

Qui décide de tes limites ?

La Ligue Handisport Francophone lance une campagne pour changer le regard sur le handicap intellectuel dans le sport



12/06/2026

Un constat : un public encore trop peu visible

Malgré les nombreux bienfaits du sport, les personnes présentant une déficience intellectuelle restent aujourd'hui largement sous-représentées dans les clubs sportifs.

Manque d'information, représentations négatives, environnements inadaptés ou encore surprotection constituent autant de freins à leur accès à la pratique.

Le sport comme levier de santé et d'inclusion

À travers cette campagne, la LHF met en lumière le rôle fondamental du sport comme :

- un outil de santé physique et mentale
- un vecteur d'inclusion sociale
- un espace d'épanouissement et de confiance en soi

Le message est simple : chacun peut pratiquer une activité sportive, à son rythme et selon ses capacités.

Une campagne pour déconstruire les idées reçues

Au cœur de la campagne, une question volontairement interpellante :

« Mes limites ? Je les dépasse ! »

Par cette approche, la LHF invite chacun à reconsidérer les limites souvent attribuées aux personnes concernées et à reconnaître leur potentiel.

Loin des clichés, la campagne valorise des parcours et des expériences positives, dans une approche inclusive, accessible et non stigmatisante.

Une diffusion large et progressive

La campagne sera diffusée sur plusieurs supports (radio, télévision, presse et digital) et s'articulera autour de trois périodes de visibilité :

- du 15 au 28 juin
- du 17 au 30 août
- du 12 au 25 octobre

Au-delà de ces temps forts, la LHF ambitionne de faire vivre ce message dans la durée, en collaboration avec ses clubs et partenaires.

La campagne sera notamment active sur le terrain dès ses premières semaines, notamment ce jeudi 18 juin lors de la [Handifoot Brioches Pasquier Handifoot Cup – journée finale](#) et le 1er juillet à l'occasion de la [journée finale CMA](#). Ces activations illustrent la volonté de la LHF de faire vivre la campagne au plus près de ses publics.

Une mobilisation collective

La campagne s'adresse à un large public :

- aux personnes présentant une déficience intellectuelle
- à leur entourage
- aux professionnels du sport, de l'éducation et de la santé
- ainsi qu'au grand public

Chacun peut contribuer à faire évoluer les regards et à favoriser l'accès au sport pour tous.

Retrouvez tous le contenu de la campagne [en cliquant ici](#)

► INFOS ET CONTACT

Christophe Jardon - 0488/625.4884 - christophe.jardon@handisport.be

[Vidéo de la campagne "Mes limites ? Je les dépasse !"](#)

PARTENAIRES LHF



Partners



Media partners



Suppliers & project partners



[Découvrez notre site](#)



[Regardez nos vidéos](#)



[Suivez nous sur Facebook](#)

Copyright © 2026 Ligue Handisport Francophone,
Tous droits réservés.

Nos coordonnées :
Ligue Handisport Francophone
69 Avenue du Centenaire
6061 Montignies-sur-Sambre
Tel: 071 10 67 50

[Me désinscrire](#) [Mettre mon profil à jour](#)

Vous recevez cet email car vous avez marqué votre
intérêt pour le handisport.

Personne de contact:
Christophe Jardon
Chargé de communication
0488/625.488
christophe.jardon@handisport.be