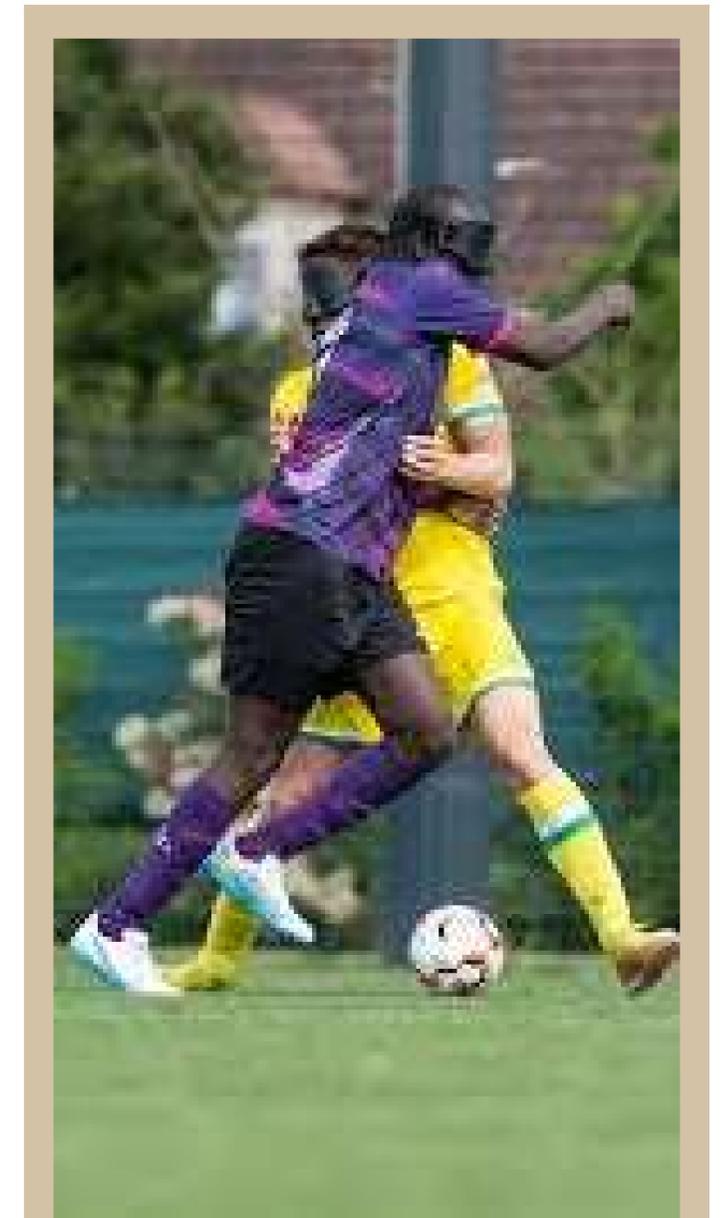
2 mini-cages, balles à grelots, masques de privation visuelle - 1 intervenant.

## ESPACE REQUIS

- 6 m x 10 m (sol plat, sécuritaire).

## DURÉE -PARTICIPANTS

Rotations de 30 min - 10 à 16 personnes par session.





# BASKET FAUTEUIL

---

Matches ou défis de tirs en fauteuil roulant pour expérimenter la mobilité et la coordination en situation de handicap moteur.

## LOGISTIQUE

à 10 fauteuils, ballons, paniers amovibles et chasubles fournis – animation par 1 intervenant.

## ESPACE REQUIS

- 8 m x 15 m (sol lisse recommandé, intérieur ou extérieur sécurisé).

## DURÉE -PARTICIPANTS

Rotations de 30 min – 8 à 10 personnes par session.

# BOCCIA

Sport de précision adapté, proche de la pétanque, pratiqué assis. Idéal pour sensibiliser aux handicaps moteurs lourds.

