



AQPEHV

# L'ÉCLAIREUR

Association québécoise des parents d'enfants handicapés visuels  
**2011-2012**



DES PARENTS  
**PROACTIFS...** p49



7



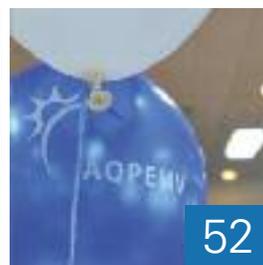
12



16



36



52



61

# Association québécoise des parents d'enfants handicapés visuels

## Adresse

10, boul. Churchill, bureau 203,  
Longueuil (Québec) J4V 2L7

## Téléphone

450 465-7225  
1 888 849-8729

## Télécopieur

450 465-5129

## Courriel

info@aqpehv.qc.ca

## Site web

www.aqpehv.qc.ca

## PRODUCTION

### Responsable de l'édition

Roland Savard,  
directeur général de l'AQPEHV

### Coordination et correction

Geneviève Genest, intervenante accueil  
et soutien de l'AQPEHV

### Graphisme et mise en page

Marie-Claude Germain,  
graphiste chez ProgramAction

## COLLABORATEURS À LA RÉDACTION

Centre de réadaptation en déficience physique Le Bouclier

Yannick Bacher-René

Rosalie Bellemare

Luc Bellemare

Louise Bonneau

Jade Castonguay-Harding

Louis-Philippe Chrétien

Carl Desloges

Maude Demers Bonin

Andrée Ducasse

Martine Fontaine

Paméla Fugère

Geneviève Genest

Caroline Goyette

Jessica Hamel

Annie Hulmann

Jean Jacques

Denis Joncas

Mylène Lachance

Louise Laroche

François Létourneau

Marie-Claude Lavoie

Sylvain Nadeau

Isidore Ouellet

Carolyne Roussel

Éric Roussel

Camille St-Laurent

Lauriane St-Onge

Roland Savard

Nathalie Thibeault

Joanne Thibodeau

Martha Patricia Torres

Isabelle Plante

Julie Véronneau

Karine Villeneuve

Jacinthe Vincent

## DISTRIBUTION

Cette revue est distribuée dans différents réseaux : les cliniques d'ophtalmologie des hôpitaux, les cliniques privées d'ophtalmologie, les centres de réadaptation, les organismes et institutions en lien avec la déficience visuelle et les membres de l'AQPEHV.

## DIFFUSION

Cette revue peut-être téléchargée gratuitement à partir du site Internet au [www.aqpehv.qc.ca](http://www.aqpehv.qc.ca). En plus de la version PDF, une version texte en format Word est disponible sur le site Internet ou sur demande.

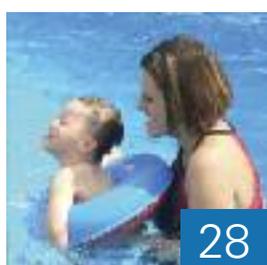
ISSN-1708-9093

Dépôt légal : 1<sup>er</sup> trimestre 2012

Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2012

Bibliothèque et Archives Canada, 2012

# Contenu



- 04 ÉDITORIAL La résilience synonyme de l'acceptation ?
- 07 L'intégration et la participation sociale, c'est l'affaire de tous !
- 08 Voyage de rêve : Une belle aventure sous le chaud soleil de la Floride !
- 09 La médaille du Lieutenant-gouverneur pour Stéphanie Hamelin
- 10 Symposium en déficience visuelle  
De près ou de loin, adaptions nos praTICs didacTICs
- 12 Cuisiner asiatique, c'est pas du chinois !
- 14 Projet Cassandra
- 16 Un père qui a de quoi être fier de sa fille !
- 18 À vélo, mon point de vue change !
- 19 « Les études postsecondaires, c'est aussi pour toi ! »,  
un guide pour une éducation inclusive réussie
- 20 Implantation et exploitation efficaces d'outils d'aide à l'apprentissage  
et à l'enseignement en communication écrite
- 22 Une journée en tant que mannequin d'un jour
- 23 L'AQPPT publie un livre sur les droits des personnes handicapées
- 24 Une idée pour Olivier...
- 26 Activité de yoga à l'Institut Nazareth et Louis-Braille :  
Vers une réadaptation différente
- 28 Les échos du groupe d'entraide de Longueuil
- 30 Une collaboration qui profite à la communauté
- 34 Une randonnée mémorable !
- 35 Un document qui titille l'oreille
- 36 Le géocaching : quand la technologie s'amuse !
- 39 Une expérience thérapeutique
- 40 Le camp musical et la rentrée au secondaire de Lauriane et Rosalie
- 48 Marathon de Montréal # 25032
- 49 Des parents proactifs ouverts aux autres !
- 50 Une journée dans ma vie à mon école
- 52 Espoir (chanson)
- 53 Une belle occasion pour se retrouver entre amis
- 53 Liste des membres du conseil d'administration 2011-2012
- 54 Du sport pour moi ! Du nouveau pour cette deuxième année
- 57 Spectacles au Noir : La part de l'imaginaire !
- 58 Un projet qui fait la différence dans la vie des familles !
- 61 Une fête familiale très divertissante !



# ÉDITORIAL

## La résilience synonyme de l'acceptation ?

Par Geneviève Genest, intervenante accueil et soutien de l'AQPEHV

*Cette réflexion fait suite à la Journée d'échanges du 4 février 2012. Elle est inspirée, entre autres, des commentaires des personnes ayant une déficience visuelle et des parents présents lors de cette journée, ainsi que des sujets abordés lors de l'atelier « Grandir avec une déficience visuelle » animé par Lise Côté et Dominique Trudel, psychologues à l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec (IRD PQ). Cette réflexion se veut non seulement une façon de partager mes perceptions des constats recueillis au fil de la journée avec les personnes présentes, mais aussi une façon d'accompagner toutes les personnes absentes lors des échanges dans leur processus d'adaptation.*

### **À ces parents absents...**

Vous venez peut-être d'apprendre ou avez appris que votre enfant, ce petit être si exceptionnel à vos yeux le jour de sa naissance, a une déficience visuelle et peut-être même d'autres déficiences associées. Où que vous en soyez, je m'adresse à vous... Où en êtes-vous aujourd'hui? Peut-être êtes-vous en plein processus de deuil (ce qui est tout à fait normal) et traversez-vous les différentes étapes : le choc, la négation, la détresse ou le désespoir, l'adaptation, la réorganisation? Votre monde semble s'écrouler ou s'être écroulé lors de cette épreuve qu'est l'annonce du diagnostic suivi de toutes les étapes qui en découle?

La Journée d'échanges du 4 février 2012 a encore été un bel exemple démontrant que personne n'est seul dans cette situation et que d'autres parents vivent ou ont vécu une situation semblable. Ensemble, ils s'entraident en partageant leur expérience afin de répondre à cette question : « Quoi faire dans cette situation ? » Laissez-moi vous partager certains éléments de réflexion sur cette question.

Le terme résilience fait référence à notre aptitude à affronter un stress intense et à s'adapter. En fait, être résilient c'est se reprendre, rebondir, surmonter les épreuves et les crises de l'existence, c'est-à-dire résister et se dépasser pour continuer à vivre le mieux possible. La résilience s'apprend à travers la vie, les rencontres, les expériences (Vinay, 2004).

J'ai cru comprendre lors de la Journée d'échanges que le mot résilience n'est pas nécessairement synonyme d'acceptation pour les parents. Vous me direz peut-être que je me trompe, mais lors de discussions, on semblait dire qu'en tant que parent et/ou personne ayant une déficience visuelle, qu'on n'accepte pas toujours cette déficience et, pour certains, les autres déficiences associées. En fait, on apprend à vivre avec cette déficience ou ces déficiences qui font partie de notre réalité et de notre quotidien. Comme plusieurs participants, au terme de la Journée d'échanges, je suis



restée sur ma soif, on aurait pu discuter encore des heures... Comment apprend-on à affronter cette épreuve de la vie qui chamboule tous les plans qu'on s'était construits ? Comment vous êtes-vous adapté à cette nouvelle réalité ?

Selon les expériences rapportées, deux choix semblent se présenter aux parents lorsque votre monde s'écroule : il est possible de voir le positif de la situation difficile ou encore de mettre l'accent sur les points négatifs. Toutefois, tout comme la vision, la vie ne se veut pas « blanc ou noir ». Il existe des nuances, des teintes de gris. Nous avons souvent tendance à naviguer dans cet état d'esprit, de vivre parfois des hauts, parfois des bas, parfois entre les deux. L'important est d'en être conscient et de chercher à retrouver son équilibre pour être adéquat dans sa relation avec son enfant.

