

Dossier de Presse  
Projet Bike up & Down

*Blois – Nouméa*

*à bicyclette en défendant l'inclusion par  
le sport des personnes porteuses de  
Trisomie 21*



Emilie et Davy SANCHIS

*V4 Novembre 2021*

## Emilie & Davy en image et en quelques mots

Rencontre en 2012, bénévoles pour la construction d'une kerterre

(habitat écologique autoconstruit)

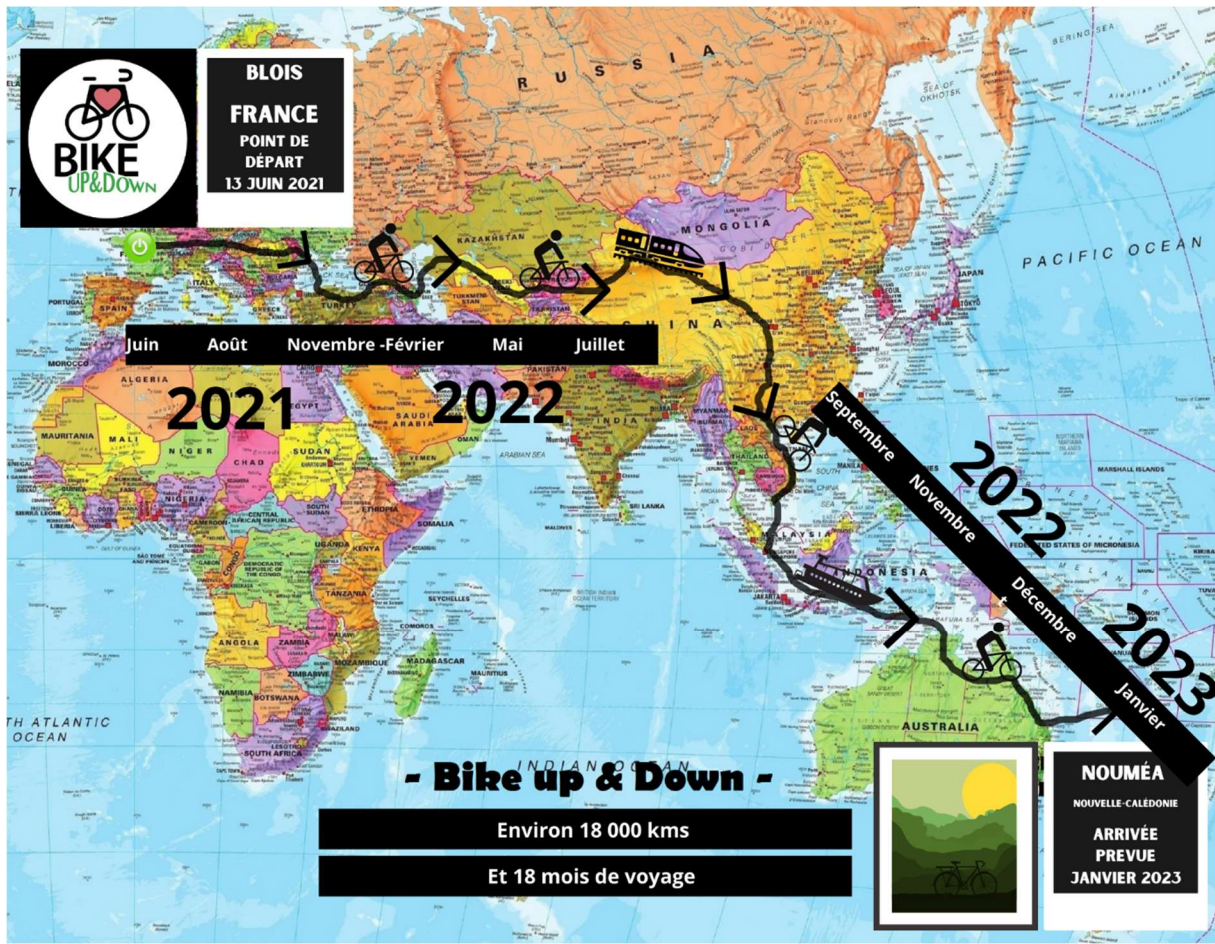


Un couple avec une solide expérience des voyages en autonomie (cf. CV des voyageurs, annexe 1) des capacités éprouvées d'organisation et d'adaptation, une endurance physique et mentale