## LOGISTIQUE

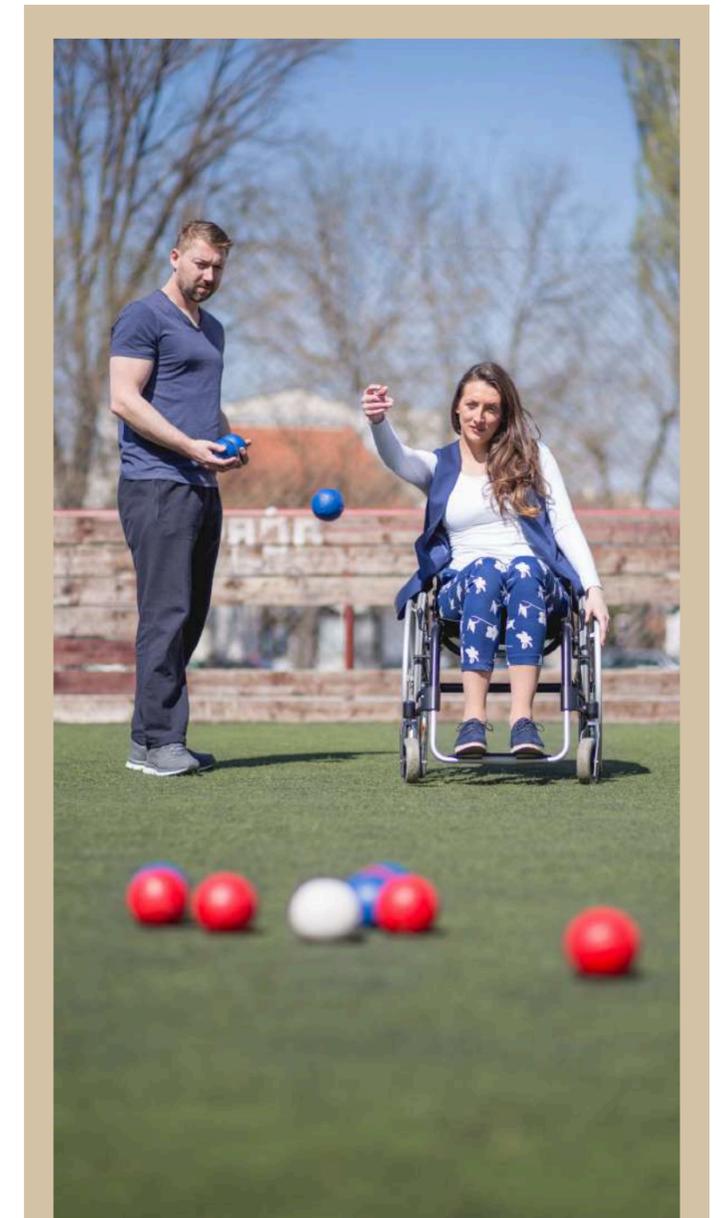
Boules, tapis cible, rampe – 1 intervenant.

## ESPACE REQUIS

- 6 m x 10 m.

## DURÉE -PARTICIPANTS

Rotations de 15 min – 6 personnes par session.





# SARBACANE

Activité de précision ludique et accessible, Chaque participant tire des fléchettes sur une cible à l'aide d'une sarcacane, en position assise ou debout.

## LOGISTIQUE

Cibles, sarcacanes, fléchettes et trépieds fournis - 1 intervenant.

## ESPACE REQUIS

- 8 m x 10 m (intérieur ou extérieur abrité recommandé).

## DURÉE -PARTICIPANTS

Rotations de 30 min - 8 à 12 personnes par session.

# PARCOURS MALVOYANT

---

Un parcours d'obstacles à réaliser les yeux bandés, guidé par une canne de locomotion. Une immersion sensorielle forte pour expérimenter les défis du handicap visuel, développer l'écoute et repenser la notion d'accessibilité.