Voici quelques éléments qui, je l'espère, sauront vous guider dans cette recherche d'équilibre...

### **Choisir d'agir pour aider son enfant à GRANDIR avec une déficience visuelle est :**

- Vous informez sur la condition visuelle, les différentes ressources, les services et les aides offerts afin de favoriser le développement de votre enfant, surtout maximiser les sources d'information, etc.

- Oser essayer, aller de l'avant, être proactif (utiliser les informations/connaissances acquises et les mettre en pratique!).

- Reconnaître que votre enfant a une déficience. Accepter, parler ouvertement du « handicap visuel » avec votre enfant/ado tout en respectant son développement et sa capacité de comprendre, ce qui permet de mieux accompagner votre enfant et de l'amener à connaître ses besoins, ses droits, ses forces et ses limites. Avec cette connaissance de soi, il sera mieux outillé afin de sensibiliser les autres à sa condition et d'exprimer ses besoins. Cela ne fera que faciliter son cheminement d'enfants vers la vie adulte... Il n'en ressortira que plus fort !

- Développer des pratiques parentales positives, avoir une bonne estime de vous, en tant que parent, et de votre enfant afin que lui aussi développe une bonne estime de lui-même.

- Développer vos capacités d'adaptation et permettre à votre enfant de développer les siennes.

- Faire son deuil au quotidien... et prendre soin de soi.

- Briser l'isolement social, participer à des activités, s'entraider, échanger sur son vécu...

- Ne pas se laisser envahir par le sentiment de culpabilité qui nous pousse à surprotéger, au contraire, permettre à votre enfant d'explorer et de vivre ses propres expériences (pour se réaliser, connaître ses forces et ses limites, il devra vivre des réussites et des échecs, comme « tout le monde »). Votre enfant développera sa confiance en lui et son estime personnelle en vivant par lui-même des réussites et en surmontant ses échecs avec les outils que vous lui aurez fournis.

**Décider d'affronter les situations difficiles et passer à l'action (c'est faire preuve de résilience) :**

- La réalité que l'on se cache à soi-même et aux autres fera surface de nouveau, un jour ou l'autre, et le choc sera plus grand et l'adaptation plus difficile à surmonter. Les obstacles rencontrés seront inattendus, voire plus difficiles à surmonter (tant pour vous que pour votre enfant, qui aura à interagir avec d'autres personnes et qui sera tôt ou tard confronté à sa propre réalité).
- Si vous vivez des difficultés, votre enfant sera aussi plus à risque d'en vivre, d'éprouver un retard de développement ou des problèmes sociaux, émotifs et comportementaux.
- Le regard des autres, vous devez outiller votre enfant à y faire face et pour ce faire, y faire face vous-même comme parent.

Lors de l'atelier « Grandir avec une déficience visuelle », il a été demandé aux participants : que pensez-vous de la philosophie « Tout est possible » ? Il en est ressorti qu'il faut faire attention. « Tout est possible, mais dans la mesure du possible », car il y a des limites hors de votre contrôle qu'il vous faut respecter!

Il faut être positif tout en étant réaliste! D'où l'importance d'aller chercher l'information, les services, le soutien nécessaire afin d'être bien entouré et de faire des choix objectifs pour vous et votre enfant!

Enfin, il faut toujours voir le positif dans chaque situation, parce que ça rapporte gros!

Vous verrez, comme bien des parents, un jour, avec l'expérience et le recul nécessaire, vous constaterez l'impact de votre soutien sur le développement de votre enfant qui ne pourra faire autrement que de vous en être reconnaissant.

En espérant que les personnes absentes lors de la Journée d'échanges du 4 février 2012 pourront participer avec nous lors de l'une des prochaines journées de l'AQPEHV. Sachez que nous sommes disponibles pour vous soutenir à toutes les étapes de votre cheminement de parent! N'hésitez surtout pas à me contacter en cas de besoin. C'est avec plaisir que je pourrai vous écouter, vous informer, vous accompagner dans vos démarches et vous guider vers les ressources appropriées, vous mettre en contact avec d'autres parents qui vivent une situation semblable, etc.

Merci à l'avance pour votre participation active et votre positivisme!

*Je remercie chaleureusement Lise Côté et Dominique Trudel pour leur précieuse collaboration, leur expertise et leurs commentaires plus que constructifs apportés à ma réflexion. J'aimerais également remercier toutes les personnes présentes à cette journée qui ont particulièrement contribué à alimenter, à faire murir cette réflexion et qui ont apporté des éléments de réponses.*



## L'intégration et la participation sociale, c'est l'affaire de tous!

*Par Martha Patricia Torres, mère de Sofia Soto de l'AQPEHV*

Ces dernières années, nous avons appris à affronter le défi qu'apporte une déficience visuelle dans une famille. Une des principales préoccupations qui nous inquiétait par rapport à notre environnement social : comment pourrions-nous faire en sorte que notre fille participe activement dans la société dynamique d'aujourd'hui? Par quels moyens et dans quelles conditions pourrions-nous adapter son environnement physique et social afin de lui faciliter la tâche et de lui permettre de rompre son isolement social et améliorer sa qualité de vie?



Après avoir fait le bilan de tout notre vécu, spécialement de ces quatre dernières années, nous constatons que le Québec a développé une incroyable infrastructure de services favorisant l'intégration et la participation sociale



des personnes ayant une déficience visuelle. Il faut souligner la qualité des services rendus par les institutions et les associations et tous les efforts concertés de ceux-ci.

Grâce à cela, notre fille a pu réaliser des activités sportives, artistiques et culturelles qui la rendent très heureuse et, en plus, c'est ce qui l'a rapidement aidée à se sentir importante, à part entière, dans le monde d'aujourd'hui.

Parents, frères et sœurs, professeurs, intervenants et citoyens en général, c'est notre responsabilité de continuer à créer des conditions favorables, à véhiculer des valeurs positives, en promouvant la participation le développement social des enfants et des personnes qui ont le défi de vivre avec une déficience visuelle!

# Voyage de rêve : Une belle aventure sous le chaud soleil de la Floride!

Par Isabelle Plante et François Létourneau,  
parents de Jean-Thomas Létourneau de l'AQPEHV



Jean-Thomas, 8 ans, qui a une dystrophie des cônes et bâtonnets a eu la chance de participer à Voyage de rêve 2011.

Lors de la présélection, on demande entre autres, « Pourquoi votre enfant mérite de participer à Voyage de rêve cette année? » Voici notre réponse :



La pathologie visuelle de Jean-Thomas est dégénérative. Bien qu'il soit encore fonctionnellement voyant, on ne sait pas pour combien de temps! D'où l'importance de profiter au maximum de sa vision actuelle pour lui faire accumuler de beaux souvenirs visuels, de belles images mentales. De plus, sa sœur aînée, atteinte du même trouble visuel, a eu cette chance inouïe de participer à Voyage de rêve il y a 2 ans.

Aujourd'hui, le 11 décembre 2011, à Québec s'est bouclée une belle aventure pour quatre jeunes de l'AQPEHV et quatre jeunes de la Fondation des Aveugles du Québec (FAQ): l'expérience de « Voyage de rêve », qui pour la troisième année consécutive, a permis à quelques enfants de l'Association de s'envoler

pour Walt Disney World! Le 2 novembre dernier, aux premières lueurs de l'aube, ils se sont envolés sur les ailes d'un Boeing 777 d'Air Canada pour aller vivre, le temps d'une journée, l'excitation du monde magique de Disney. Une équipe de bénévoles hors pair les accompagnait, assurant sécurité et plaisir au joyeux groupe, jusqu'au retour au hangar d'Air Canada aux petites heures du matin. Histoire de faire durer le plaisir, les organisateurs de Voyage de rêve avaient aussi planifié deux journées de Noël (une à Montréal, l'autre à Québec), permettant à tous de se retrouver en famille, mascottes et Père Noël inclus, pour partager de beaux souvenirs, des photos... et encore des cadeaux!

Nous profitons de l'occasion pour remercier les organisateurs et donateurs de cet événement annuel, et souhaitons vivement que d'autres jeunes de la grande famille de l'AQPEHV puissent bénéficier de cet immense et généreux privilège ces prochaines années!



# La médaille du Lieutenant-gouverneur pour Stéphanie Hamelin

Par Louise Vézina, enseignante braille, Commission scolaire des Affluents

Le Programme des distinctions honorifiques du Lieutenant-gouverneur a pour objet la reconnaissance de l'engagement, de la détermination et du dépassement de soi de Québécois qui ont eu une influence positive au sein de leur communauté ou de la nation québécoise.