DAVY, 42 ANS	EMILIE, 40 ANS
Responsable d'un négoce bois	Directrice administrative et financière
Courageux, ultra sportif, aventurier, innovant, prêt à tout	Dynamique, sportive, organisée, patiente, drôle
➡ <b>c'est le créatif du projet</b> dont le sens pratique permettra de résoudre toutes les petites difficultés de la vie quotidienne en bivouac	➡ <b>c'est la gestionnaire du projet</b> dont la patience et le sens de l'humour permettront de temporiser et prendre du recul dans les moments les plus durs

**"Parce qu'au bout du compte, tu ne te souviendras pas du temps passé au bureau ou à tondre la pelouse. Va grimper cette foutue montagne"** Jack Kerouac

# Un voyage respectueux de l'environnement : 18 000 km à bicyclette à travers 18 pays



Cf. annexe 2 : synthèse du parcours

Lauréats 2020 du label des voyageurs décerné par l'association ABM - Aventure du Bout du Monde.



# Objectif : Défendre l'inclusion par le sport et récolter des fonds pour la trisomie 21

Retrouvez toutes les informations sur notre page Facebook :



<https://www.facebook.com/BikeupandDown>

La trisomie 21, appelée aussi syndrome de Down, apparaît dans approximativement un cas sur 770 naissances, c'est l'anomalie chromosomique la plus fréquente chez l'être humain (cf. annexe 3). C'est ainsi que l'idée du projet Bike up & Down (pour le syndrome) est née.



*Chris Nikic, 21 ans, le premier porteur de Trisomie 21 à avoir terminé un Iron Man le 07/11/2020*

Nous prenons appui sur les associations et la presse locale de chaque pays traversé pour faire passer le message de l'inclusion et récolter des fonds, si possible, autour d'évènements sportifs.



## Nous nous appuyons sur vous le long de la route :

### ➤ VOUS ÊTES UN ÉTABLISSEMENT SCOLAIRE ?

Pour nous suivre ou nous rencontrer le long du parcours, créer un projet pédagogique autour de Bike up & Down, participer à des évènements avec nous, proposer des idées pour agrémenter nos réseaux sociaux (dessins de chaussettes dépareillées, symboles des journées de la Trisomie 21) et favoriser les échanges internationaux



Exemples d'établissements scolaires actuellement partenaires dans lesquels nous sommes allés :

- Ecole Victor Hugo à Blois (classes ULIS),
- Collège Beaulieu à Châteauroux (classe IME inclusive),
- Ecole Michel Colucci à Montberon (Haute-Garonne),
- Ecole Montessori Le Renard et la Rose à Orléans (Loiret),
  - Ecole des Planches à Saint Maur (Indre),
  - Ecole primaire de Gaildorf (Allemagne),
- Lycées Herman Ottó et Zrínyi Ilona Gimnázium de Miskolc (Hongrie),
  - Lycée Mihai Eminescu de Cluj-Napoca (Roumanie),
  - Ecole Centrale de Bucarest (Roumanie),
  - Collège Mihai Eminescu de Iasi (Roumanie),
  - Lycée français Pierre Loti d'Istanbul (Turquie).



Présentation du projet et animation vélo – Ecole Le Renard et la Rose, Orléans

- VOUS ÊTES EN LIEN AVEC LE HANDICAP MENTAL (ASSOCIATIONS AUTOUR DE LA TRISOMIE 21 OU DU HANDICAP MENTAL, ASSOCIATIONS SPORTIVES, EMPLOYEURS, FOYERS DE VIE, FAMILLES...)

Accueillez-nous le long de notre route pour que nous puissions vous présenter le projet en partageant un moment avec vous (sportif si possible mais nous sommes ouverts à toute autre idée (culinaire, artistique...)).

Laissez-nous si possible planter notre tente dans vos foyers, jardins pour partager un bout de vie avec vous.

