

OBJECTIF AUTONOMIE

Saint-Malo → Assemblée nationale
21 semi-marathons en 21 jours soit **443 km**
21 septembre – 14 octobre 2026

DOSSIER CENTRES DE RÉÉDUCATION

Vous travaillez chaque jour à redonner de l'autonomie à des personnes qui pensaient l'avoir perdue. Objectif Autonomie démontre sur 443 km que des technologies et des outils pour gérer le mental existent déjà et qu'ils transforment concrètement ce que vos patients peuvent faire. Ce projet est fait pour vous.



Géraud, équipé de son exosquelette, entouré du collectif Hustive : valides, soignants, malades chroniques avançant ensemble.

Géraud marche avec une sclérose en plaques grâce à un exosquelette. Anthony se déplace seul, non-voyant, grâce à des lunettes connectées. Ce que vous allez voir sur 443 km, vos patients pourraient en bénéficier aujourd'hui.

CE QUE VOS ÉQUIPES VOIENT CHAQUE JOUR

- Des patients qui **doutent de ce qu'ils pourront retrouver** et des soignants qui manquent d'outils pour les aider à se projeter au-delà du soin.
- Des technologies d'assistance disponibles, fiables, éprouvées mais **méconnues, rarement prescrites, souvent inaccessibles financièrement**.
- Une charge mentale qui pèse autant sur les patients que sur **les soignants eux-mêmes**, sans espace pour la reconnaître ni outils pour y répondre.

Votre centre est en première ligne. Ce projet vous donne des leviers concrets, pour vos patients, pour vos équipes, et pour peser dans le débat national sur l'accessibilité des aides techniques.

CE QUE NOUS VOUS PROPOSONS

- ✓ Comptabiliser les kilomètres de vos patients et soignants dans les 21 000 km solidaires nationaux, chaque pas compte, depuis votre centre
- ✓ Organiser des séances de marche ou de course soignants-soignés ensemble, pour casser les barrières, créer du lien et montrer que bouger ensemble change le regard
- ✓ Proposer des sorties cohésion inter-équipes, un moment choisi, pas une contrainte, pour que vos équipes soufflent et avancent ensemble autrement qu'en réunion
- ✓ Un retour d'expérience de Géraud et Anthony, après le projet, en visio ou en présentiel selon votre calendrier et votre localisation
- ✓ Inviter un professionnel de votre centre à la conférence du 13 octobre à l'Assemblée nationale, pour être acteur du débat, pas spectateur
- ✓ Chaque action est modulable selon vos contraintes. Vous choisissez ce qui fait sens pour vos équipes et vos patients.

Nous nous adaptons à vos contraintes. Une rencontre simple de 30 minutes avec quelques élus et habitants est déjà un signal fort.

DES SOLUTIONS QUI CHANGENT DÉJÀ DES TRAJECTOIRES

- **Technologies d'assistance**, exosquelettes, aides visuelles connectées : ces dispositifs permettent à des patients de retrouver mobilité, autonomie et vie sociale. Le frein n'est pas technologique.
- **Gérer le mental au quotidien**, faire face à l'incertitude, tenir dans la durée, adhérer aux traitements : des outils concrets qui renforcent l'efficacité même de vos parcours de soin.

Géraud a réalisé le premier marathon au monde en exosquelette. Ce n'est pas un exploit réservé aux champions. C'est la démonstration que la technologie, combinée à la préparation mentale, repousse ce qu'on croyait possible.

DU SOIN INDIVIDUEL AU MOUVEMENT COLLECTIF

Vos patients, vos soignants, vos équipes, acteurs d'un projet national à fort impact.

4 FAÇONS CONCRÈTES DE PARTICIPER

ACTIVITÉ 1

Km solidaires : patients & soignants

Vos patients et soignants cumulent leurs kilomètres via une plateforme dédiée, marche en rééducation, footing du midi, sortie du week-end. Tout compte. Tout s'additionne à l'objectif national.

C'est un levier de motivation concret pour les patients en parcours : chaque pas devient une contribution à quelque chose de plus grand qu'eux.

« Ce n'est plus juste de la rééducation. C'est faire partie d'un mouvement. »

ACTIVITÉ 2

Cohésion inter-équipes

Une sortie marche ou course entre équipes de services différents, médecins, kinés, infirmiers, administratifs. Un moment choisi, hors cadre habituel, pour recréer du lien horizontal.

Formulé comme une opportunité, pas une obligation. Ce qui compte, c'est l'envie d'y aller.

« Les meilleures équipes se construisent en dehors des couloirs. »

ACTIVITÉ 3

Marche soignants-soignés ensemble

Une ou plusieurs séances de marche ou course où soignants et patients avancent côte à côte, sans hiérarchie, sans blouse. Le mouvement efface les rôles et crée un espace différent.

Format souple : 30 minutes suffisent. Peut s'intégrer dans un temps de soin existant ou se tenir en dehors.

« Quand le kiné marche ou court à côté du patient, quelque chose change des deux côtés. »

ACTIVITÉ 4

Retour d'expérience Géraud & Anthony

Après le projet, Géraud et Anthony interviennent pour vos équipes et vos patients : ce que la technologie leur a permis, comment ils ont géré le mental face à la maladie, ce que 443 km leur ont appris.

En visio ou en présentiel selon votre calendrier et votre localisation. Format adaptable : grand groupe, équipe restreinte, patients uniquement. « Un témoignage réel vaut mieux que dix conférences théoriques. »

Le 14 octobre 2026 à l'Assemblée nationale une conférence clôturera le projet

« Maladie chronique : innover dans la prise en charge par la technologie et la gestion du mental »

Réunissant élus, médecins de MPR, neurologues, experts du mental et porteurs de projet. Objectif : faire évoluer les politiques publiques sur l'accessibilité des aides techniques et l'intégration du mental dans les parcours de soin.

PARTICIPEZ AUX 21 000 KM SOLIDAIRES NATIONAUX PENDANT LES 21 JOURS



Journalistes, élus, entreprises, associations, centres de rééducation, clubs sportifs, patients, aidants et citoyens peuvent participer au projet à distance, en cumulant leurs propres kilomètres via une plateforme dédiée, pour transformer un défi individuel en mouvement collectif. Un engagement mesurable, visible, partageable.

Lien plateforme de comptabilisation des km : <https://bit.ly/ObjectifAutonomie> ou scannez le QR code



SCAN ME

DES PORTEURS DE PROJET EXPÉRIMENTÉS, ENGAGÉS, PORTANT UNE VISION COMMUNE



Géraud Paillot de Montabert

Atteint de Sclérose en plaques, équipé d'un exosquelette.

Ancien vice-président stratégie international, Chevalier de l'Ordre national du Mérite, fondateur d'Adventure Hustive. 8 titres de champion du monde de paranatation hivernale, expédition Arctique, premier marathon et premier trail au monde en exosquelette.

Anthony Hody

Atteint d'une rétinite pigmentaire, équipé de lunettes connectées. Perte progressive de la vue et de son activité professionnelle. Aujourd'hui engagé dans des défis handi-valides de grande ampleur (Kilimandjaro, désert marocain). Une cécité, une technologie différente, la même conviction.



Pour découvrir davantage de contenus sur cette initiative, consultez les reportages ci-dessous :