Stéphanie Hamelin étudiante au programme de sciences humaines du Cégep régional de Lanaudière de Terrebonne, s'est méritée au printemps dernier la médaille du Lieutenant-gouverneur pour la jeunesse.

Pour avoir accès à l'attribution de cette médaille, l'élève doit fréquenter un établissement scolaire reconnu par le Ministère, atteindre les objectifs de son programme d'études et avoir fait preuve de dépassement de soi et d'altruisme par son implication tangible au sein de son milieu scolaire ou de sa communauté.

Voici le texte soumis au bureau du Lieutenant-gouverneur par ses enseignants. Notez que la remise des médailles a eu lieu en mai dernier.

*« Lorsqu'est venu le moment de soumettre une candidature pour le prix du Lieutenant-gouverneur, c'est à l'unanimité que le Département des Sciences humaines a choisi Stéphanie Hamelin. De par son implication dans le milieu et sa détermination dans ses études, elle pousse toujours la barre un peu plus loin et ne cesse de surprendre son entourage par sa force, son courage et son dépassement de soi. Aux nombreuses qualités attribuées à*



*Stéphanie, s'ajoute que rien ne l'empêche d'avancer, et ce, malgré le fait qu'elle est non-voyante. Si plusieurs personnes s'abattent devant un handicap, Stéphanie, pour sa part, ne démontre aucune faiblesse. Elle est toujours au-devant des besoins des autres, prête à aider. Elle s'implique régulièrement auprès de la technicienne en travail*

*social du cégep à l'organisation de diverses activités, notamment par la Semaine de la différence qui aura lieu en avril 2011, au cours de laquelle, elle animera différents ateliers. Stéphanie s'est récemment impliquée dans "Cégeps en spectacle" où elle a participé à l'organisation de l'événement. Comme si ce n'était pas assez, elle a présenté à la finale locale un duo d'humour "Nos premières fois" en compagnie de son acolyte et a remporté le premier prix! [...] Stéphanie est une*

*inspiration pour son milieu, ses pairs, ses enseignants. Bref, toute la communauté collégiale. C'est un bonheur et un grand privilège que de la côtoyer au quotidien. [...] L'équipe du Département de Sciences humaines. »*

Aujourd'hui Stéphanie termine sa dernière session au Cégep. Au printemps prochain, elle compte s'inscrire à la Faculté de droit à l'Université de Sherbrooke.

Bravo Stéphanie et merci d'être la personne que tu es. Tu es une source d'inspiration pour tous les jeunes élèves non-voyants à qui tu as ouvert les portes à la Commission scolaire des Affluents; par ta détermination, ton travail et ta persévérance, tu as prouvé à plusieurs que la différence... ne fait pas de différence...

# Symposium en déficience visuelle

## De près ou de loin, adaptons nos praTICs didacTICs

*Par le comité organisateur, Caroline Goyette, Jean Jacques et Louise Laroche, personnes-ressources en déficience visuelle à l'école Jacques-Ouellette*

C'est dans le cadre du 150<sup>e</sup> anniversaire de la scolarisation des élèves ayant une déficience visuelle et du 25<sup>e</sup> anniversaire de l'école Jacques-Ouellette qu'a eu lieu le symposium en déficience visuelle. Cet évènement marquant a réuni plus de 110 personnes à l'Hôtel Holiday Inn de Longueuil, le vendredi 25 novembre dernier.

Tout au long de cette journée, les intervenants du milieu scolaire, de la réadaptation et des associations reliés à la déficience visuelle ont été invités à réfléchir sur les impacts de l'utilisation toujours croissante de la technologie dans l'enseignement au préscolaire, au primaire et au secondaire. Malgré l'enthousiasme et l'espoir que crée le développement des technologies, plusieurs questions éthiques, pédagogiques et sociétales se posent encore.

Lors de l'ouverture de cette journée, le conférencier invité, monsieur Mario Asselin, a su donner le ton en nous interpellant comme intervenants face aux nouvelles technologies et à leur impact dans la vie des jeunes. Fini l'enseignant qui est l'unique possesseur du savoir! D'eux-mêmes,

les jeunes sont maintenant en mesure d'aller chercher rapidement les connaissances répondant à leurs besoins immédiats. Ils sont à la fois consommateurs et diffuseurs de contenu sur le web. Tout comme eux, nous devrions, en tant que professionnels, diffuser notre expertise pour favoriser les échanges et répondre à des questions communes.

La parole a ensuite été donnée à nos partenaires qui gravitent soit dans le milieu scolaire, soit dans le domaine de la déficience visuelle (Cégep du Vieux-Montréal, UQAM, RAAMM, AQPEHV, ROSEPH, INLB, RÉCIT et école Jacques-Ouellette). Ils nous ont fait connaître leurs préoccupations et leurs attentes relativement à l'impact des nouvelles technologies sur le cheminement scolaire des personnes ayant une déficience visuelle. Les exposés ont permis d'alimenter notre réflexion : la technologie nous offre aujourd'hui une ouverture infinie sur les développements, les ouvrages et les individus. Dans ce contexte d'abondance, sommes-nous en mesure de choisir les éléments de la technologie qui amélioreront la qualité de vie de nos élèves, tout en évitant ceux qui pourraient y porter préjudice ?



L'exploitation des TIC en classe :  
pour donner les meilleurs chances à nos élèves.



La fin de l'avant-midi a été marquée par le dévoilement de la police de caractères Jacques-Ouellette, fruit de la recherche de deux spécialistes de notre école: Denis Grenier, personne-ressource en déficience visuelle, et Éric Roussel, enseignant en informatique. Elle réunit les meilleurs éléments de lisibilité dans une police de caractères destinée principalement aux élèves malvoyants. Cette nouvelle police de caractères a reçu un accueil très favorable de la part des participants. Elle sera disponible gratuitement sur notre site: [www.ecolejo.csmv.qc.ca](http://www.ecolejo.csmv.qc.ca).



L'après-midi a été consacré à des ateliers portant sur différents sujets, soit l'accès au marché du travail, les logiciels d'aide à l'apprentissage, le braille et l'utilisation de la synthèse vocale, l'accès aux manuels adaptés, les besoins particuliers des élèves ayant une déficience associée et finalement, les préoccupations des régions éloignées. À travers ces débats, plusieurs autres sujets d'importance ont été soulevés, laissant place à une possibilité de rencontres et d'échanges ultérieurs.

Les échanges ont été professionnels et fructueux. Les participants ont apporté leur expertise dans un but commun de dégager les principaux enjeux en lien avec les nouvelles technologies et la réussite de nos élèves. Un jour, peut-être que notre souhait se réalisera et que tous les élèves ayant une déficience visuelle auront une chance égale de réussir et de participer activement à la société!





# Cuisiner asiatique, c'est pas du chinois !

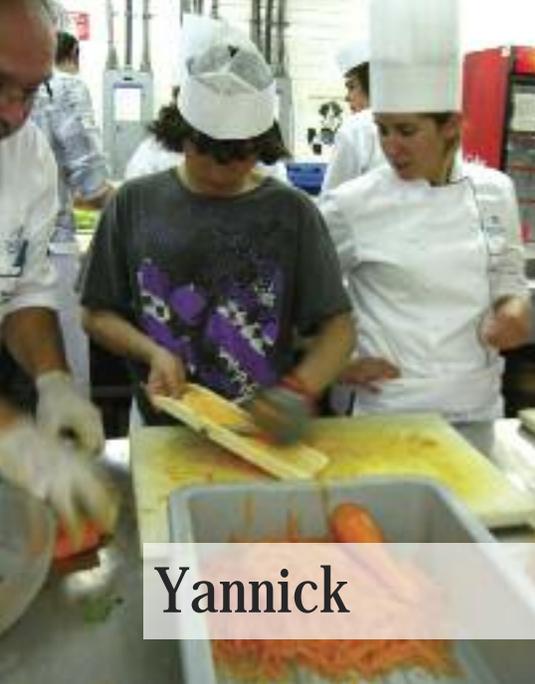
*Par Louis-Philippe Chrétien, coordonnateur du Service des loisirs de la Fondation des Aveugles du Québec*

S'il y a un métier qui gagne en popularité, c'est bien celui de cuisinier. Avec tous ces chefs qui ont leur émission de cuisine, leur livre de recettes et leur restaurant branché, pas étonnant que plusieurs jeunes veillent se lancer en cuisine. Parlez-en à nos 8 apprentis cuisiniers handicapés visuels, âgés de 12 à 17 ans, qui ont concocté un souper gastronomique pour 180 personnes lors de la 5<sup>e</sup> édition du souper-bénéfice de la Fondation des Aveugles du Québec le 4 juin dernier.