Exemples de structures avec lesquelles nous avons fait des activités :

- **IME** : Saint Laurent les Eglises (Haute-Vienne), « Les Martinets » (Indre), « Pierre Fourquet » (Tarn),
- **MAS** : Aix sur Vienne (Haute-Vienne), Le Breuil (Saône-et-Loire),
- **Foyers de vie** : « Blois-Vienne » et « Dequoy » (Loir-et-Cher), « Mas de la Tour » et « centre Boissor » (Lot), « Jacques Besse » (Tarn), « Les Colombes » d'Autun (Saône-et-Loire), « Le Moulin » à Mulhouse ; « Sonnenhof » à Gaildorf (Allemagne),
- **ITEP** : Les Cottreaux de Cosne-sur-Loire,
- **Centre de Loisirs** : Pluriels de Belfort,
- **CREA** : Roppe (Territoire de Belfort),
- **Centres de jour** : Manovari Tanoda à Miskolc (Hongrie), Centre chrétien à Târgu-Jiu (Roumanie).



*Présentation du projet – Centre d'accueil chrétien de Târgu-Jiu (Roumanie)*

Exemples d'associations autour du handicap ou sportives avec lesquelles nous avons fait des activités :

- **Associations de sport adapté** : « L'Eclaircie » à Vineuil (Loir-et-Cher), Fédération Française du Sport Adapté (FFSA - bénévoles au championnat d'athlétisme indoor à Nantes - mars 2021), « Nîmes Sport Santé », « l'Avi Sourire » à Marseille, « ATHOM » à Avignon, FFSA du Loiret, « Le Soleil Brille pour Tout le Monde » à Vernierfontaine (Doubs) ; « Special Olympics » (Slovaquie, Roumanie et Moldavie),



*Rencontre avec des athlètes de Special Olympics – Bratislava (Slovaquie)*

- **Associations autour de la Trisomie 21** : « Trisomie 21 » Bouches du Rhône, Creuse, Loiret, Côte d'Or et Franche-Comté, « Autour de Lou » à Nevers (France) ; Downovsyndrom à Bratislava (Slovaquie) ; « APCSDC » , « DownCer » et « Happyatoys » à Cluj-Napoca, « Down Bucuresti » à Bucarest et « Down Art Therapy » à Târgu-Jiu (Roumanie) ; « Sunshine » (Moldavie), « Turkiye Down Sendromu » à Istanbul (Turquie),



*Rencontre de 3 associations de parents autour de la Trisomie 21, Cluj-Napoca (Roumanie)*

- **Associations de cyclistes** : « Châteauroule » à Châteauroux (Indre), « Véli-Vélo » à Limoges (Haute-Vienne), Fédération Française de Cyclisme du Loiret, « Cadres » à Mulhouse, « Kerékpáros » à Miskolc (Hongrie), « TrixBike » à Târgu-Jiu (Roumanie), « Ciclismul Urban » à Chisinau & « Moldovan Cyclism Federation » (Moldavie),



*Marathon vélo inclusif, Chisinau (Moldavie)*

- **Association de séjours adaptés** : « Accès Aventure » (séjour au Tyrol - Autriche),
- **Association Internationale des Médecins** : « MalnS » à Bratislava (Slovaquie).

Exemples de lieux d'emploi inclusifs dans lesquels nous avons été accueillis :

- **Restaurants** : « Un petit truc en plus » à Mulhouse ; « Harmony » à Iasi (Roumanie),
- **Hôtels-restaurants** : « Einsmehr » à Augsburg (Allemagne), « Bivio » à Bratislava (Slovaquie),
- **Ferme sociale** : « Baráthe gyi Majorsága » à Miskolc (Hongrie),
- **Supermarché** : « Auchan » à Miskolc (Hongrie),
- **Cafés/salons de thé** : « Cofeels » à Cluj-Napoca, « SanThe Fitoceainarie » à Bucarest; - « Tebessüm » à Istanbul (Turquie).