## LOGISTIQUE

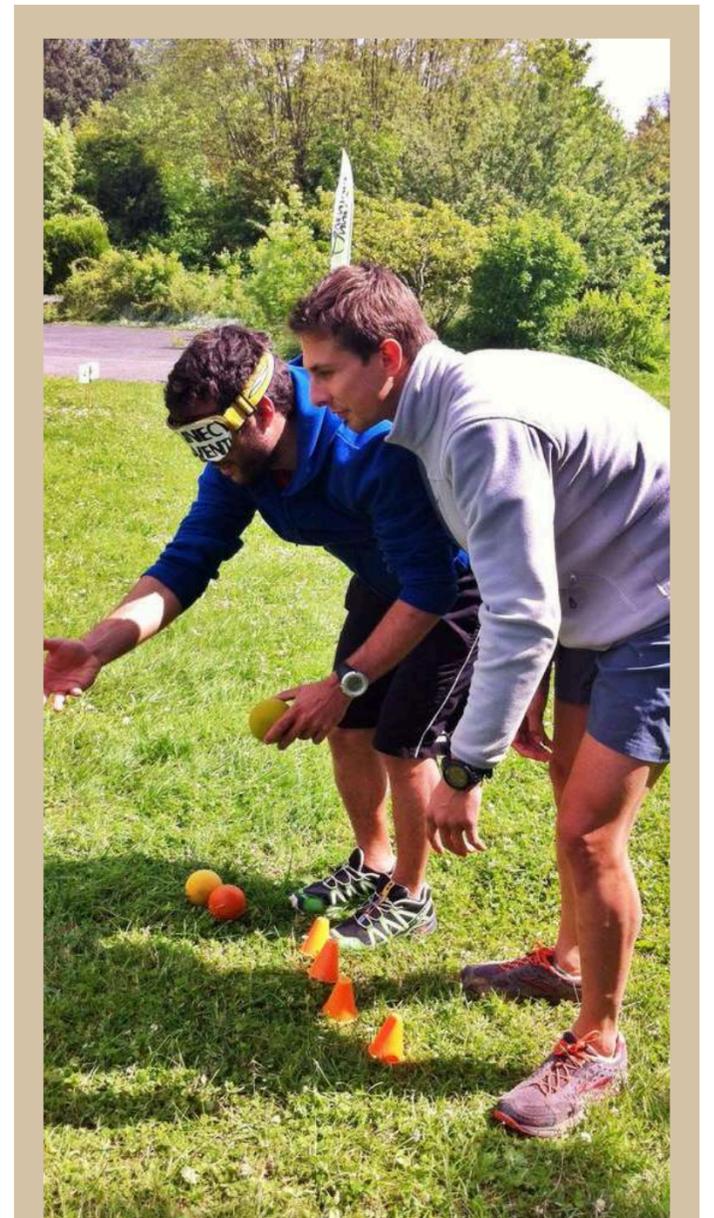
Plots, cannes, masques, obstacles – 1 intervenant.

## ESPACE REQUIS

- 6 m x 10 m.

## DURÉE -PARTICIPANTS

Rotations de 30 min – 12 à 20 personnes par session.





# BIATHLON

Tir à la carabine laser en fauteuil ou avec lunettes de simulation de troubles visuels, combiné à un mini-parcours de mobilité. Une activité complète mêlant concentration, coordination et sensibilisation au handicap

## LOGISTIQUE

Carabines laser, fauteuils de sport, lunettes, cibles - 1 intervenant.

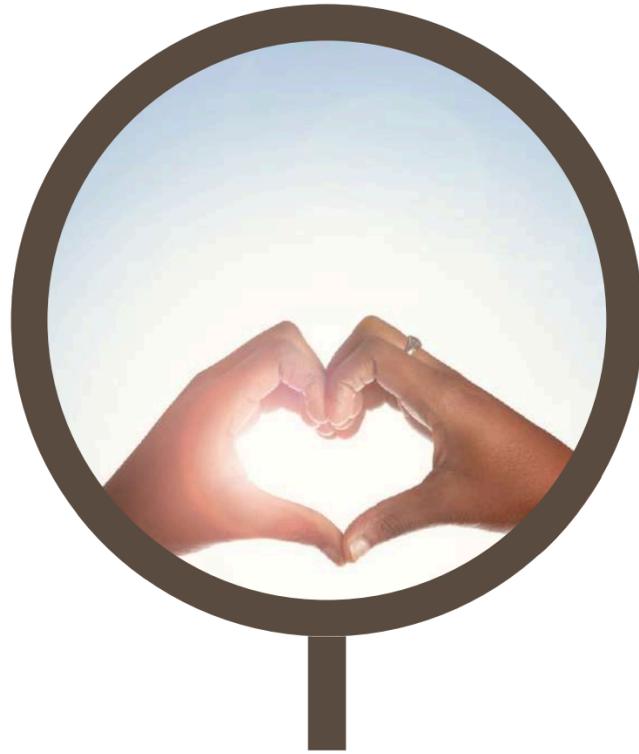
## ESPACE REQUIS

- 8 m x 10 m (intérieur ou extérieur abrité recommandé).

## DURÉE - PARTICIPANTS

Rotations de 20 min - 10 à 12 personnes par session.

# NOS CONFÉRENCES



## **RÉCITS INSPIRANTS**

Des récits de vie authentiques,  
porteurs de sens



## **MOMENTS CLÉS**

Un format idéal pour ouvrir  
un événement, la semaine du  
handicap ou un séminaire.



## **DÉCLIC**

Des échanges sincères qui  
suscitent l'émotion, la réflexion...  
et l'action.

