

2022

LA TRAVERSÉE

La Tranche sur Mer - Ile de ré

«Les adversités ne sont pas des fatalités!
Ce sont justement les opportunités que la vie nous offre de nous dépasser.»
M.C»



La Tranche sur Mer - Ile de ré

LA TRAVERSÉE - ABOUT2BRAS



LE PROJET LA TRAVERSÉE / PRÉSENTATION

POUR LA PETITE HISTOIRE...

Qui est le porteur et l'acteur du projet ?

Je m'appelle Marc, j'ai 44 ans.

En 2017, j'ai eu un accident sur mon lieu de travail...

Une structure métallique (banche) de plus d'une tonne et demi s'est couchée sur moi !

Conséquences : ma colonne vertébrale s'est séparée en 4 au niveau des vertèbres thoraciques et lombaires avec fractures des épineuses dorsales, ma rate a éclaté, toutes mes côtes ont été fracturées (on m'en a retiré la moitié). Mon diaphragme a été arraché, mes poumons perforés et j'ai fait 24 jours de coma.

Les médecins sont unanimes... C'est un miracle que je sois encore en vie !

Au sortir de mon coma, l'évidence était là, si j'avais eu la chance de m'en sortir, il me fallait la saisir et optimiser ce surplus de temps dont la vie m'a fait cadeau, j'ai donc dû de suite commencer à penser à l'après et à m'y projeter.

Avec une bonne dose d'humour, j'ai abordé cette nouvelle vie avec un enthousiasme indéfectible malgré les contraintes relatives à mon nouvel état que j'ai rencontré (une séparation, une escarre mal diagnostiquée qui s'est infectée et qui m'a obligé à passer 290 jours d'immobilité en 2019, en 2020 le matériel (arthrodèse) qui avait été fixé sur ma colonne s'est infecté et j'ai dû subir une nouvelle intervention chirurgicale.

La somme de ces adversités, loin de me résigner n'ont fait qu'exacerber mon goût pour la vie et m'ont appris que si cette dernière est un combat, la seule véritable manière de le gagner est de ne jamais abandonner sa part de rêve.

Fort de ce nouvel enseignement, j'ai pu garder le sourire et je me suis attaché à une idée forte : Celle de NAGER.

Cette idée inspirante, m'est venue avec le souvenir d'avoir vu à la télévision, Philippe CROIZON reconquérir son corps et s'émanciper de son handicap par une traversée épique de la Manche. Si il est des vertus à l'exemple celui-ci, plus que tout autre a résonné en moi.

La Traversée, c'est quoi ?

Aujourd'hui je nage plus de 8h par semaine, je fais du vélo (à bras) 5h par semaine pour me préparer à une traversée LA TRANCHE SUR MER – L'ILE DE RÉ à la nage d'environ 12km, que je prévois pour Septembre 2022.

A ce jour, celui qui m'a inspiré dans ce projet, Philippe CROIZON, est devenu parrain de mon défi et de l'association ABOU2BRAS et je peux vous assurer que malgré mon handicap et toutes les difficultés qui y sont inhérentes, la vie pour moi est magnifique et je suis un homme heureux.

Cette joie qui m'anime contre vents et marées et que j'ai envie de vous faire partager, me pousse à vous solliciter pour mener à bien ce joli défi que je me suis fixé et auquel je souhaite vous voir participer avec les moyens qui sont les vôtres : que ce soit au titre de bénévole pour mon association, de partenaire (logistique ou matériel) ou de sponsors financiers.

Vous trouverez ci-joint une petite présentation de mes besoins pour cette traversée et la sollicitation spécifique que je vous fais pour l'obtention de certains d'entre eux.



L'ASSOCIATION ABOUT2BRAS / PRÉSENTATION

Conscient des soutiens et des moyens qui me seront nécessaires pour relever ce défi, j'ai décidé de créer une association « ABOUT2BRAS » pour me permettre de les constituer et fédérer autour de mon projet.

Cette association outre me donner les moyens de parvenir à réaliser ce défi, a pour vocation ultime de soutenir et de permettre la réalisation d'autres projets qui concourront à apporter une autre vision du handicap, car si le sens commun entend de prime abord « le Handicap » comme une incapacité d'interagir pleinement avec son environnement à cause d'une déficience...c'est-à-dire d'une altération importante et durable d'une fonction physique ou intellectuelle pour moi ce n'est pas la plus juste des définitions!

J'aime à me rappeler et à rappeler cette autre définition du handicap qui pour moi a plus de sens ! le handicap : ce sont aussi certains désavantages au départ que l'on impose aux meilleurs concurrents d'une épreuve afin d'équilibrer les chances de succès avec les autres concurrents.