*Tebessum Kahvesi, Istanbul (Turquie)*

Exemples de familles avec un enfant trisomique dans lesquelles nous avons été accueillis :

- **BERTRAND (Blois),**
- **BARON (Castres),**
- **RIEU (Marseille),**
- **ARRIVET (Avignon),**
- **BEST (Haute-Loire, coach sportif de Julien, jeune trisomique voulant faire un triathlon),**
- **MEIER (Cluj-Napoca, Roumanie),**
- **BUTU (Târgu-Jiu, Roumanie),**
- **BURLACA (Chisinau, Moldavie).**



*Famille Butu, Târgu-Jiu (Roumanie)*

- VOUS ÊTES UN(E) SPORTIF(VE) OU UNE PERSONNALITÉ RECONNUE PORTEUSE DE TRISOMIE 21 AMBASSADEUR(DRICE) de NOTRE PROJET

Aujourd'hui, nous avons un ambassadeur dans le Loir-et-Cher, nous en recherchons d'autres dans les pays traversés :

Sébastien Borbon, nageur et basketteur trisomique de 41 ans qui travaille dans un ESAT dans le Loir-et-Cher , vit dans un appartement en colocation avec d'autres personnes avec un handicap mental dans un foyer ADAPEI.

Son rôle : parler de notre projet autour de lui et faire entendre le message de l'inclusion en tant que personne porteuse de Trisomie 21 :



*Sébastien, porteur de Trisomie 21 et ambassadeur de notre projet en France*

- VOUS ÊTES UN MEDIA DE LA PRESSE ECRITE OU AUDIOVISUELLE

Vous pouvez relayer le message de l'inclusion et nous aider à récolter des fonds.

Exemples de médias dans lesquels nous avons eu des articles/interviews/reportages :

Presse écrite :

- La nouvelle République (Loir-et-Cher, Indre),
- La Renaissance, L'Épicentre (Loir-et-Cher),
- Carré Barré (Indre)
- Blois Mag,
- Le Populaire (Haute-Vienne),
- La Marseillaise,
- La Provence,
- Sport Mag,

- La Montagne (Auvergne),
- La Dépêche (Tarn),
- Le Journal du Centre,
- La République du Centre,
- Le Creusot Infos,
- Handicap Info,
- L'Est Républicain (Besançon et Belfort),
- Magazines de voyage : « Globe-Trotter », « Carnets d'Aventure »,
- Journal des anciens élèves de Sciences Po (dont Emilie fait partie)
- Le journal de Miskolc (Hongrie),
- Viata medicala (Roumanie),
- Journal de Jassy et Ziarul de Iasi (Iasi – Roumanie),
- Le Petit Journal à Istanbul (média des expatriés - Turquie).



**TV :**

- BIP TV (Indre)
- TV Tours (Indre-et-Loire),
- Azur TV,
- France 3 Alsace,
- Miskolc TV et RTL Klub (TV nationale - Hongrie)
- Moldova 1, Publika TV, PRO TV et Prime TV (TV nationales – Moldavie)



## Radios :

- RCF,
- Studio Zef (région Centre- Val de Loire),
- France Bleu,
- France Inter,
- Radio Shalom,
- Allô la Planète,
- Radio Omega (Târgu-Jiu, Roumanie).



### ➤ VOUS SOUHAITEZ DEVENIR MECENES ET DONATEURS POUR LE PROJET BIKE UP & DOWN

Pour défendre l'inclusion par le sport en faisant un don à Trisomie 21 France ou Down Syndrome International. Vous associer, vous ou votre entreprise à une image d'engagement, de solidarité, de dépassement de soi et d'aventure. Une image tournée vers le monde, l'humain et la société inclusive.

Faites des dons (déductibles des impôts) à Trisomie 21 France (association française), Down Syndrome International (association mondiale) sur les plates formes créées pour notre projet pour favoriser l'inclusion :

Dons pour Trisomie 21 France : <https://www.gandee.com/participate/596>

Dons pour Down Syndrome International : <https://www.justgiving.com/fundraising/bikeupanddown>



➤ POUR NOUS SUIVRE ET NOUS CONTACTER

Emilie SANCHIS + 33 6 89 68 78 98

Davy SANCHIS + 33 6 63 08 36 46

[bikeupanddown@gmail.com](mailto:bikeupanddown@gmail.com)

 <https://www.facebook.com/BikeupandDown>

 <https://www.instagram.com/bikeupanddown>

 <https://youtube.com/channel/bikeup&down>





## EMILIE ET DAVY SANCHIS

NOMADES, SPORTIFS ET  
AVENTURIERS



Emilie 0689687898  
Davy 0663083646



bikeupanddown@gmail.com



bikeup&down



bikeupanddown



bikeup&down

## PAYS TRAVERSÉS

### EMILIE

Angleterre, **Australie**, Autriche, Belgique, Canada, Croatie, Ecosse, Egypte, Hongrie, **Inde**, **Islande**, Irlande, Norvège, Suisse, République Tchèque, Turquie.

