

## L'actu du jour

### C'est quoi les Jeux paralympiques ?

Les Jeux paralympiques commencent aujourd'hui à Paris avec la cérémonie d'ouverture ce soir, à 20 heures. Ils se déroulent jusqu'au 8 septembre. Mais c'est quoi, au juste, des Jeux paralympiques ? La réponse en vidéo !



© Jacques Azam

#### C'est quoi les Jeux paralympiques ?

C'est une compétition de sport internationale où les athlètes participants ont un handicap. Elle a lieu **tous les deux ans**, dans la foulée des Jeux olympiques. Certaines épreuves sont adaptées aux **handicapés physiques**, comme le basket en fauteuil ou le volley assis. D'autres sont prévues pour les **malvoyants**, comme le ski avec un guide ou le goalball, une sorte de hand avec un ballon à clochettes. Trois disciplines sont ouvertes aux **handicapés mentaux** : l'athlétisme, la natation et le tennis de table.

#### Mais pourquoi ces jeux ont-ils été créés ?

À l'origine, c'est un médecin de Londres qui a l'idée d'organiser, en 1948, des épreuves de sport pour **ses patients blessés à la guerre**. Participer aux tournois leur permet de faire de l'exercice, ce qui est essentiel à leur rééducation, et de se divertir. Ces jeux sont pour la première fois associés aux Jeux olympiques en 1960. Depuis, les participants sont de plus en plus forts et nombreux. À partir de 2012, ils commencent à avoir beaucoup de succès auprès des médias et du public.

#### Et aujourd'hui ?

Aujourd'hui, grâce aux Jeux paralympiques, les sportifs handicapés peuvent vivre leur passion et prouver qu'ils sont capables de performances exceptionnelles ! Mais l'enjeu n'est pas que sportif : en rendant les personnes

handicapées plus visibles, ces jeux invitent aussi à changer de regard sur elles et à **mieux intégrer tout le monde dans la société**. Bref, à mieux vivre ensemble !

[Consulter cet article sur le site 1jour1actu.com](https://www.1jour1actu.com)