

Sport, mixité et inclusion : un PARI en territoire rural

Médico-social

Date de publication : 23 février 2026

Généralités

Objectif :

Favoriser l'inclusion sociale des personnes en situation de handicap en milieu rural, en leur permettant d'accéder à des pratiques sportives et récréatives au sein des structures du droit commun, dans une logique de mixité et de proximité.

Le projet PARI (PArasport Ruralité Inclusion) est une initiative portée par la Communauté 360 de l'Ardèche (Colab 360) visant à favoriser l'inclusion des personnes en situation de handicap à travers la pratique d'activités physiques et sportives en milieu rural. Né d'une dynamique partenariale entre le médico-social, le monde universitaire et les acteurs du sport local, ce projet repose sur une recherche-action menée de 2023 à 2026. Il vise à expérimenter, sur plusieurs territoires ardéchois, l'accueil des personnes en situation de handicap dans des clubs sportifs du droit commun, en promouvant la mixité "handi-valide" et la pratique de loisirs plutôt que la performance. Six expérimentations ont été lancées avec un souci de diversité des disciplines, des profils de handicap et des réalités géographiques. La démarche privilégie l'adaptation des pratiques, la valorisation de l'existant, et l'engagement volontaire des encadrants. PARI entend démontrer que l'inclusion est possible sans lourds investissements, à condition de miser sur la coopération locale, la volonté partagée et une approche centrée sur les personnes.

Etapes de mise en oeuvre

Phase 1 : Phase d'étude et de réflexivité partagée (2023)
- Analyse des besoins territoriaux (freins à l'accès au sport pour les personnes en situation de handicap en ruralité)
- Identification des ressources existantes et des enjeux locaux
- Constitution d'un collectif d'acteurs : chercheurs (cermosem, université de Grenoble), professionnels du sport, médico-social (professionnels / usagers), personnes concernées.

Phase 2 : Lancement de l'appel à expérimentations (début 2024)
- Diffusion d'un appel à candidatures auprès des clubs sportifs du territoire
- Sélection de 6 structures sportives, selon des critères de diversité (type de sport, handicap, répartition sur le territoire)
- Co-construction des modalités d'inclusion avec chaque club retenu

Phase 3 : Phase de prototypage et d'expérimentation (2024–2025)
- Mise en place concrète des activités sportives en mixité "handi-valide"
- Accompagnement des clubs dans l'adaptation des pratiques et dans l'accueil des publics
- Réalisation de temps d'observation, d'entretiens, de retours d'expériences

Phase 4 : Évaluation et capitalisation (en cours, jusqu'en 2026)
- Analyse des impacts sur les participants, les clubs et le territoire
- Production de livrables : revue de littérature (2024), guide méthodologique et MOOC (2026)
- Organisation de colloques pour diffuser les résultats et soutenir l'essaimage

Essaimage

Les principaux leviers

1. Méthode participative et recherche-action
Le projet repose sur une démarche de co-construction associant acteurs locaux, personnes en situation de handicap, clubs sportifs et chercheurs. La recherche-action

Les principaux freins

1. L'effet "club volontaire"
L'expérimentation a mobilisé des clubs déjà sensibilisés ou disposés à s'engager dans une démarche inclusive. Malgré les actions de sensibilisation menées à l'échelle du territoire,

permet d'expérimenter, d'observer et d'ajuster les pratiques au fil du temps, renforçant l'appropriation par les acteurs.

2. Un appel à expérimenter souple et représentatif
Les clubs ont été retenus non pas pour leur expertise initiale, mais pour leur motivation à s'engager. Les critères de sélection visaient la diversité des disciplines sportives, des profils de handicap et des réalités géographiques, garantissant une approche représentative des enjeux locaux.

3. La volonté locale comme moteur
La dynamique repose avant tout sur l'engagement et la motivation des encadrants. Plus que des moyens financiers ou techniques, c'est la volonté d'accueillir et d'adapter qui a permis la réussite des expérimentations.

4. Des partenariats agiles et ancrés dans le territoire
La coopération entre structures médico-sociales (pour identifier et accompagner les usagers) et associations sportives (pour proposer l'accueil inclusif) s'est révélée fluide et pragmatique. Cet ancrage territorial fort favorise la confiance et la pérennité des actions.