C'est sous le thème « Cuisiner asiatique, c'est pas du chinois ! » que la Fondation des Aveugles du Québec a accueilli ses invités à l'Hôtel Delta Centre-ville. Au menu : sushis, soupe de crevette à l'indonésienne, salade de légumes

aux sésames, poitrine de volaille au lait de coco et gingembre, croustilles de crevettes et diabolotin aux trois chocolats. Le temps de 4 ateliers, nos 8 jeunes cuisiniers ont préparé ce festin en compagnie de la brigade de l'Hôtel Delta Centre-Ville de Montréal, sous la supervision du Chef exécutif Hervé Dumont.

Cette merveilleuse soirée, qui a permis d'amasser des fonds pour le Service des loisirs de la Fondation des Aveugles du Québec, doit sa réussite à nos futurs chefs : Catheryne Houde, Maxime Vallée, Yannick Chauret, Miguel-Angel Gonzales-Gil, Ramin Shekarabi, Cezara-Felicia Morozan, Ali Jawad et Gabriel Labbé. Merci et encore bravo !



Yannick



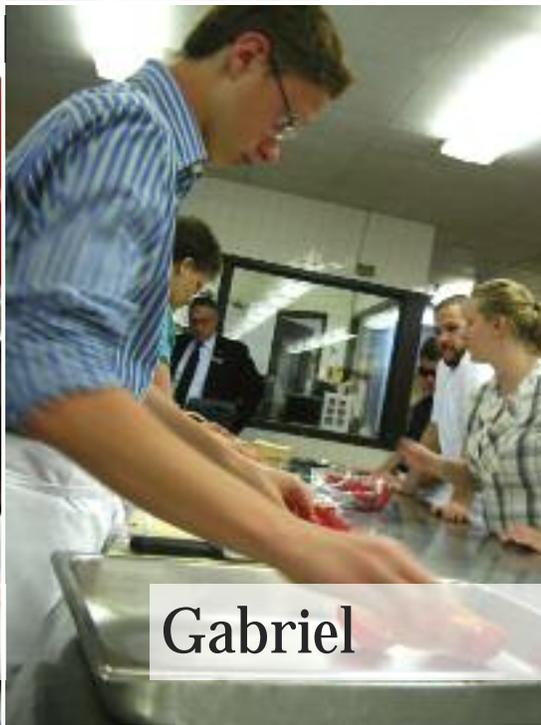
Ramin



Miguel



Maxime



Gabriel



Cezara



Catheryne



Ali





## Projet Cassandra

*Par Louise Bonneau, Denis Joncas et Éric Roussel, enseignants à l'école Jacques-Ouellette*

Kassandra ne peut admettre de ne pas apprendre à lire et à écrire à cause de ses handicaps. De fait, elle refuse catégoriquement de reconnaître qu'elle souffre d'atrophie optique et qu'elle ne perçoit que des taches de couleurs. Elle nie aussi l'insensibilité motrice sévère qui l'empêche de s'initier à l'apprentissage de la lecture et de l'écriture tant au braille qu'à l'imprimé.

Conséquemment, lorsque les élèves de sa classe sont placés en situation de lecture ou d'écriture, elle manifeste son désappointement en réagissant par des crises de colère, ce qui complique ses relations avec ses amis. Aussi, lorsqu'elle annonce qu'elle va trouver une solution à son problème et que les élèves de la classe lui offrent de chercher avec elle, Kassandra accepte d'emblée. Le projet est né.

Dès lors, en collaboration avec la famille de Kassandra, un inventaire des couleurs qu'elle perçoit est fait. Dix couleurs sont choisies. Chacune d'entre elles devient une lettre. Le A se change en fuchsia, le B adopte la teinte du rose, le C devient bleu et ainsi de suite jusqu'à la lettre J. Puis, les dix lettres suivantes reprennent les mêmes couleurs, mais elles se terminent par une bande blanche. Les dernières lettres de l'alphabet et les signes de ponctuation se caractérisent par une bande noire.

Pour apprendre l'alphabet Kassandra, les élèves et les professeurs colorent les 26 lettres avec des crayons de bois Prismacolor. Les lettres sont imposantes, d'abord en papier, puis

pour plus de solidité, en carton plastifié. On inscrit la lettre que chacun des rectangles de couleur représente, et ce, même si Kassandra ne la voit pas. Ainsi, tout le monde pourra lire ses messages. Kassandra mémorise rapidement son alphabet, apprend à lire des syllabes, des mots et finalement de petites phrases.

Ses enseignants tracent les rectangles et colorent pour elle toutes les lettres nécessaires à reproduire les mots à apprendre.

Puis la possibilité de recourir à l'ordinateur simplifie la tâche de tous. Les lettres sont des-sinées et imprimées en couleurs. Les enseignants les découpent, forment les mots, reconstituent les phrases et les collent sur des feuilles pour former de petits livres de lecture. Le travail s'avère long, exigeant, mais les progrès de Kassandra impressionnent et valent l'investissement.

Enfin, l'achat d'un clavier plat programmé par Éric, l'enseignant en informatique, finit par rendre l'écriture et la lecture à l'écran accessibles à Kassandra. À partir de ce moment, Kassandra investit beaucoup d'énergie à lire et elle progresse rapidement. Nous profitons alors de ses progrès pour créer des symboles numériques et ajouter les nombres à son clavier.

Il y a de ça quelques années déjà, nous considérons avoir rempli notre part du marché passé avec Kassandra. Elle savait lire, écrire et résoudre des problèmes. Elle était désormais en mesure d'apprendre comme tous les autres élèves de l'école. Elle possédait son propre





mode de communication et l'école produisait son matériel scolaire selon ses besoins particuliers.

D'autre part, elle souhaitait progresser davantage. Elle voulait lire des romans, chercher sur Internet et faire parvenir des courriels à ses amis. De fait, elle voulait accomplir ce que réalisent toutes les adolescentes de son âge...

Bien que tout à fait légitimes, les demandes de Cassandra allaient au-delà de nos compétences techniques et informatiques et nous étions, après de multiples essais, forcés d'admettre que nous avons besoin d'expertise supplémentaire. Nous avons consulté la direction qui a fait appel à Madame Lucie Demers, directrice du service des technologies de l'information à la commission scolaire Marie-Victorin. Par son intermédiaire, nous avons rencontré Monsieur Jocelyn Hamelin, responsable du secteur éducation de la compagnie Microsoft, et nous lui avons fait part de nos difficultés.

Par la suite, plusieurs personnes se sont impliquées afin de trouver la façon de répondre à la demande de Cassandra. Glen Poor, du groupe Windows de Dublin, en Irlande a été

mandaté pour créer une police d'écriture pour Cassandra, mais c'est finalement Donald Belcham et Dave Woods d'Edmonton qui ont créé le transcritteur que Cassandra utilise depuis pour traduire en couleurs tous les textes imprimés peu importe qu'ils proviennent d'Internet, de courriels de ses amis ou de sa revue préférée.



En juin dernier, Cassandra a quitté Jacques-Ouellette pour intégrer une nouvelle école. Elle est désormais en mesure de répondre adéquatement à ses besoins relatifs à sa déficience visuelle. Grâce à son mode de communication adapté,

à son transcritteur personnel et à ses aides informatiques, elle est maintenant autonome.

Par sa détermination, sa persévérance et ses nombreux efforts, Cassandra aura réussi à mobiliser sa famille, les élèves de sa classe, ses enseignants, la commission scolaire et les responsables du dossier éducationnel de la compagnie Microsoft. Pour elle et pour tous les autres enfants susceptibles d'utiliser le logiciel Cassandra, celui-ci est disponible et libre de droits. Il suffit de suivre ce lien :

[www.microsoft.com/enable/news/kassandra.aspx](http://www.microsoft.com/enable/news/kassandra.aspx).

# Un père qui a de quoi être fier de sa fille!

*Par Isidore Ouellet, père de Geneviève Ouellet de l'AQPEHV*

Geneviève est née en juillet 1985, donc elle est maintenant âgée de 26 ans. Elle a des colobomes et du nystagmus. Sa vision est nulle de l'œil gauche et d'environ 2 % de l'œil droit.

Elle est fonctionnellement voyante. Elle a fait ses études à l'école régulière, en utilisant les supports visuels nécessaires.

