



Journée d'échanges

Samedi 25 janvier 2020

Hôtel Travelodge Québec
3125, boulevard Hochelaga
Sainte-Foy (Québec) G1W 2P9

THÈME DE LA JOURNÉE

Parents-experts : Exploration de nos expériences
pour s'enrichir collectivement

Halte-Garderie pour les enfants (0-5 ans)

Activité pour les jeunes (6 ans et plus)

Conférences et dîner d'échanges pour les parents.

1^{re} PÉRIODE

Accompagner mon enfant vers
son autonomie en fonction de son
âge et de sa situation

Animatrice : Sylvie Tétreault Ph.D.

Elle travaille dans le domaine de la
réadaptation depuis 1981, suite à
une formation en ergothérapie.

2^e PÉRIODE

Témoignages de parents : Possibilités
et limites comme parent pour favoriser
l'autonomie de son enfant

Au travers de témoignages de parents
d'expérience, les participants pourront
explorer les différents enjeux en lien avec
l'acquisition de l'autonomie de l'enfant



DATE LIMITE D'INSCRIPTION : 10 JANVIER 2020

Inscrivez-vous par la poste ou par Internet : aqpehv.qc.ca
cliquez sur les onglets : [Activités](#) – [Inscription activités](#) – [en ligne](#)

SVP, veuillez nous confirmer votre inscription dès que possible
par téléphone ou par courriel.

Pour informations : Geneviève Genest, intervenante, accueil et soutien
Téléphone : 450 465-7225 ou 1 888 849-8729 (sans frais)





HORAIRE

8 h 30 :

INSCRIPTION des participants à la table d'accueil
(Salle Frontenac-Montcalm, rez-de-chaussée)

VISITE DES KIOSQUES

(Corridor devant Salle Frontenac-Montcalm, rez-de-chaussée)

OUVERTURE DE LA HALTE-GARDERIE

Accueil des enfants de 0 à 5 ans

(Salle Laurier, 2^e étage)

9 h 00 :

Rassemblement des jeunes de 6 ans et plus
(Hall d'entrée de l'hôtel)

9 h 30 :

Départ des autobus pour l'activité des jeunes

10 h à 12 h :

1^{re} Période : Accompagner mon enfant vers son autonomie en fonction
de son âge et de sa situation

(Salle Frontenac-Montcalm, rez-de-chaussée)

12 h à 14 h :

DÎNER D'ÉCHANGES

(Au restaurant Les Voûtes, au sous-sol)

VISITES DES KIOSQUES

14 h à 16 h :

2^e Période : Témoignages de parents : Possibilités et limites comme
parent pour favoriser l'autonomie de son enfant

(Salle Frontenac-Montcalm, rez-de-chaussée)

16 h 00 :

FIN DES ACTIVITÉS

Venez rencontrer
Nos exposants qui se feront
un plaisir de vous rencontrer !

KIOSQUES

Dès 8 h 30



TABLE DES JEUX ADAPTÉS

Avec Lise Simard et Micheline Théberge.

« Le comité des jeux adaptés » offre aux personnes ayant une déficience visuelle une vaste sélection de jeux adaptés à leur condition et pour tous les âges.

TABLE DES LIVRES ADAPTÉS (TACTILIVRES)

Louise Comtois, enseignante à la retraite et coauteure du guide
« Vers la conscience de l'écrit »

Un projet favorisant l'éveil à la lecture chez les enfants aveugles de 0 à 5 ans. L'habitude de toucher à des livres adaptés (tactiles) dès le plus jeune âge est certainement un facteur important dans le développement du toucher et du langage.



Les programmes à l'ASAQ :



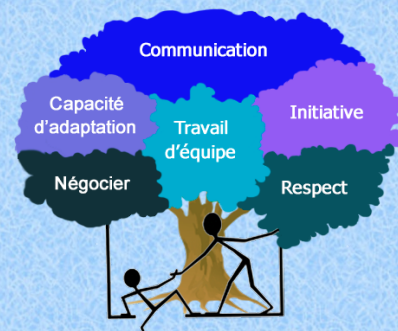
Le programme *Du sport pour moi !* vise à initier des enfants aveugles et malvoyants âgés de 6 à 12 ans à différents sports. En effet, la pratique du sport représente un élément clé dans le développement des habiletés physiques et sociales de l'enfant. Les jeunes peuvent apprendre à jouer au mini-goalball dès l'âge de 8 ans pour se développer en tant que futurs athlètes à ce sport paralympique ou tout simplement pratiquer, en initiant leurs amis voyants. L'ASAQ forme les entraîneurs, intervenants ou toutes personnes qui auront à travailler avec une clientèle vivant avec une déficience visuelle.



La Fondation Cypihot-Ouellette contribue financ  ri  ment    différents projets qui soutiennent et font la promotion de l'éducation et de l'inclusion des personnes vivant avec une déficience visuelle.

Ses axes d'intervention sont l'ÉDUCATION, la VIE EN SOCIÉTÉ et la RECHERCHE et DÉVELOPPEMENT. INTERVENIR AUPRÈS DES JEUNES EST AU CŒUR DE SA MISSION.