# MOUNIR AL RAFEI & EDDY MASSON

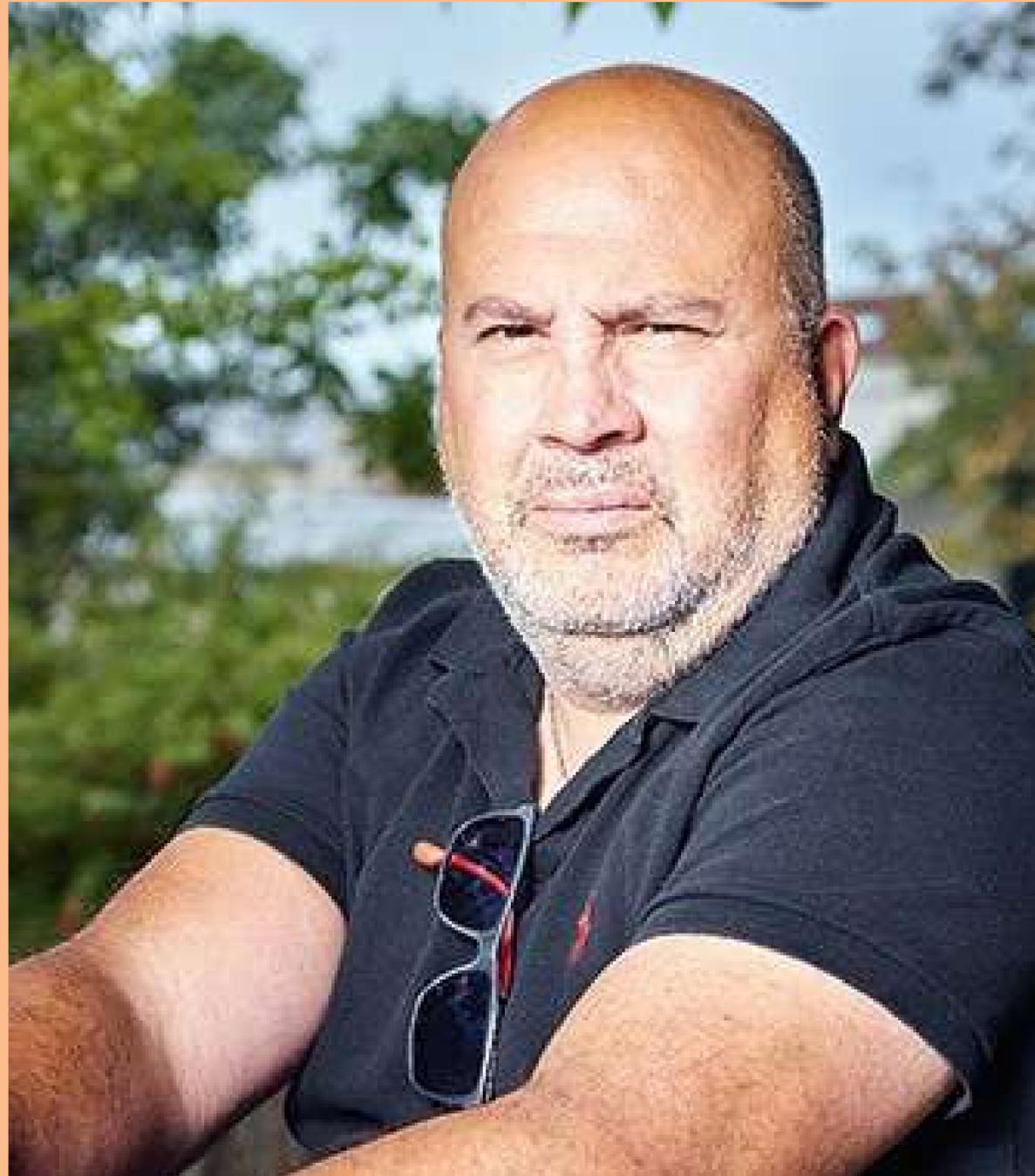
---

Une conférence à deux voix, bouleversante de sincérité. Mounir (en fauteuil) et Eddy (amputé) livrent un témoignage percutant sur **les conséquences d'un accident de la route**. Leur vie a basculé en une fraction de seconde. Et la nôtre, en tant qu'auditeur, change aussi un peu à leur écoute.

Ils abordent sans détour **les comportements à risque**, les responsabilités de chacun, les dégâts visibles... et surtout invisibles. Avec beaucoup d'humanité, d'humour et de bon sens, ils **réveillent les consciences** et posent les vraies questions.