Pour moi désormais le handicap n'est plus une fatalité incapacitante, mais bel et bien une adversité qui me pousse au dépassement de moi-même et l'avènement de ce que je suis intrinsèquement.

C'est le message que je veux partager au travers de mon association et des projets qu'elle va porter dans le futur.

J'ai reçu cette vision de la vie en cadeau, et il m'est important de l'offrir au plus grand monde valide comme invalide puisqu'en définitive dans la vie qui que nous soyons nous avons tous un handicap à surmonter et une traversée à faire !

L'ASSOCIATION ABOUT2BRAS / VOS INTERLOCUTEURS

Marc Chaumont

Fondateur

hulkserge@yahoo.fr

44 ans

Nageur avec les bras

Paraplégique à surprise

Releveur de défi vivifiant

Obstiné convaincu que le handicap n'est pas tant une fatalité qu'une opportunité de vivre intensément.

Utopiste Lucide

Anne-Marie Chaumont

Secrétaire

anne-marie.chaumont@orange.fr

Accompagnement au long court

Dévotion inaltérable

Recadreuse de génie

Éleveuse de champion et FAN n°1

Maurice DEDIEU

Président

mauricededieu@gmail.com

Retraité hyper...actif

Poseur de balises

Coordinateur d'ambition

Administrateur de défis

François Chaumont

Trésorier

chaumont.fr@sfr.fr

48 ans

Compteur de tirelire

Dessinateur aux mètres

Bricoleur à solution

Pousse au crime bienveillant

Etienne GUILLON

Chargé de communication projet (partenariat & sponsoring)