En 2007, elle a complété son baccalauréat en kinésiologie à l'Université Laval et, en 2011, sa maîtrise portant sur les bienfaits de l'activité physique pour les personnes de 65 ans et plus.

En plus de faire ses études, Geneviève connaît une carrière sportive de haut niveau. Dès sa jeunesse, il sembla évident qu'elle avait beaucoup de détermination et de persévérance et nous savions que cela lui serait utile pour faire sa marque, compte tenu de son handicap. Elle a débuté la natation à l'âge de 9 ans avec le club local, les Aquamos. Deux ans plus tard, elle connut ses premiers succès au Défi sportif et cela lui donna le goût de tenter de passer à un autre niveau.

Elle compétitionnait chez les réguliers au niveau régional et provincial. À 15 ans, elle devint membre de l'équipe nationale junior et se fixa comme but d'être recrutée par l'équipe senior, ce qui fut fait 2 ans plus tard.

Ses principales réalisations en natation : 3 médailles lors de 2 Jeux du Canada, une participation au championnat du monde à Durban en 2006 avec un top 5. Elle est encore détentrice de quelques records canadiens de sa catégorie et d'un record mondial au 200 mètres papillon.

Elle s'est retirée après la compétition de Durban, la passion étant moins grande et avec le goût d'explorer autre chose. Quelques mois plus tard, l'équipe de recrutement de la Fédération québécoise des sports cyclistes l'a rejoint pour lui offrir la possibilité de participer à un essai de paracyclisme.

Elle a tellement aimé son expérience que lorsqu'une pilote s'est manifestée, elles ont fait un essai d'une semaine et comme la chimie était bonne entre elles, Mathilde Hupin et Geneviève sont devenues coéquipière en vélo tandem.

En novembre 2007, une 5<sup>e</sup> place aux Jeux panaméricains à Cali en Colombie leur vaut une qualification pour les Jeux de Pékin, mais comme « étoile montante », soit comme équipe de développement pour les préparer à être au sommet en 2012.

Cependant avec une préparation hors pair et beaucoup de détermination, Geneviève et





Mathilde causent une surprise et remportent la médaille de bronze à la course sur route.

Depuis 2010, Geneviève a une nouvelle pilote, soit Émilie Roy. Elles comptent 2 médailles de championnat du monde et quelques médailles de coupe du monde à leur actif. Les Jeux de Londres font partie de leurs objectifs de l'année.

Geneviève est maintenant établie à Amos, elle vit avec son amoureux et fait les efforts pour percer le marché du travail tout en terminant un programme de 2<sup>e</sup> cycle en nutrition.

Pour les études comme pour le sport, il nous a semblé que Geneviève devait mettre des efforts très grands et utiliser les aides offertes pour obtenir des résultats.



Présentement, percer le marché du travail semble plus difficile. Autant certains démontrent une grande confiance, comme le club de natation pour qui elle est l'entraîneuse des athlètes d'élite, et cela avec grand succès, ou encore 2 firmes de l'extérieur de la région qui lui a confié des mandats en Abitibi-Témiscamingue, autant d'autres employeurs locaux semblent plus « frileux ».

Geneviève offre maintenant des services personnalisés d'évaluation de la condition physique, un plan d'entraînement et un suivi. Ce n'est pas facile de bâtir une clientèle, mais ses clients demeurent fidèles et je suis persuadé qu'avec la détermination et la persévérance que je lui connais elle va réussir.



# À vélo, mon point de vue change!

*Par Louise Laroche et Julie Véronneau,  
personnes-ressources en déficience visuelle  
à l'école Jacques-Ouellette*



Pour souligner le 150<sup>e</sup> anniversaire de scolarisation des élèves aveugles et malvoyants au Québec, des élèves et des membres du personnel de l'école Jacques-Ouellette à Longueuil ont participé à la Randonnée Hydro-Québec. Cette randonnée, qui a eu lieu du 24 au 26 juin dernier, a permis à plusieurs jeunes déficients visuels de vivre une expérience autrement inaccessible.

Cette idée saugrenue a vu le jour lorsque 5 personnes-ressources en déficience visuelle de l'école Jacques-Ouellette ont elles-mêmes participé à la Randonnée Hydro-Québec en 2010 et ont parcouru 286 kilomètres à vélo. Un an plus tard, en 2011, on inscrivait quelques élèves afin de leur faire vivre cette expérience

extraordinaire et, du fait même, amasser des fonds pour la Fondation pour enfants aveugles de leur école.

C'est en faisant le tour du Lac-Saint-Jean à vélo que 17 personnes du groupe de l'école Jacques-Ouellette ont donc fêté la Saint-Jean-Baptiste. Les jeunes malvoyants et non-voyants accompagnés d'adultes en tandem ont reçu des commandites à raison de 1 \$ le kilomètre. Pour les encourager, les supporter et pour assurer leur sécurité, une équipe d'adultes cyclistes en voiture ont suivi le peloton.

Pour y arriver, les jeunes et les moins jeunes ont dû s'entraîner de façon régulière et sérieuse afin de participer à ce week-end sportif. Le défi



a été relevé avec panache par tous les cyclistes malgré la température pas toujours clémente et les douches à l'eau froide. Outre le plaisir de rouler dans une des plus belles régions du Québec, les jeunes ont vécu une expérience de groupe unique : camping dans des classes, repas pris avec environ 2000 autres cyclistes, soirée de danse sous le chapiteau, etc. Le plaisir a toujours été au rendez-vous et tous sont prêts à revivre l'événement, particulièrement les jeunes!



## « Les études postsecondaires, c'est aussi pour toi! », un guide pour une éducation inclusive réussie

Par Lucette Koffi, agente de recherche et de projets à l'Association québécoise des étudiants ayant des incapacités au postsecondaire (AQEIPS)

Ce guide à l'intention des étudiants en situation de handicap fut une initiative d'un groupe d'étudiants, fervents défenseurs des droits des personnes en situation de handicap. Lors d'une tournée dans les établissements postsecondaires du Québec, un constat sur le manque d'informations revenait de façon récurrente. Il devenait important de créer une plateforme qui permettrait la divulgation de l'information sur les programmes d'égalisation de chances à l'échelle provinciale. Beaucoup de situations d'échecs et de décrochages étaient attribuables au fait que certains étudiants handicapés ne savaient pas qu'ils avaient droit à certains services pour faciliter leur cursus scolaire. C'est dans l'optique de pallier ce problème qu'est né le guide : « Les études postsecondaires, c'est aussi pour toi! ».

La dernière version du guide publiée en 2004 connut un grand succès. Jusqu'aujourd'hui, l'AQEIPS reçoit toujours des commandes de la part des parents, d'élèves, d'enseignants, de travailleurs sociaux et même des conseillers et conseillères à l'accueil et à l'intégration. Aussi, afin de satisfaire cette demande toujours grandissante et aussi pour combler le besoin d'accessibilité auquel l'ancien

guide ne pouvait répondre, l'AQEIPS a procédé à la mise à jour de l'édition de 2004. Cette nouvelle édition est plus interactive, plus complète, plus dynamique et évidemment accessible pour tous. Elle aborde de nouveaux sujets comme la défense des droits ainsi que les changements en matière des mesures d'égalisation des chances adoptées par les institutions scolaire et gouvernementale. Et nous sommes fières de vous annoncer que cette version est désormais en ligne et disponible.

Le désir de l'AQEIPS est que ce guide soit un outil d'émancipation et d'inclusion. L'éducation est un droit et toute personne doit avoir accès à toute l'information nécessaire pour réussir ses études et développer tout son potentiel. À travers ce guide, l'AQEIPS souhaite rejoindre tous les étudiants en situation de handicap au postsecondaire et leur donner de l'information pour des décisions plus éclairées. La liste des ressources disponibles sur le guide n'est pas exhaustive et elle demande des mises à jour constantes. Cependant, elle constitue notre pierre à l'édification d'une société plus inclusive.

Pour en savoir plus sur le guide : [www.aqeipsguide.org](http://www.aqeipsguide.org)



# Implantation et exploitation efficaces d'outils d'aide à l'apprentissage et à l'enseignement en communication écrite

Par Louise Bonneau et Éric Roussel, enseignants à l'école Jacques-Ouellette

Le programme de soutien à la recherche et au développement en adaptation scolaire du ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport a pour mission de soutenir financièrement la conception, la réalisation, l'évaluation et la diffusion de projets novateurs et porteurs dans le domaine de l'adaptation scolaire.

