

## Handicap. Le premier 4.000 de Sandrine

**Sandrine Plancard, 34 ans, est handicapée physique depuis sa naissance. La Langueusienne, avec le soutien de Patrice Roger-Verra, professeur d'EPS, va partir à l'assaut de la Barre des écrivains, une montagne des Alpes. L'altitude ? 4.102 mètres.**

*Pour être petite physiquement et techniquement, Sandrine Plancard s'entraîne régulièrement sur des rochers (comme ici, sur la plage de Tournemine, à Plérin). Elle est assurée par Patrice Roger-Verra qui la suit depuis près d'un an et qui est à l'initiative du projet.*



**Ce projet va montrer aux personnes handicapées qu'on peut relever un défi ».**

Sandrine Plancard, atteinte de la maladie de Little

« À trois ans, les médecins disaient que je ne marcherais jamais ». Non seulement elle marche mais, en plus, elle grimpe puisqu'en juillet prochain, les 17 et 18 pour être précis, elle ira fouler les neiges éternelles de la Barre des écrivains, la plus haute montagne du massif qui porte son nom, tout près de Briançon (Hautes-Alpes).

Atteinte de la maladie de Little, Sandrine souffre d'une hémiplegie qui entraîne un équilibre instable, une amplitude articulaire réduite et une faible tonicité musculaire du côté gauche. Il va sans dire que sans l'acharnement de Sandrine et de son père qui l'emmenait régulièrement chez le kiné, les prédictions des médecins se seraient confirmées. Frêle et plutôt réservée, elle ne se voyait d'ailleurs pas gravir des montagnes. « Personnellement, je cherchais surtout à me cacher », confie-t-elle. Résultat, à 34 ans, elle n'est jamais partie en vacances et la montagne, elle ne la connaît que dans les livres. Son handicap l'inhibait.

### Marraine de prestige

Il a suffi d'une rencontre avec Daniel Bouvet, prési-

dent de l'office du sport de Saint-Brieuc. Ce dernier lui a parlé d'un projet d'ascension que Patrice Roger-Verra, un prof d'EPS fou de montagne - il a douze ascensions de la Barre des écrivains à son actif - avait en tête. La rencontre se déroule en juillet 2007 et il faudra toute la persuasion de son entourage pour qu'elle accepte de relever le défi.

Dès lors, la personnalité de Sandrine et l'originalité du projet vont mobiliser la ville de Saint-Brieuc, l'Apajh (association pour adultes et jeunes handicapés) où elle travaille, mais aussi le club de la Presse qui, avec son réseau, va la mettre en relation avec Catherine Destivelle. La célèbre alpiniste a, d'ailleurs, accepté d'être sa marraine.

### « Chamboulement physique et mental »

Sera-t-elle prête ? « On fait tout pour qu'elle le soit », confie Patrice Roger-Verra. En septembre 2007, avec l'entraînement, le plus dur commence. « Je ne suis pas sportive », avoue-t-elle. Avec son entraîneur, elle débute doucement par de la marche à pied une fois par semaine. Puis elle enchaîne, dès le

mois de février, le vélo, la natation et la course à pied. « Au début, je courais deux minutes. Là, j'en suis à 45. Pour la marche à pied, je tiens quatre heures », confiait-elle, il y a encore quelques semaines. Elle fait aussi un peu d'escalade sur mur artificiel, puis sur rocher. « Ça, j'adore ».

Reste que pour atteindre le sommet, il lui faudra marcher dans la neige, sur la glace ou sur des rochers pendant sept heures environ. Le départ se faisant du refuge de Madame Carl, situé à 3.600 m d'altitude. Et puis, il y a la descente, au bas mot cinq heures de marche jusqu'au refuge. « Pour moi, c'est un chamboulement physique et mental. J'ai vraiment hâte d'y arriver. L'équipe qui m'entoure est géniale. Et puis, ce projet va montrer aux personnes handicapées qu'on peut relever un défi ».

Lionel Samson

**> Renseignements :**  
[www.officesportstbrieuc.com](http://www.officesportstbrieuc.com) puis aller sur le projet 4000.