communication85@yahoo.fr

46 ans

Acolyte ancestrale du nageur avec les bras

Pousseur de fauteuil et de murs

Aménageur d'espaces visibles

Porte voix ambulant

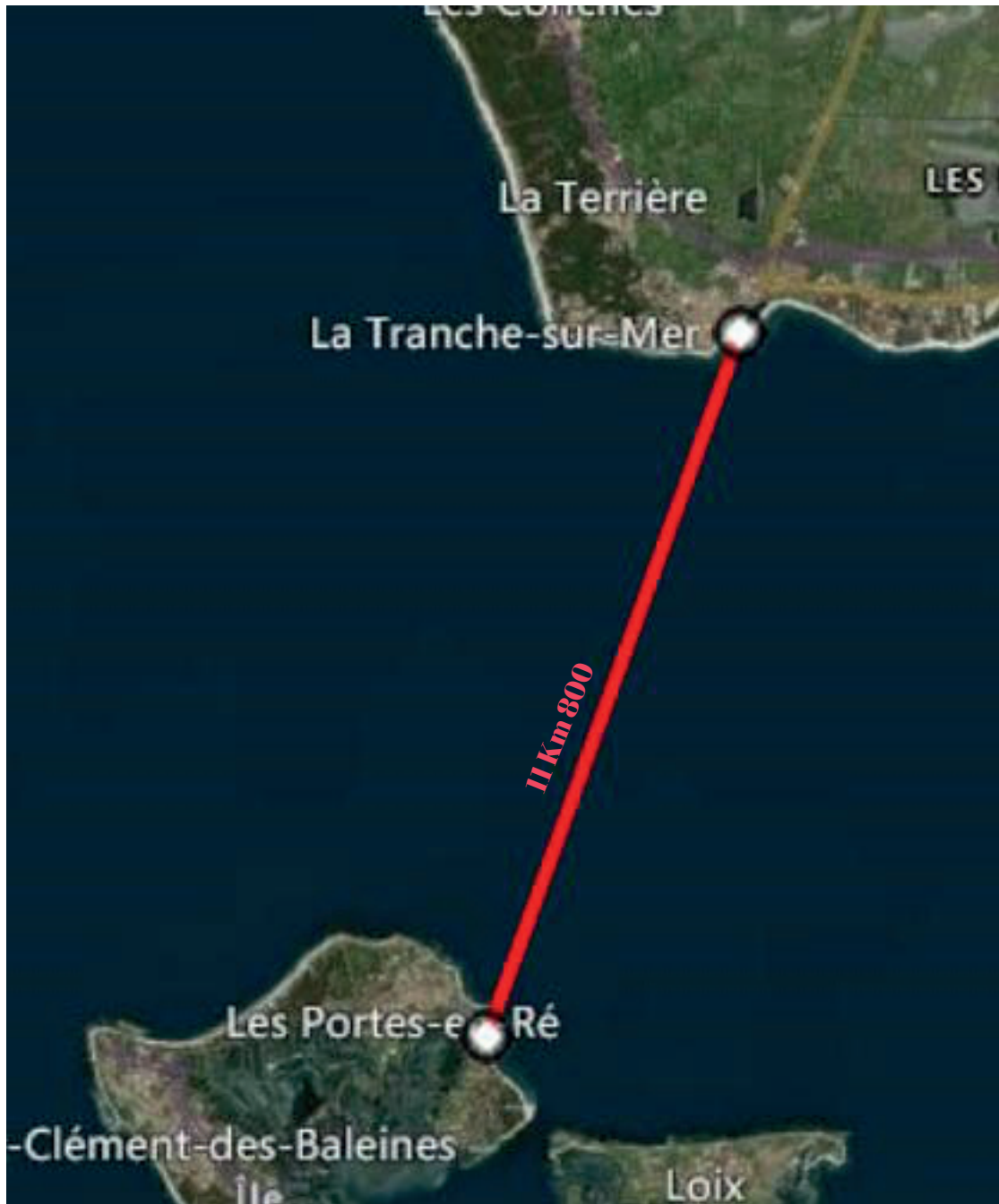




LA TRAVERSÉE / EN CHIFFRES

11,8 Km de nage en atlantique -
520 Jours de préparation
700000 Mètres de nage en entraînement
600 Heures de vélo à bras
1 cage de poulie thérapie
14 Bénévoles aidants et accompagnants
4 Professionnels de l'effort engagés
(1 Coach sportif - 1 Diététicien - 1 Nutritionniste - 1 Kiné)
210 Heures de coaching sportif (cardio + renfort musculaire)
110 Séances de Kiné
800 Heures en piscine
Environ **6000 Km** de déplacement pour mener à terme le projet
300 Litres de boisson d'effort
500 Gourdes de Pom'potes (nutrition d'effort)
5 Combinaisons de nage néoprène sur mesures - **6 shorts** de bain -
5 Paires de lunettes de natation - **3 Pincés Nez**
3 Paires de bouchons d'oreilles - **3 Casques Audio** (pour nager en musique)
35000 Euros de besoin financiers pour réaliser le projet

LA TRAVERSÉE / UN APERÇU



LA TRAVERSÉE / ON EN PARLE ...

- Dans le courrier Français

Courrier

français

— hebdomadaire régional —

courrier-francais.com

L'incroyable défi d'un « miraculé »

<http://courrier-francais.com/region-eo/lincroyable-defi-dun-miracule/>

24 septembre 2021



Marc Chaumont est paraplégique, âgé de 44 ans. Il se dit « miraculé », évoquant des années d'épreuves. D'un optimisme étonnant, il se prépare à une traversée de 12 kilomètres à la nage, de La Tranche-sur-Mer à l'île de Ré. Il a besoin de soutiens pour relever ce défi avec lequel il entend prouver que la vie reste belle. Rencontre chez lui, à Luçon, pour évoquer les préparatifs et contours de son projet.

Marc Chaumont, 44 ans, a toujours été plein de vie – ce qui, cependant, dans sa scolarité, ne l'a pas toujours servi. « *Je n'étais pas fait pour l'école* », estime-t-il. Cela ne l'a pas empêché de trouver un travail dans le secteur de la sécurité, en région parisienne, dans l'un des quartiers les plus huppés de la capitale. Au bout de quelques années, il s'est installé à Toulouse, toujours dans la sécurité. Il ne s'imaginait cependant pas exercer cette activité tout au long de sa vie professionnelle. À l'occasion d'un emploi occasionnel, il trouve du plaisir dans le brassage du béton, la création de structures. « *C'est cela que je veux faire.* » Après une formation de coffreur, il a participé à la construction de l'Ehpad La Roseraie à l'hôpital de Luçon, puis à la construction de l'aile ouest du nouveau bâtiment à Sainte-Ursule.

C'est là que tout se gâte. Un accident, sur le chantier, a failli lui ôter la vie en 2017 : une tonne et demie de béton s'abat sur lui ! Avec mille précautions, il a été retiré de sous cette dalle. Il estime avoir bénéficié d'un heureux concours de circonstances : « *Près du chantier, des pompiers étaient juste arrivés pour éteindre un départ de feu. Ils sont arrivés très vite sur place. À l'hôpital, un hélicoptère était en stationnement et a pu me transférer dans un délai très bref...* » Quoi qu'il en soit, les médecins étaient très réservés sur son pronostic pendant les 24 jours de coma passés dans un service de soins intensifs. Puis de nouvelles complications sont survenues, avec une fièvre inquiétante, une crainte de l'atteinte du cerveau que des examens écartèrent. La colonne vertébrale a beaucoup souffert dans le choc, il a fallu enlever quelques côtes trop abîmées. Les opérations se sont succédées. Au bout de deux mois et demi, c'est « *le miracle* ». Il est transféré dans un service de rééducation à La Rochelle où il restera un an, mais, dit-il, « *je retrouve une vie normale* ». Un sourire accompagne cet épilogue qui peut surprendre quand on voit Marc dans son fauteuil de paraplégique, sans l'usage du bas de son corps, son thorax abîmé. Le moral n'est pas atteint, c'est une évidence.