5. Une mixité inclusive valorisée
La démarche privilégie la pratique partagée entre personnes valides et en situation de handicap. Elle repose sur la convivialité et l'expérience commune, sans surencadrement ni dispositifs spécifiques pouvant générer une forme de stigmatisation.

6. Une adaptation pragmatique et réaliste
L'inclusion a été rendue possible grâce à l'optimisation des ressources existantes, sans lourds investissements ni logistique complexe. Les adaptations restent proportionnées, accessibles et reproductibles par d'autres clubs et territoires.

les clubs plus réticents restent en marge. Cette limite interroge la capacité à élargir la dynamique au-delà d'un noyau de structures convaincues.

2. Une incertitude de pérennisation
Le projet s'inscrit dans le cadre d'une recherche-action, avec une temporalité définie (2023-2026). Si la dynamique est réelle, notamment pour les clubs qui n'ont pas encore accueilli de personnes en situation de handicap, rien ne garantit aujourd'hui que l'inclusion sportive perdurera au-delà de la phase expérimentale, en l'absence de relais ou de soutien formalisé.

3. Une variabilité de l'engagement
La réussite repose fortement sur la motivation individuelle des encadrants. Cet atout peut aussi devenir un point de fragilité : en cas de changement de bénévoles ou de salariés, la dynamique risque de s'essouffler. La continuité dépend donc de personnes-clés plus que de l'ancrage institutionnel des clubs.

4. Une dépendance au soutien de l'équipe projet
L'accompagnement méthodologique et le suivi proposés par le Colab' et ses partenaires sont essentiels à la mise en œuvre. Cependant, cette dépendance peut devenir une limite : sans ce cadre facilitateur, certains clubs pourraient se sentir isolés et avoir du mal à poursuivre seuls la démarche inclusive.

Témoignages

> *Le projet PARI permet de montrer que plusieurs sports sont accessibles aux personnes ayant un handicap et d'avoir le choix. Quand j'étais plus jeune, on me proposait un ou deux sports comme le ping-pong ou le judo. On n'avait pas le choix. On ne pouvait pas tester des sports différents pour savoir dans lequel on se sent mieux.*
>
> **Membre de l'équipe projet, Jeune sportif en situation de handicap**

Contact

Une question ? Besoin d'informations ? Contacter l'établissement :

valerie.poudray@adapei07.fr

Les ressources

L'établissement

Date de mise en œuvre : 1 juillet 2023

Durée du projet : 36 mois

C360 Ardèche "Colab 360" 07100

Type de structure : Médico-social

Obligation réglementaire : Oui

Loi du 11 février 2005 sur l'égalité des droits et des chances, qui rappelle l'importance de l'accessibilité des services pour les personnes en situation de handicap.
Décret du 8 juillet 2021 instaurant les Communautés 360.

Déclenchement
Prise de conscience partagée en Ardèche entre l'ADAPEI 07 (porteuse du Colab 360) et le Cermosem : le sport, pourtant levier d'inclusion, reste peu accessible en milieu rural en raison de l'isolement, du manque d'infrastructures adaptées et d'une faible culture inclusive dans les clubs. Cette réflexion s'est renforcée par les questionnements internes de l'ADAPEI 07 sur l'accès aux loisirs et par l'opportunité de l'appel à projets de la FIRAH, qui a permis de lancer une démarche structurée de rechercheaction grâce à une coopération locale déjà solide.

La mise en oeuvre

Facilité de mise en oeuvre

5/10

Remplace une pratique existante

Les impacts

Temps

Le projet s'appuie sur la démarche de la recherche-action. Cette méthode permet de dégager une étude approfondie et fiabilisée et des préconisations cohérentes. Néanmoins, c'est une démarche qui s'inscrit dans la durée et nécessite de du temps pour assurer les différentes étapes. Dans le cadre précis de ce projet, le concourt de l'université et l'implication d'un doctorant dédié à cette étude a permis de pouvoir disposer de ressources solides afin de mener a bien ce travail.

Beaucoup

Personnel (équipe projet, déploiement...)

Dans ce cas précis, la facilitatrice en intelligence collective de la C360 et le doctorant sont pleinement mis à contribution de cette recherche avec le concourt du groupe projet composé de partenaires et de bénévoles.

A considérer

Des compétences en interne

Ingénierie de projets

A considérer

Des compétences externes (prestations externes)

Partenaires impliqués, membres de l'équipe projet (représentants d'associations sportives, personnes concernées, universitaires…)

Beaucoup

Des équipements, du matériel

Les équipements sont ceux des infrastructures volontaires pour s'inscrire dans la démarche (les 6 clubs ayant répondu à l'appel à candidature sur l'expérimentation).

