



COMMUNIQUÉ DE PRESSE

JE N'AVANCE PAS COMME TOUT LE MONDE



Un documentaire émouvant qui retrace l'histoire
d'un aventurier qui n'avance pas comme tout le monde !

Sortie le 12 juillet
sur www.cortex-media.tv

UNE AVENTURE D'ARMAND THOINET



JE N'AVANCE PAS COMME TOUT LE MONDE

UN FILM DE
BENJAMIN LAURENT



Fiche technique

Réalisation: Benjamin Laurent

Année de sortie: 2024

Durée : 52 min

Pays d'origine: France

Langue: Français

Genre: Documentaire

Synopsis

Armand Thoinet est un aventurier. A 18 ans on lui diagnostique une maladie neurodégénérative qui bouleverse sa vie.

Obligé d'arrêter le rugby, sa passion, il doit se réinventer, trouver d'autres objectifs de vie. Il finira par réaliser un de ses rêves : devenir aventurier. Dans ce film, il entreprend un voyage loufoque : rejoindre Paris en draisienne en partant de Lyon. Un périple de 20 jours qui lui fait traverser une France rurale que l'on ne voit pas. Un voyage écologique et humain.

Le film se construit au gré des rencontres et de la question récurrente qu'il pose : C'était quoi votre rêve de gosse ?

Contacts

Cortex média - 04 78 79 73 37 - arif@cortex-media.fr



Armand Thoinet l'aventurier

Je m'appelle Armand Thoinet, né en avril 1993 en périphérie lyonnaise où je vis toujours. Atteint d'une maladie neurologique, je suis avant tout aventurier et conférencier. En reprenant ma vie en main, je suis redevenu l'acteur principal de ma vie. En 2012, après 5 ans d'errance, on me diagnostique enfin une Sclérose en plaques. Cette maladie neurologique a complètement bouleversé ma vie : au début pour le pire, mais aujourd'hui pour le meilleur !

Mon chemin de vie, fait de hauts et de bas, m'enseigne au quotidien une philosophie. Ma vie d'aventurier m'aide à gérer ma maladie, ma vie de malade m'aide à gérer mes aventures. Il y a énormément de parallèles.

Bien loin l'idée pour moi de donner des leçons, je souhaite proposer une autre vision de la vie et des galères.

Mes paroles doivent parler à tous : tout le monde n'a pas une maladie ou des handicaps, en revanche tout le monde a des problèmes ! La gestion de ces problèmes est ce qui m'intéresse le plus. La démarche pour les contourner est toujours la même. Le comprendre est le 1er pas pour mieux vivre le reste de sa vie.

Avec beaucoup de recul et d'expériences, je peux l'affirmer : j'ai dû attendre de devenir handicapé pour oser réaliser mon rêve de gosse : devenir aventurier.

Ma maladie et ses conséquences m'ont permis d'avoir une vie unique. Le sport pour le sport ne me suffit pas. L'aventure est devenue mon meilleur outil de communication : en me lançant dans des aventures inédites, je veux transmettre des messages humains !

Mon engagement me permet chaque année de reverser des fonds pour la recherche sur cette maladie dont on ne guérit toujours pas.

Au fil du temps, mon rôle est reconnu, ma voix est entendue, un paradoxe pour quelqu'un qui a perdu l'usage de la parole à deux reprises



Le mot du réalisateur

A travers l'histoire d'Armand, j'ai souhaité rendre compte de l'évolution d'un jeune adulte qui apprend à 18 ans que la vie qu'il imaginait n'allait pas se dérouler comme prévu. Comment se recréer un projet de vie quand une maladie arrive et emporte vos envies, vos rêves ?

Le parallèle entre l'histoire de son parcours de vie et son aventure en draisiennne me semblait tout trouvé. Armand utilise un véhicule d'enfant pour avancer vers un rêve. Ce n'est parfois pas toujours simple, par moment il chute, il se relève, il avance.

« Je n'avance pas comme tout le monde » est un film qui parle à tout le monde. Comme Armand nous avons tous des difficultés à surmonter.

A travers ce film, je voulais également apporter un message en faveur de la pratique sportive pour les personnes en situation de handicap et/ou de maladie chronique.

C'est grâce à ce duo gagnant qu'Armand a réussi à surmonter les handicaps dus à sa maladie. C'est la pratique du sport, et ses aventures qui lui a permis de se reconstruire et de se créer un nouveau projet de vie.

« Je n'avance pas comme tout le monde » est un film lumineux qui donne de l'espoir et l'envie d'avancer !

BENJAMIN LAURENT - REALISATEUR DU FILM



Sport et maladie un duo gagnant

Le sport, ou plus justement l'activité physique et sportive, est un enjeu majeur de santé publique. L'Institut national de la santé et de la recherche médicale (Inserm) a réalisé en 2008 une expertise collective en reprenant les résultats de plusieurs milliers d'articles scientifiques publiés à l'échelle mondiale.

Cette évaluation n'a fait que confirmer que « le sport est bon pour la santé et le bien-être ».

Madame Sophie Martinon, directrice adjointe de l'ARS Île-de-France, rappelle, lors des Olympiades de l'autisme organisées à la maison de l'autisme le 3 avril 2024 que : « *Les bienfaits du sport sont les mêmes pour tous, que l'on soit porteur d'un handicap ou pas. C'est à la fois un bien-être physique et un impact sur la santé mentale* ».

Cependant, réduire cette pratique aux personnes atteintes d'un handicap physique ou mental est un tort. Durant trop d'années, les médecins conseillaient fortement à leurs patients ayant une pathologie chronique de stopper toutes activités physiques et sportives. Il fallait protéger les muscles déjà fragilisés et ne pas surajouter de la fatigue à celle induite par la pathologie.

Pour rappel, « les maladies chroniques sont des affections non transmissibles de longue durée, parfois permanentes, qui évoluent avec le temps. Selon l'OMS, elles sont la première cause de mortalité mondiale et en Europe elles « concourent à près de 86 % des décès (...) et pèsent de plus en plus lourdement sur les systèmes de santé, le développement économique et le bien-être d'une grande partie de la population, en particulier chez les personnes âgées de 50 ans et plus ». (source Inserm)



Aujourd'hui, on assiste à un véritable changement de paradigme. En tenant compte des recommandations de pratiques et des complications liées à la pathologie, l'activité physique ne l'aggrave pas.

Une activité physique en étant adaptée a des bienfaits sur les personnes ayant des maladies chroniques (Sclérose en Plaques, Diabète, cancer, Parkinson, Alzheimer ...), des pathologies psychologiques (addictions, troubles alimentaires...), sans oublier les personnes vieillissantes.

Qu'apporte donc l'activité physique chez ces personnes ?

Elle réduit le risque de développer des problèmes de santé liés au surpoids (diabète de type 2, maladies cardiaques, hypertension artérielle, ostéoporose...). La dépression étant fréquente chez ces personnes, elle permet d'améliorer l'humeur, diminuer l'anxiété et combattre les sentiments négatifs. Elle permet également de gagner en autonomie ou de la maintenir.

L'isolement est fréquent chez les personnes en situation de handicap et/ou ayant une maladie chronique. Le fait de pratiquer une activité physique et sportive permet de créer des liens avec d'autres personnes.

L'exercice physique permet de mieux gérer les douleurs chroniques en réduisant l'inflammation et en augmentant la productions neurotransmetteurs analgésiques. Pour conclure, l'Activité Sportive Adaptée a une perspective thérapeutique, éducative et préventive. L'adaptation et la personnalisation de la pratique physique en fait sa force.

Abonnez-vous à la différence

Cortex 

www.cortex-media.tv