Ce programme favorise l'émergence de nouvelles approches ou de nouveaux modes d'intervention prometteurs qui visent à aider les élèves handicapés ou élèves en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage (EHDA) à réussir sur le plan de l'instruction, de la socialisation et de la qualification. Il appuie le milieu scolaire dans le renouvellement des pratiques éducatives. Il se veut une forme d'encouragement à l'innovation et à l'amélioration des interventions menées auprès des élèves handicapés ou en difficulté, et ce dans le but de mettre en place des conditions favorables à leur réussite.



Dans le cadre de ce programme de recherche, le personnel de l'école Jacques-Ouellette de Longueuil, centre suprarégional de soutien et d'expertise en déficience visuelle, a présenté en mars 2009 un projet intitulé Implantation et exploitation efficaces d'outils d'aide à l'apprentissage et à l'enseignement en communication écrite. Accepté et mis en place dès le début de

l'année scolaire 2009, ce programme a permis au milieu scolaire de chercher des solutions adaptées à la spécificité des élèves qu'ils accueillent, et ce, de façon à les soutenir dans leurs apprentissages au quotidien.

## Compte rendu du projet

Entre septembre et octobre 2009, nous avons procédé à l'analyse de quelques outils informatiques disponibles et nous avons privilégié certains d'entre eux pour expérimentation.

Puis, en novembre et décembre 2009, nous avons dressé un portrait informatique de chacun des élèves du préscolaire, du primaire et du premier cycle du secondaire afin de bien répondre à leurs besoins. Dans le but de cerner les besoins reliés à certaines problématiques (cécité corticale, apraxie sévère, microcéphalie, dyslexie, TED et syndromes associés), nous avons participé à plusieurs plans d'intervention (PI). Nous avons identifié les informations nécessaires à compléter, adapter et implanter le Carnet TIC pour chacun des élèves de l'école. Puis, l'identification des besoins de chacun des groupes-classes a été amorcée en collaboration avec les enseignants et les personnes-ressources, et ce, à la lueur des informations contenues dans les PI.

Dès janvier 2010, nous avons débuté la formation relative à l'utilisation de WordQ et soutenu son appropriation auprès des intervenants. Certains élèves ont été ciblés et l'expérimentation de ce logiciel d'aide a débuté, en mode imprimé et en braille. Un texte de départ a été enregistré de façon à mesurer les progrès des élèves au cours de l'année scolaire grâce à l'utilisation régulière du logiciel. Un procédurier a été créé pour soutenir les enseignants et les parents dans l'utilisation adéquate de WordQ.

En mars, avril et mai 2010, nous avons conçu et expérimenté des activités d'apprentissage dans les classes de façon à nous assurer que les élèves utilisaient adéquatement et constamment les outils recommandés. Simultanément, de nouveaux logiciels étaient expérimentés et leur utilisation s'insérait dans les activités courantes des classes. Ainsi, Choose It ! Maker 2 et Switch It ! Maker 2 commençaient à être utilisés dans des projets de création de contes, dans des activités de consciences phonologiques et dans des présentations de travaux. Deux procéduriers ont été rédigés pour permettre aux enseignants d'adapter les interfaces de ces logiciels aux limites visuelles de leurs élèves et pour utiliser pédagogiquement les ressources intégrées dans ces logiciels d'aide à la lecture et à l'écriture.

Juin 2010 a permis la réalisation de la première évaluation du projet et une première diffusion des activités du projet auprès des membres de l'école, des personnes-ressources en déficience visuelle de l'école et des conseillers pédagogiques de la commission scolaire. Un bilan de réalisation de l'année 1 du projet a été acheminé à la commission scolaire Marie-Victorin, à la personne responsable du soutien régional et au MELS.

En septembre et octobre 2010, nous avons introduit le Tableau blanc interactif et préparé deux procéduriers : le premier pour guider l'enseignant dans l'utilisation du tableau interactif mobile adapté aux élèves en chaise roulante. Le deuxième procédurier sert à présenter les outils du logiciel Notebook dans le but d'amener les enseignants à créer leurs propres activités d'apprentissage, et ce, à des fins de différenciation pédagogique. De plus, nous avons préparé un atelier d'information sur les outils d'aide suscep-



tibles de répondre aux besoins des élèves handicapés visuels. Cet atelier a été présenté en octobre dans le cadre de la journée de formation offerte aux enseignants qui intègrent dans les écoles de quartier partout au Québec, des élèves aveugles ou malvoyants.

Au cours des mois de novembre et décembre 2010, nous avons conçu et expérimenté des activités d'apprentissage utilisant les nouveaux outils technologiques en établissant, dans les classes, les bases d'une pédagogie différenciée. Les logiciels Abalect, Console de son et IntelliPics et IntelliPics Studio ont été utilisés et des procéduriers ont été placés sur le site de l'école.

Janvier, février et mars 2011 ont permis l'introduction de l'approche de différenciation pédagogique en fonction des besoins particuliers de chacun des élèves. La réalisation en classe d'activité d'apprentissage avec modelage et soutien a permis d'apporter aux enseignants et aux élèves des réponses particulières à des besoins spécifiques.

Avril et mai 2011 ont été consacrés à l'évaluation individuelle des élèves du préscolaire, du primaire et du premier cycle en adaptation au secondaire. Le carnet TIC de chacun des élèves a été informatisé et mis à jour.

Le mois de juin 2011 a permis à l'équipe du projet de poser un regard critique sur le déroulement de celui-ci. Il a favorisé la compilation des données et la publication des résultats sur le site web de l'école. Une évaluation de la vitesse de lecture des élèves a été effectuée et ajoutée aux documents du projet. Vous trouverez sur le site de l'école Jacques-Ouellette, un compte rendu détaillé du projet ainsi que tous les documents réalisés à l'intérieur de ce projet: [www.ecolejo.csmv.qc.ca](http://www.ecolejo.csmv.qc.ca).



## Une journée en tant que mannequin d'un jour

Par Camille St-Laurent, 17 ans, jeune de l'AQPEHV

Vivre avec un handicap visuel, c'est une chose, mais le surmonter, s'en est une autre. En effet, il y a beaucoup de moyens pour réussir à surmonter cette déficience. Par exemple, pourquoi ne pas faire l'expérience de mannequin d'un jour pour le défilé « Défilé sans cliché » du Festival mode et design de Montréal! Pour ma part, j'ai eu la chance d'être dans les 17 finalistes qui ont paradé à ce défilé l'été passé. Laissez-moi vous raconter cette fabuleuse aventure.

Tout a commencé lorsque mon amie m'avait parlé d'un concours sur Facebook pour devenir mannequin d'un jour pour le Festival mode et design de Montréal lors du « Défilé sans cliché ». Ce défilé était en collaboration avec la charte québécoise pour une image corporelle saine et diversifiée. J'ai immédiatement accepté vu mon intérêt pour la mode, les défis et bien sûr pour la cause de cette charte qui me tenait à cœur.

Pour s'inscrire, ce n'était pas trop compliqué, car il ne suffisait que de mettre une photo de nous et de répondre aux questions suivantes. Pourquoi veux-tu être mannequin d'un jour? J'ai répondu que je voulais être mannequin d'un jour, car la mode m'intéressait beaucoup et que c'était l'un de mes nombreux rêves. Ce défilé promeut le bien-être et le fait que toutes les filles sont belles à leur façon. Donc, cela me tenait à cœur et je me suis dit que c'était une très bonne cause. De plus, cela allait me faire une belle expérience de vie et une opportunité

d'inscrire cela dans mon CV. On me demandait aussi... Comment fais-tu pour rester bien dans ta peau? Selon moi, être bien dans sa peau ne signifie pas seulement d'apprécier qui nous sommes, mais de savoir reconnaître nos qualités, nos faiblesses et notre beauté autant extérieure qu'intérieure. C'est pour cela que je suis bien dans ma peau. Je me trouve belle

comme je suis, je n'ai pas de complexe ou si j'en ai je n'y prête pas attention. De plus, j'apprécie ce que la vie m'offre et je m'épanouis en vivant au jour le jour. Finalement, je ne laisse pas mon handicap visuel gâcher ma vie et je l'accepte. Pour ainsi finir par le surmonter et ne pas m'imposer des limites. Il fallait bien sûr aussi leur dire notre nom, notre ville et notre âge.

Pas longtemps après mon inscription, j'ai eu une de-

mande d'amitié sur Facebook d'une certaine Karine Poirier. J'ai accepté et elle m'a envoyé un message qui disait que je faisais partie des 17 finalistes pour ce concours et qu'elle a vraiment aimé ce que j'avais écrit. Je ne peux vous dire combien j'étais heureuse, car c'était indescriptible. Sous un élan de joie, j'ai mis mes parents au courant et on a reçu un téléphone par après pour leur expliquer tout ce qu'on devait savoir pour cette merveilleuse journée.