AUTONOMIE



Parents-experts : Exploration de nos expériences pour s'enrichir collectivement

L'objectif de cette journée est d'explorer comment amener son enfant à vivre ses propres expériences et défis. Les animations permettront d'identifier différentes façons de l'aider à surmonter les difficultés de façon à être plus autonome.



Animatrice : Sylvie Tétreault Ph.D.

Elle travaille dans le domaine de la réadaptation depuis 1981, suite à une formation en ergothérapie. Elle a été professeure à l'Université Laval et à la Haute École de santé de Suisse occidentale. Ses intérêts de recherche concernent la personne en situation de handicap, sa famille et les différentes stratégies pour les soutenir dans leur développement respectif.

1^{re} PÉRIODE

Accompagner mon enfant vers son autonomie en fonction de son âge et de sa situation

En fonction de l'âge de leur enfant, les parents discuteront en petits groupes trois thèmes liés à l'acquisition de l'autonomie, soit :

✧ De la naissance à 5 ans

1. Socialisation et communication;
2. Jeu d'habiletés sociales;
3. Activités de la vie quotidienne.

✧ De 6 à 12 ans

1. Organisation des travaux scolaires;
2. Respect de soi et des autres;
3. Activités de la vie quotidienne.



✧ De 12 à 21 ans

1. Intimité, jardin secret et vie amoureuse;
2. Prise de responsabilités;
3. Expérience de vie et de travail.

À la fin des échanges sous-groupes, une plénière permettra de ressortir des stratégies gagnantes autant pour le parent que pour son enfant.

2^e période

Témoignages de parents : Possibilités et limites comme parent pour favoriser l'autonomie de son enfant

Au travers de témoignages de parents expérimentés, les participants pourront explorer les différents enjeux en lien avec l'acquisition de l'autonomie de l'enfant. Ces témoignages vont illustrer divers cheminements. Les propos des conférenciers aborderont différents défis que rencontre le parent et l'enfant, que ce soit d'apprendre à « lâcher prise », de négocier avec son enfant le degré de liberté à lui accorder, d'ajuster son point de vue avec le conjoint ou encore de passer harmonieusement la transition à travers les différents âges. Suite à ces partages riches en expériences de vie, les parents participants pourront poser des questions aux familles et réfléchir à leur propre situation.

Les défis rencontrés

Par la famille Laflamme-Doucet



L'annonce de la cécité d'Éliane fut un choc qui nous a déstabilisés humainement et comme couple, mais qui nous a aussi recentrés sur la nécessité de passer à l'action et de s'adapter à cette situation inattendue.

Nous nous sommes rapidement ressaisis et avons fait front commun en sortant de l'isolement et en faisant appel à nos ressources personnelles et à notre entourage.

Nous avons mis en place un réseau de services pour offrir à Éliane des opportunités de développement et des activités favorisant son autonomie, sa socialisation et sa confiance en son potentiel.

En parallèle, la poursuite des investigations médicales afin de confirmer ou infirmer des pathologies éventuelles, les hypothèses des professionnels de la santé ont nourri bien des nuits d'anxiété, des doutes et des remises en question.

Être le plus autonome possible

Par la famille Otis-D'Anjou



L'autonomie prend tout son sens et son importance quand on est une personne « multihandicapée ». C'est le cas d'Olivier, aveugle, et de son frère jumeau Christophe qui a une basse vision. Ayant une paralysie cérébrale, ils sont tous les deux en fauteuil roulant. Ils ont plusieurs atteintes niveau santé et différentes incapacités. Olivier et Christophe, qui ont aujourd'hui 23 ans, termineront leurs études collégiales en mai prochain. Christophe, qui apprend présentement l'espagnol malgré ses difficultés d'élocutions dues à sa paralysie cérébrale, désire poursuivre des études universitaires.

Nous ne vous cacherons pas que le dévouement total des parents a été nécessaire, ils ont appris malgré eux la nécessité de prendre soin de soi.

Le besoin de demander de l'aide et d'aller chercher des ressources supplémentaires s'est fait sentir et l'aide extérieure a toujours été une nécessité pour élever deux enfants polyhandicapés en soif d'apprendre.

Enfin, ils vous partageront leur parcours en lien avec le développement maximal des garçons et le lâcher-prise essentiel pour conserver un certain équilibre et surtout préserver sa santé physique et mentale. L'importance de s'entourer des bonnes personnes et d'utiliser les ressources offertes est vitale.



ACTIVITÉ DES JEUNES

(6 ans et plus)

Les jeunes sont accompagnés par les moniteurs du Service des loisirs de la Fondation des Aveugles du Québec.

DU FUN À PROFUSION AU NOUVEAU MÉGA PARC ! UN ENVIRONNEMENT FANTASMAGORIQUE !