## THÈMES ABORDÉS:

Accidents de la route, prise de risque, impact du handicap, responsabilité individuelle, reconstruction, loi et assurance.



# JÉRÔME BERNARD –



Triple amputé à 9 ans, Jérôme incarne la résilience à l'état pur.  
Sa conférence revient sur son parcours **hors norme** : de l'enfant hospitalisé à l'adulte autonome et engagé, qui n'a jamais cessé d'avancer.

Son témoignage touche par sa lucidité et sa capacité à transformer **l'épreuve en force de vie**. Une vraie leçon d'audace et d'humilité, qui donne envie de repousser ses propres limites.

## THÈMES ABORDÉS:

Résilience, estime de soi, handicap précoce, parcours de reconstruction, engagement, acceptation du corps.



# BORIS GHIRARDI

---

Triple Athlète sponsorisé par Salomon, président de l'association Level Up, Boris a perdu une jambe après un accident de moto.

Son parcours, raconté avec énergie et humour, est celui d'un homme qui transforme **l'adversité en défi personnel et collectif.**

Boris donne à voir un **autre visage du handicap** : libre, actif, assumé.

Sa parole est directe, motivante, et pousse chacun à s'interroger sur ses propres freins.

## THÈMES ABORDÉS:

Dépassement de soi, handicap moteur, sport comme thérapie, reconstruction, regard des autres, accessibilité.

# TIFFANY MAZARS –



Tiffany raconte ce **qu'on ne voit pas**.

Ses conférences donnent une voix puissante aux **handicaps invisibles** : fatigue chronique, douleurs, troubles cognitifs... Elle propose plusieurs formats, toujours ancrés dans le réel.

Son ton est doux, engagé, et accessible. Elle parle d'acceptation, de reconstruction, d'identité. Un vrai moment d'inspiration pour **réinterroger la norme**, et replacer la singularité au centre du collectif.

## **THÈMES ABORDÉS:**

Handicap invisible, estime de soi, quête de sens, acceptation, diversité, inclusion en entreprise.



# MARWEN GHARRECH

---

---

Joueur de l'équipe de France de foot pour amputés, multiple champion, Marwen est un sportif d'élite... et un **orateur authentique**.

Son témoignage retrace son **parcours post-accident** jusqu'à son retour sur les terrains.

Il parle de résilience, mais surtout de collectif, d'énergie et d'envie.

Son **message est fort** : le handicap ne doit jamais être un frein. Une conférence très vivante, idéale pour mobiliser vos équipes autour de l'inclusion et de la performance humaine.

## THÈMES ABORDÉS:

Résilience, sport et handicap, inclusion, collectif, motivation, vision positive du handicap.



# MARIE-AMÉLIE LE FUR

---



**Triple médaillée d'or paralympique**, Marie-Amélie Le Fur incarne la force, la résilience et l'excellence. Après un grave accident de scooter, elle se reconstruit à une vitesse fulgurante : **en moins d'un an, elle remarquait...** puis courait, sautait, gagnait.

Son témoignage retrace ce parcours hors normes, entre doutes, défis et victoires. Elle y aborde avec authenticité l'engagement, la discipline, la reconstruction identitaire, et **la puissance du mental**.

Sa parole, rare et précieuse, dépasse le cadre du sport : elle inspire tous ceux qui **cherchent à se relever**, à se dépasser et à trouver du sens dans l'épreuve.

## THÈMES ABORDÉS:

Leadership, handicap moteur, performance, mental d'athlète, inclusion, valeurs sportives en entreprise

# DAVID SMÉTANINE -



Tétraplégique incomplet après un accident de la route, David Smétanine est devenu l'un des nageurs handisport les plus titrés au monde, avec **9 médailles paralympiques** à son actif.

Il partage son parcours avec humilité, détermination et une pointe d'humour qui fait mouche.

Sa conférence montre qu'il **est possible de rebondir**, même quand tout semble s'effondrer.

Très engagé sur les questions d'accessibilité, d'égalité des chances et de dignité, il incarne **une parole sportive**, citoyenne et profondément humaine. Un témoignage inspirant qui donne de la force, et questionne notre rapport au handicap, à la performance et à la résilience.

## THÈMES ABORDÉS:

Reconstruction après accident, valeurs sportives, engagement associatif, accessibilité, inclusion, vie avec le handicap.

# CONTACT :

---



06 - 51 - 06 - 02 - 53



CONTACT@COACHMEHAPPY.FR



WWW.COACHMEHAPPY.FR



MERCI !