C'était en juillet lors d'une belle journée ensoleillée que je suis allé à Montréal pour vivre une belle expérience. Tout d'abord, Karine nous a présentés au styliste et nous a décrit le déroulement de la journée, ensuite nous avons pratiqué sur la scène. Justement, en parlant de la scène, au début j'avais dit au styliste que



j'avais un handicap visuel pour qu'il soit averti. Donc, pour que je puisse défiler sur la scène en toute sécurité, les techniciens ont mis un X noir. Bon, j'avoue que cela n'est pas pratique sur une scène noire, mais je suis contente qu'ils se soient souciés de mes besoins. Par la suite, on est allé essayer les vêtements qu'on allait mettre. Pour ma part, je portais du Jacob. La séance de maquillage et de coiffure était les deux prochaines étapes de cette belle journée. Le soir venu, j'étais tellement heureuse de faire partie des finalistes, car ça m'a permis de réaliser que malgré notre handicap, nous pouvons faire plein d'activités et de relever des

défis. Donc, si jamais vous voulez vous démarquer, vous pouvez faire comme moi et je vous garantis qu'après cela, vous vous sentirez épanouies et que plus rien ne vous arrêtera.



## L'AQPPT publie un livre sur les droits des personnes handicapées

Par Karine Villeneuve, agente d'information de l'AQPPT



Après plus de deux ans de travail, l'Association québécoise des personnes de petite taille (AQPPT) a lancé en décembre dernier, le livre **Personnes handicapées au Québec – Un état des lieux du droit**. Destiné aux individus comme aux organismes communautaires qui œuvrent auprès des personnes en situation de handicap, l'ouvrage dresse un tableau du système du droit au Québec, recense les lois qui concernent plus directement les personnes handicapées et présente différents programmes et mesures auxquels elles ont droit.

Le livre, qui fait 275 pages, a été rédigé en collectif sous la direction de l'AQPPT. Il est distribué gratuitement grâce à la contribution de l'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ). Ainsi, toute personne intéressée peut commander un exemplaire de la version imprimée sans frais par simple demande à l'AQPPT. Il est possible de le consulter en ligne à l'adresse :

[www.unetatdeslieuxdudroit.org](http://www.unetatdeslieuxdudroit.org)

L'AQPPT tient également à la disposition des personnes qui utilisent des appareils de lecture une version accessible au format .doc.

L'idée d'écrire un tel ouvrage sur les droits des personnes ayant des limitations fonctionnelles peut sembler une aventure ambitieuse pour une petite équipe comme l'AQPPT. Mais pourtant, il y avait au départ du projet, un grand manque en la matière. Lorsque l'idée est venue, en 2009, dans la tête de Mme Nathalie Vendruscolo, directrice de l'AQPPT, ainsi que Martine Fradet, étudiante en

droit, qui travaillait sur un projet de fiches à ce moment-là, il n'y avait aucun outil uniforme pour répondre à toutes les questions que se posent les personnes en situation de handicap relativement aux programmes, services, mesures ou lois qui les concernent. D'ailleurs, ce n'est pas pour rien que l'OPHQ vient de sortir dernièrement un guide similaire.

De plus, par ce travail quelque peu colossal, il y avait un second objectif de faire connaître davantage l'AQPPT qui est active dans le milieu de la défense des droits des personnes handicapées depuis plusieurs années. Les gens connaissent peu de chose à la problématique des personnes de petite taille, et pourtant, quand les personnes de petite taille marchent, conduisent une auto et sont actives, le nanisme entraîne des limitations fonctionnelles à prendre au sérieux.

L'AQPPT, qui fête ses 35 ans cette année, est un organisme sans but lucratif qui regroupe les personnes, adultes et enfants, ayant le nanisme ainsi que les membres de leur famille. Sa mission est de promouvoir la cause et de défendre les intérêts des personnes de petite taille en favorisant leur intégration sociale, scolaire et professionnelle. Elle procure des services de référence, de soutien, de sensibilisation et organise des activités sociales en vue de briser l'isolement.

Pour plus d'informations et pour commander le livre, communiquez avec Karine Villeneuve, agente d'information, au 514-521-9671 ou par courriel à [info@aqppt.org](mailto:info@aqppt.org). Vous pouvez également visiter notre site Internet : [www.aqppt.org](http://www.aqppt.org).



## Une idée pour Olivier...

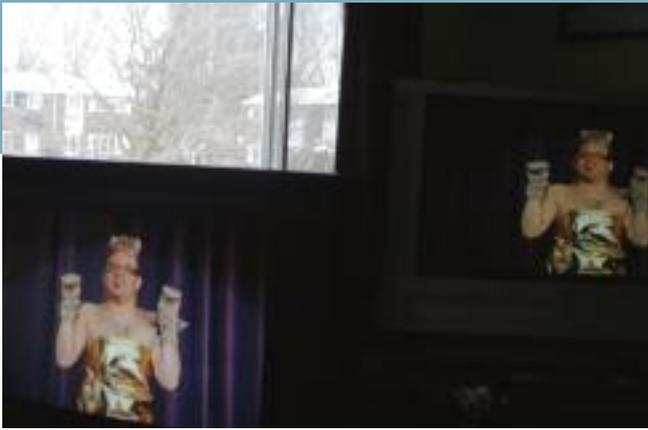
*Par Jessica Hamel et Carl Deloges, parents membres de l'AQPEHV*

Un besoin? Une idée? Lorsqu'un membre d'une famille est aux prises avec un handicap, se sont tous les membres de cette même famille qui doivent faire des ajustements et des sacrifices. Avoir une tumeur au cerveau et perdre la vue est non seulement un obstacle difficile, mais apprendre à vivre ainsi peut parfois paraître insurmontable. Il faut parfois faire preuve d'ingéniosité afin d'améliorer la vie quotidienne de tous. Notre fils, qui est malvoyant depuis avril 2011, devait se positionner à un pied de la télévision pour regarder ces films préférés, mais également pour jouer à ses jeux vidéo. Pas nécessaire de vous expliquer que de voir la moitié d'un écran n'est pas très agréable pour le reste de la famille. De plus, assis loin des autres, il lui était impossible de se blottir contre nous, comme il en avait l'habitude auparavant! Des habitudes de vie chamboulées pour un garçon plein de vie. Afin de remédier à cet obstacle, une idée nous est venue. Une idée qui a évolué pour donner un résultat pouvant servir à tous au quotidien.



Qu'en est-il exactement? Si notre enfant devrait toujours s'avancer pour mieux voir de près. Nous en avons discuté avec Éric, spécialiste en réadaptation en déficience visuelle au Centre de réadaptation en déficience physique Le Bouclier à Saint-Jérôme, mais à ce moment-là il n'existait rien sur le marché pour nous venir en aide. Mon conjoint a ensuite fait quelques téléphones à des amis afin de discuter de l'idée. Avec l'aide de l'un d'eux, vendeur d'appareils électroniques, l'idée de relier le téléviseur principal à un écran a germé. Afin de réduire au maximum les conflits avec son frère et sa sœur, il était important pour nous que ce qu'il allait voir sur son écran soit identique à ce que le reste de la famille regardait sur l'appareil principal. Le problème résidait maintenant dans la question suivante: comment amener un écran vers lui? Mon conjoint a eu l'idée de faire fabriquer un support à téléviseur sur mesure et répondant bien à notre besoin. C'est avec l'aide d'une compagnie fabriquant des remorques que le support a vu





le jour. Grâce à ce nouvel objet, l'écran peut être bougé à volonté et selon les besoins du moment. Il ne restait plus qu'à lier l'écran au téléviseur principal à l'aide de filage.

Le besoin est aujourd'hui comblé. Notre fils peut désormais s'asseoir avec nous sur le sofa pour regarder ses films et ses émissions préférées. Il lui est même possible de jouer à ces jeux vidéo bien assis sur le sofa. Cet aménagement peut s'avérer onéreux pour certains, mais permettre à son enfant de vivre sa vie plus ou moins normalement est gratifiant. Si on inclut le téléviseur d'une grandeur de 19 pouces, le montant de la facture peut s'élever à 500\$ environ. Dites-vous que moins les habitudes de vie sont changées et plus le handicap devient facile à surmonter pour tout le monde.

**Pour toute question ou tout commentaire sur le concept, il vous est possible de nous rejoindre au : 450-939-1447.**

Il vous suffit de demander Carl ou Jessica.

**Si vous désirez faire l'achat du support, veuillez contacter :**

Remorques Domini au 450-433-2819  
et Pascal chez Son X Plus Ste-Therese  
au 450-435-4432.