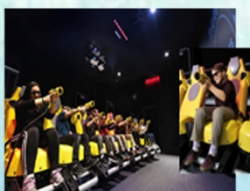
Avec des enfants, c'est le succès assuré dans un lieu très excitant. On peut y essayer différents manèges allant du très tranquille au plutôt modéré. On y retrouve de tout : un carrousel, des auto-tamponneuses, une grande roue, des avions, des hélicoptères, un pendule et encore plus.

Il y en a pour tous les goûts et quelques nouveaux manèges, comme le piston et le télégraphe et la montagne russe sont là pour donner quelques sensations fortes aux plus téméraires. Ça fait une « sacrée » belle sortie !

Le port de chaussures, d'un pantalon et d'un chandail est obligatoire. Attention aux objets pouvant être échappés lors d'un tour d'attraction (cellulaire, montre, argent, lunettes, etc.)

Note : Le dîner est offert par l'**AQPEHV**. Il sera pris sur place dans les aires de restauration des Galeries de la Capitale.

LE PLUS IMPORTANT PARC D'ATTRACTIONS INTÉRIEUR AU QUÉBEC



Cortex



Condor



Expres



Carrousel



Force G



MÉGA PARC
GALERIES
DE LA CAPITALE



Centrale



Pendule



Helix



Electro



Pare-chocs



HALTE-GARDERIE « Les p'tits soleils »

Enfants de 0 à 5 ans



HEURES D'OUVERTURE :

Le service de halte-garderie est offert dès 8 h 30 jusqu'à la fin de l'activité.

SUPERVISION :

Une équipe formée d'éducatrices spécialisées.

DÎNER ET COLLATIONS :

Une collation est servie en avant-midi et en après-midi.
Le dîner est servi directement à la halte-garderie vers 11 h 30.

ACTIVITÉS :

Des activités libres ou dirigées sont offertes dans un environnement amusant et stimulant avec des jeux et un encadrement adapté aux besoins des enfants.

HALTE-GARDERIE

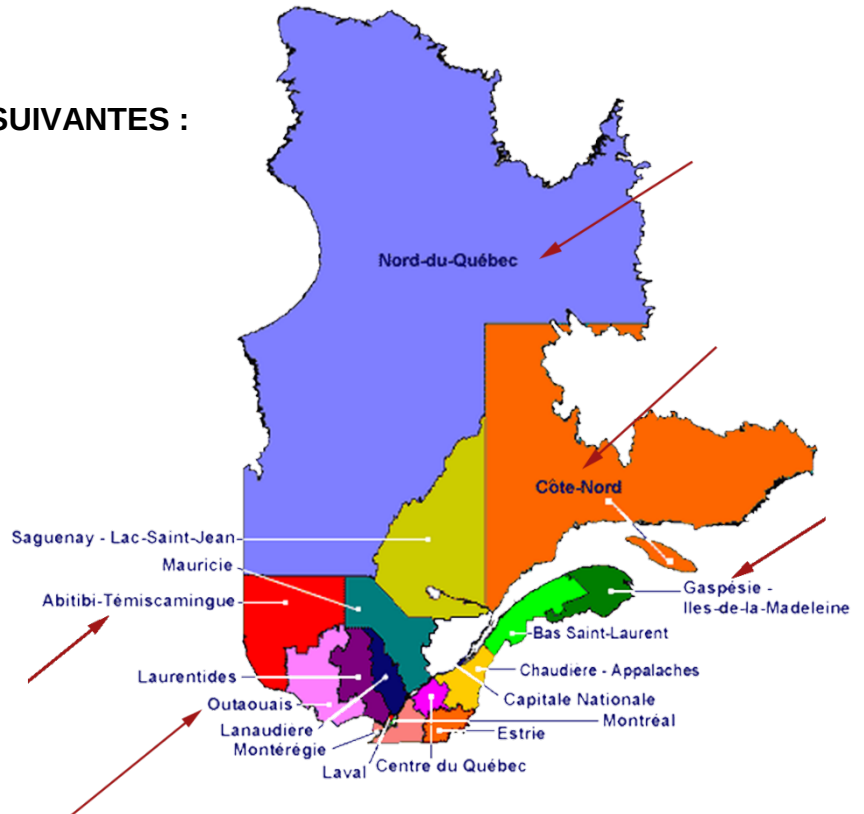


Politique et désignation régions éloignées

Les membres actifs dont le **lieu de résidence est situé à 300 km et plus (pour un aller) du lieu de l'événement** pourront bénéficier d'un hébergement gratuit pour une nuit. Les coûts seront défrayés par l'**AQPEHV**. (Voir formulaire d'inscription forfaits régions éloignées).

LES RÉGIONS ÉLOIGNÉES SONT LES SUIVANTES :

- 07 - Outaouais
- 08 - Abitibi-Témiscamingue
- 09 - Côte-Nord
- 10 - Nord-du-Québec
- 11 - Gaspésie — Îles-de-la-Madeleine



*Les distances routières ont été calculées à partir du site Internet
du ministère Transport Québec au lien suivant :*

<http://www.quebec511.info/fr/distances>



*Pour toute information, veuillez contacter l'**AQPEHV**
au 1-888-849-8729 ou au 450-465-7225.*