Voilà que Marc se lance dans un projet un peu fou : faire la traversée de La Tranche-sur-Mer jusqu'aux Portes de l'île de Ré, un parcours de 12 km, à la nage. Quand la piscine de Luçon est ouverte, ce qui n'est pas toujours le cas en temps de pandémie, et avec la reprise de l'année scolaire, Marc va nager par séquences d'une heure, trois fois par semaine. Mais comment nager quand les jambes ne réagissent pas, quand le dos est très affaibli ? Il nage sur le dos : *« Le fait d'être dans l'eau diminue le poids, l'effort accompli. Avec l'entraînement, on va un peu plus loin, de temps en temps. »*

Pour son projet, Marc Chaumont a obtenu le parrainage d'un sportif accompli : Philippe Croizon. Amputé des quatre membres après un accident, celui-ci a traversé la Manche à la nage, 32 km, en septembre 2010, en un peu plus de treize heures. Une première et un exploit pour un quadruple amputé.

Pour août ou septembre 2022

Pour effectuer la traversée du Pertuis d'Antioche, il faut trouver des aides financières et morales. Marc doit obtenir des créneaux dans les piscines adaptées de Luçon et de La Roche-sur-Yon. En théorie, tout est faisable, mais la mise en place de ces créneaux n'est pas simple avec toutes les autres animations régulières. Un entraîneur spécialisé va le prendre en charge pour lui prodiguer tous les conseils indispensables pour la réalisation d'un tel exploit : placement du corps, respiration, etc. Marc doit trouver une combinaison adaptée à son corps, pour éviter les blessures dues en particulier aux frottements sur les os, sur la peau. Des essais sont prévus prochainement. Avec une intensification des entraînements, il prévoit de se lancer en août ou septembre 2022. *« Il faut une période de faibles marées, de faible vent, de bonne météo sans soleil, pour ne pas gêner la nage sur le dos... »*

Samedi 4 septembre, un ami de Marc, Thomas Dabreteau, a nagé de La Faute-sur-Mer à l'île de Ré en près de quatre heures. Il avait décidé d'effectuer cette traversée pour récolter des fonds en faveur d'une association, Mécenat chirurgie cardiaque, qui aide à la prise en charge d'opérations pour des enfants souffrant de problèmes cardiaques. S'il est sans handicap particulier, Thomas a lui-même été opéré d'une malformation cardiaque une quinzaine de jours après sa naissance.



Pour sa traversée, Marc, qui ne peut pas compter sur ses jambes inertes, confie qu'il se base sur un temps de parcours qu'il estime à neuf heures de nage. Il sera accompagné d'un guide qui lui donnera l'itinéraire à suivre ainsi que d'une embarcation pour sa sécurité, et il peut compter sur les amis navigateurs qui seront au rendez-vous pour le soutenir pendant toute la durée de la traversée.

Dans son esprit, cette aventure n'est pas à inscrire au registre d'un exploit. Il veut prouver, et se prouver à lui-même d'abord, que « *la vie est belle* » et qu'il a « *de la chance de pouvoir profiter de petits plaisirs chaque jour : un lever de soleil, les fleurs des jardins, la famille* ». Cette aventure peut aider des personnes en situation de handicap à surmonter leur épreuve. « *Ça vaut le coup d'essayer.* » Pour toutes ces raisons, il a créé tout récemment une association agréée en préfecture. Cela lui permet de lancer une cagnotte Leetchi sur Internet <https://www.leetchi.com/c/la-tranche-lile-de-re-a-bout-de-bras> (<https://www.leetchi.com/c/la-tranche-lile-de-re-a-bout-de-bras>) où peuvent être effectués des dons destinés à contribuer au financement de son projet. Il en a besoin pour les entraînements et l'acquisition d'équipements adaptés. Si les contributions dépassent le budget fixé, le surplus sera versé à une association d'aides aux handicapés.