Peu

Des financements (internes et externes)

Ce projet ne nécessite pas de fonds spécifiques.

Peu

Sur l'environnement : Non évalué

Promotion des sports de pleine nature : escalade, randonnée, cyclotourisme, canoë-kayak ; activités non motorisées, écologiques et adaptées au territoire rural.
Développement d'activités au plus près des lieux de vie : maillage territorial pour limiter les déplacements longs et la dépendance à la voiture.
Articulation inclusion–écologie : accès des personnes handicapées à la nature, justice sociale et environnementale, démarche de mixité et d'accessibilité universelle.

Sur les professionnels : Impacts positifs

Évolution des postures professionnelles
Passage d'une logique de performance à une approche centrée sur la personne.
Posture d'accueil bienveillante, sans surencadrement, favorisant le coapprentissage.

Développement de compétences d'adaptation
Ajustements «en situation» sans formation médicosociale : matériel, rythme, cadre sécurisant.
Capacité d'innovation accrue malgré des moyens limités ou des infrastructures peu adaptées.

Changement de regard sur le handicap
Perception des personnes handicapées comme pratiquants à part entière.
Mixité handivalide favorisant la déconstruction des stéréotypes.

Interconnaissance et coopération renforcées
Nouveaux liens avec des professionnels médicosociaux, échanges de pratiques.
Participation de personnes concernées à la coanimation, valorisation des savoirs expérientiels.

Valorisation des professionnels et des clubs
Participation à une rechercheaction reconnue : dynamique territoriale innovante.
Renforcement du sentiment d'utilité sociale et d'appartenance à un projet collectif.

Sur les usagers : Impacts positifs

Parties prenantes associées

- [x] Direction
- [ ] Administration
- [ ] Services techniques
- [x] Professionnels
- [x] Bénéficiaires
- [x] Tutelles
- [x] Autres : Facilitatrice Colab'C360, Université Grenoble Alpes – Cermosem, CDOS 07, Comités Sport Adapté et Handisport, Département de l'Ardèche clubs et associations sportives locales volontaires

Conditions de succès

Projet inscrit dans la politique de l'établissement

Ce projet répond aux attentes du premier cahier des charges des C360 sur la promotion et / ou la construction de solutions/projets avec le droit commun.

Renforcement de l’estime de soi
Sentiment de capacité et de reconnaissance en pratiquant en mixité.
Fierté d’évoluer dans des espaces ordinaires sans accompagnement constant.

Nouvelles relations sociales
Rencontres avec des pratiquants valides, ouverture hors des cercles institutionnels.
Sentiment d’inclusion réelle, sans stigmatisation.

Développement de l’autonomie
Sorties régulières en club favorisant initiatives, déplacements, interactions.
Passage progressif de séances adaptées à des séances totalement mixtes.

Réappropriation des espaces naturels et publics
Accès à des pratiques de pleine nature renforçant le sentiment de légitimité dans l’espace public.

Participation à la gouvernance
Implication de deux personnes concernées dans le GIE et coanimation, reconnaissance de l’expertise d’usage.

Sur l'organisation : Impacts positifs

Le projet PARI présente un impact médicoéconomique indirect mais notable :
- il favorise la prévention (moins de sédentarité, d’isolement, de perte d’autonomie) et peut réduire à terme les dépenses de santé ;
- il valorise des ressources locales sans nécessiter d’investissements lourds ;
- il propose un modèle transférable, optimisant moyens humains et financiers ;
- ses effets qualitatifs sur le bienêtre, l’autonomie et le lien social sont réels mais encore difficiles à quantifier.

Sur le médico-économique : Non évalué

Le projet PARI présente un impact médico-économique indirect mais potentiellement significatif. En favorisant l'accès à une activité physique inclusive en milieu rural, il agit en prévention primaire (lutte contre la sédentarité, l’isolement, la perte d’autonomie), ce qui peut à terme réduire les dépenses de santé. Il valorise également les ressources locales existantes sans surinvestissement structurel, et propose un modèle transférable, optimisant les moyens humains et financiers disponibles. L’approche qualitative du bien-être, de l’autonomie et du lien social mais, à ce stade, difficilement quantifiable.