### DAVY

Allemagne, Belgique, Croatie, Espagne, **Italie**, Pays-Bas, **Pologne**, Portugal, Slovénie, Tchécoslovaquie, **Tunisie**, Yougoslavie.

### EMILIE ET DAVY (DEPUIS 2012)

**Albanie**, Allemagne, Arménie, Belgique, Bosnie, **Bulgarie**, **Cambodge**, Chypre, Croatie, Danemark, Espagne, Géorgie, Ghana, **Guinée Conakry**, Italie, **Laos**, Luxembourg, Macédoine, Monténégro, Maroc, Monaco, Pays-Bas, Pologne, Portugal, San Marin, Slovénie, **Suède**, Taiwan, Thaïlande, Tunisie

## SPORTS PRATIQUÉS

### EMILIE

**Alpinisme**, **aviron**, badminton, **course à pied**, cyclisme, escrime, **randonnée**, tennis

### DAVY

Badminton, **course à pied**, **cyclisme**, **football**, natation, randonnée, roller, ski, tennis et tennis de table, **triathlon**

## NOS ÉMOTIONS FORTES

### Semi-marathon d'Angkor (2015)

Marathon de Copenhague (2017)

### Rando bivouac au Nord Laos parmi les ethnies Hmongs et Lenten (2016)

Ascension du Toubkal (4167m/Maroc 2014)

### Rando bivouac en Guinée Conakry parmi l'ethnie Peul et ses danses nocturnes (2017)



# La TRISOMIE 21

**UN EXTRA-CHROMOSOME !**  
LES PERSONNES T21 ONT 47 CHROMOSOMES AU LIEU DE 46. UN EXTRA-CHROMOSOME VIENT S'AJOUTER !

= **SYNDROME DE DOWN**  
ANOMALIE GÉNÉTIQUE DÉCOUVERTE EN 1959

**D'HIER...**

**Espérance de vie :**  
Seulement **20 ans**  
dans les années 50

**Prise en charge :** quasi inexistante

**Vie sociale :** pas de droit de vote et peu de projets professionnels



**... À AUJOURD'HUI**

**Espérance de vie :**  
**50 ans** pour plus de 50%

**Prise en charge multiples :**  
dès le plus jeune âge

 orthophonie
  psychomotricité
  kinésithérapie

**Vie sociale**

- Scolarisation et travail en milieu ordinaire en augmentation
- accès aux loisirs, au sport, à la culture
- droit de vote depuis 2009.

**LE SAVIEZ-VOUS ?**  
Il existe 3 types de trisomie 21

**95%**  
TRISOMIE LIBRE  
(47 chromosomes)

**2,5%**  
TRISOMIE PAR  
TRANSLOCATION  
(le chromosome 21 est fusionné avec un autre)

**2,5%**  
TRISOMIE MOSAÏQUE  
(47 chromosomes d'un côté et 46 de l'autre)

**MAIS ENCORE DE NOMBREUX PROGRÈS À FAIRE** dans l'accompagnement des personnes T21 à tous les âges de leur vie !

**COMBIEN ?**



**65 000**  
FRANCE



**400 000**  
EUROPE



**8 000 000**  
MONDE

Touche aussi bien **LES FILLES** que **LES GARÇONS**



**1 NAISSANCE SUR 700**

**DES RÊVES, DES PROJETS, DES MÉTIERS ... COMME TOUT LE MONDE !**



**Pascal Duquenne**  
**ACTEUR** belge  
dans le film «Le Huitième Jour»



**Chris Burke**  
**ACTEUR** américain  
dans la série «Corky, un adolescent pas comme les autres»



**Pablo Pineda**  
**PROFESSEUR** et **ACTEUR** espagnol  
dans le film «Yo, también»



**Lauren Potter** **ACTRICE** américaine  
dans la série «Glee»



**Nathalie Nechtschein** **écrivain** et **poétesse** française



**Kevin Grow** **basketteur** américain

**HOPTOYS.FR**