Pour suivre Marc Chaumont au fil de ses préparatifs, on peut déjà consulter le compte Facebook [about_2bras/ facebook \(about_2bras/ facebook\)](#) ou Instagram [about_2bras/ instagram \(about_2bras/ instagram\)](#) de l'association About2bras dédiée à son projet. Outre les contributions via la cagnotte Leetchi, des dons par chèque peuvent être envoyés à son adresse (Marc Chaumont, 14 Chemin de l'Ermitage 85400 Luçon).

Si Marc Chaumont ne situe pas son projet sur le niveau sportif des récents Jeux paralympiques de Tokyo, il reste qu'il entend montrer qu'un accident comme celui dont il est sorti paraplégique n'est pas qu'une fatalité insurmontable et que « *la vie vaut le coup d'être vécue* ».

Auteur : Claude LOISY

Marc Chaumont dans sa maison, à Luçon. Photo/Claude LOISY

[- Sur WAP \(We Are Patients\)](#)



TOUS LES ARTICLES A PROPOS CONTACT QUESTIONS COVID-19



HANDICAP. Marc, paraplégique, a pour projet de traverser 12 km à la nage

wearepatients.com/handicap/handicap-marc-paraplegique-a-pour-projet-de-traverser-12-km-a-la-nage/

A la radio sur SKYROCK :https://www.facebook.com/watch/?v=1333979993720670&textid=CL-UNK-UNK-UNK-AN_GK0T-GK1C&ref=sharing

[- Sur youtube](#)

www.youtube.com/watch?v=wkEV2WNa2eA&t=10s
www.youtube.com/watch?v=QjHkypPnCRw

[- Sur Facebook](#)

www.facebook.com/Marcchaumontabout2bras/

[- Sur Instagram](#)

www.instagram.com/about_2bras/

[- Et un peu ailleurs sur la toile ...](#)

www.findglocal.com/FR/Luçon/101660158840136/About2bras

www.globalnpo.org/FR/Luçon/101660158840136/About2bras



COMMENT PARTICIPER À NOS BESOINS POUR CE PROJET ?

Qui que vous soyez, si vous êtes Désireux de participer à ce beau projet, .vous pouvez vous investir selon vos moyens au travers des modalités suivantes

vous êtes un particulier ou une association !

- En donnant de votre temps par des actions bénévoles (nous avons toujours besoins de bras et de disponibilités !)
- En participant à la cagnotte litchi «about2bras» (vous pouvez déduire 66% du montant que vous versez de vos impôts sur le revenu)
www.leetchi.com/c/la-tranche-lile-de-re-a-bout-de-bras

Vous êtes un acteur économique professionnel !

- Vous pouvez devenir partenaire et nous fournir le matériel, les accessoires, les infrastructures, ou tout autres besoins en nature ou aides logistiques nécessaires à l'accomplissement de notre projet, en contre partie nous vous intégreront bien sur, a des actions de communication ,que nous allons mener sur le projet et l'événement de la traversée

- Vous n'êtes pas en mesure de pouvoir répondre à nos besoins en nature ou faire un don mais souhaitez cependant participer à ce projet «about2bras». Envisager le sponsoring ou le mécénat!

En compensation d'une participation financière de votre part sur un contrat sponsoring, nous aurons à coeur de vous offrir une visibilité sur nos actions de communication les plus adaptés aux publics auprès desquels vous souhaitez valoriser votre engagement a nos cotés

Vous êtes une Collectivité ou un(e) élu (e) !

Vous cochez toutes les cases participatives...;) , Nous avons besoins de vous !

- Pour mobiliser les bénévoles de vos associations locales autour de ce projet.
- Pour nous mettre à disposition, des infrastructures et du personnel compétent afin d'être en mesure d'exploiter celles ci, dans les meilleurs conditions
- Pour le suivi et l'avancement des dossiers dans le cadre des possibles demandes de subventions que nous vous adresserons .

Vous êtes une média ou un organe de presse !

Vous avez aussi votre rôle à jouer dans ce projet

- Pour nous assurer une diffusion la plus large possible du projet afin de sensibiliser l'opinion publique à ce défi et à la vision du handicap qu'il se veut offrir.
- Pour relayer les informations qui pourront nous permettre de fédérer des acteurs économiques privés autour d'une participation financière sous forme de partenariat , mécénat ou sponsoring au profit de l'association «About2bras» porteuse de ce projet de traversée à la nage .

Par avance nous vous remercions toutes et tous de l'attention que vous allez porter a ce projet ainsi que de vos participations à venir.

Pour rendre le possible réalisable, il n'y a souvent qu'un pas... c'est ce pas que nous vous invitons aujourd'hui à faire avec nous !



To be continued ...