Ces derniers nous ont généreusement aidés à réaliser notre projet.

## Communiqué des intervenants du CRDP Le Bouclier

*Programme de réadaptation en déficience visuelle Jeunesse/Adultes Laurentides*

Les intervenants du programme en déficience visuelle du CRDP Le Bouclier aident Olivier et son entourage depuis l'été 2011, afin de regagner son autonomie. Grâce à de grandes capacités d'adaptation et de persévérance, Olivier a su nous étonner par le progrès effectué pour son retour à l'école en septembre. Il a dû s'habituer à des aides optiques et techniques pertinentes à sa condition visuelle pour qu'il puisse retrouver une certaine aisance à la lecture, à l'écriture, et même, découvrir l'informa-

tique. De plus, Olivier applique bien les règles de sécurité apprises lors de ses déplacements à pied et à vélo.

Nous pouvons compter sur le support de ses parents afin de poursuivre l'atteinte de leurs objectifs en réadaptation. Bien qu'il y ait plusieurs défis à venir dans le futur, nous pourrions accompagner Olivier et sa famille afin que tout se déroule dans le respect des capacités et des besoins réels de ce jeune homme.





Dans l'ordre, de gauche à droite, Nathalie Thibeault, psychoéducatrice, Claire Savoie, SRDV, et Audrey Jolin, SOM.

## **Activité de yoga à l'Institut Nazareth et Louis-Braille : Vers une réadaptation différente**

*Par Nathalie Thibeault, psychoéducatrice au programme Enfance/Jeunesse de l'Institut Nazareth et Louis-Braille.*

Depuis quelques années, le Conseil d'administration de l'Institut Nazareth et Louis-Braille offre la possibilité aux professionnels d'innover dans leurs interventions auprès des usagers, par le biais d'un financement pour des projets ayant un fort potentiel d'amélioration des pratiques cliniques ou qui introduisent de nouvelles modalités d'intervention.

C'est à travers nos discussions que l'idée d'intervenir par le biais du yoga a germé dans nos esprits. Nous avons fait le constat que plusieurs jeunes ayant une cécité, depuis la naissance ou acquise en bas âge, ont un faible niveau de conscience corporelle, de force musculaire ou d'endurance, une posture inadéquate ou une rigidité dans certains mouvements. Ces difficultés perturbent leurs apprentissages au niveau du développement de l'autonomie dans les activités de la vie quotidienne (AVQ), les activités de la vie domestique (AVD) et dans leurs déplacements. Elles peuvent également nuire à leur intégration sociale. Par exemple, nous avons observé une difficulté à laver la vaisselle (utilisation du bras au complet et de l'épaule, mais pas du poignet), des difficultés à marcher en ligne droite et à conserver leur équilibre.

Au printemps 2010, Claire Savoie (spécialiste en réadaptation en déficience visuelle), Audrey

Jolin (spécialiste en orientation et mobilité) et moi-même avons offert la possibilité de venir expérimenter le yoga à sept jeunes fonctionnellement aveugles, âgés entre 16 et 21 ans. Ces derniers devaient s'engager à assister aux 8 séances qui se déroulaient les mardis soirs, en plus d'accepter de passer un pré-test ainsi qu'un post-test.

Les objectifs globaux ciblés par ce projet étaient de développer chez ces jeunes une meilleure conscience corporelle, améliorer leur condition physique et leur posture, les aider dans leurs activités de vie quotidienne, faciliter et sécuriser leurs déplacements, favoriser le développement de liens sociaux, améliorer leur confiance en soi et participer à une activité adaptée à leurs besoins spécifiques.

Afin de mieux cerner ces besoins et pour objectiver les effets bénéfiques que le yoga apporterait à chaque jeune, nous les avons évalués et photographiés avant le début des activités et à la fin de celles-ci.

D'emblée, le contact entre les jeunes s'est fait rapidement dès la première rencontre d'évaluation. Par la suite, ils ont respecté leur engagement en participant activement à chacune des séances. L'ambiance en était une de camaraderie, de bonne humeur et de respect.

Le yoga a eu beaucoup de succès auprès des jeunes qui ont participé. Malgré les déplacements à faire en soirée et la fatigue accumulée de la journée, la majorité des jeunes aurait voulu poursuivre les séances au-delà des huit activités proposées au départ. La rapidité avec laquelle ceux-ci ont appris les mouvements nous a agréablement surpris. Comme nous l'avions anticipé, chaque nouveau mouvement devait être bien détaillé verbalement et la vitesse d'exécution était plus lente que dans un cours de yoga régulier. Nous aidions les jeunes dans leurs positionnements, afin que leurs membres et leurs corps exécutent bien les mouvements demandés par le professeur. Nous avons constaté que les jeunes avaient de moins en moins besoin d'être replacés d'un cours à un autre, puisqu'ils amélioraient leur conscience corporelle. Les exercices donnés par la professeure de yoga étaient majoritairement pratiqués par les jeunes à la maison, en dehors des séances, et nous avons pu voir leur progression à chaque cours.

Nous avons visuellement constaté une bonne amélioration au niveau de l'équilibre chez plusieurs participants et l'aisance à effectuer les mouvements s'est accrue au fil des séances. En comparant les photos prises avant le début des séances et à la fin de celles-ci ainsi que les résultats des deux tests, nous avons constaté un meilleur contrôle du tronc et davantage de coordination, une diminution de la tension dans les épaules et le haut du dos (donc moins de rigidité), une plus grande flexibilité et une amélioration de leur posture. De plus, en ayant une meilleure conscience de leur corps dans l'espace, les jeunes étaient davantage capables de se placer plus droit et ils adoptaient spontanément une meilleure posture. Selon nos observations, l'impact de ces changements pourra être de faciliter leur positionnement lors des traversées de rue et d'avoir un meilleur équilibre dans leurs déplacements.



Avant le début du yoga



Après les 8 séances de yoga



Avant le début du yoga



Après les 8 séances de yoga

Les jeunes ont eu la chance d'avoir une professeure de yoga dynamique et chaleureuse qui a su bien adapter son enseignement aux besoins spécifiques de nos participants. Nous tenons à remercier tout spécialement Andréanne Fortin Dion, professeure de yoga, pour son engagement et son implication auprès des jeunes.

Considérant l'enthousiasme des jeunes, leur implication, leur engagement, leur intérêt et les bénéfices que le yoga a eus au niveau de leur corps après seulement huit séances, nous pouvons dire que cette activité fut un succès et que c'est une expérience à promouvoir dans les années à venir.

# Les échos du groupe d'entraide de Longueuil

Par Martine Fontaine, mère de Nathan Gélinas de l'AQPEHV



En arrière, de gauche à droite : Gilles St-Laurent, José St-Onge, Nicola Dolbec, Carolyne Roussel, Stéfan Bourassa et Luc Bellemare.

En avant, de gauche à droite : Martine Fontaine, Jacinthe Vincent, André Gélinas, Julie Lefebvre, Audrey Guillemette et Louise Boivin.

Notre beau groupe, actif depuis ses débuts il y a 4 ans, comporte 6 couples. Nos enfants ayant une déficience visuelle ont entre 3 et 17 ans. Chaque fois, c'est avec grand bonheur que nous nous retrouvons. Nous avons si hâte de nous parler, d'échanger sur les difficultés rencontrées par nos enfants, mais aussi nous sommes enchantés de connaître leurs belles réalisations. Nos rencontres se font majoritairement les dimanches matins jusqu'en milieu d'après-midi pour une durée de 5 heures. Je vous fais part des activités que notre groupe a vécues depuis un an.

En décembre 2010, nous avons voulu vivre dans la peau d'un non-voyant, l'espace d'un repas. C'est par un très froid samedi soir que nous nous sommes retrouvés sur la rue Ste-Catherine à Montréal au restaurant O'Noir. Ça a été toute une expérience. Au bénéfice de ceux et celles qui ne connaissent pas ce resto, voici comment ça s'est passé.

D'abord, on se rassemble dans le hall d'entrée pour y déposer tous nos effets personnels dans

des casiers avec cadenas. À l'intérieur de la salle à manger, il n'est pas question d'y avoir nos sacs à main, cellulaire, briquet, portemonnaie, montres et, surtout, rien qui pourrait faire de la lumière. On choisit notre menu et on le commande. Nous étions tous très fébriles et anxieux. Puis c'est à la queue leu leu, une main sur l'épaule de la personne devant nous, que notre serveur, un non-voyant bien sûr, nous guide à l'intérieur de la salle à manger. C'est vraiment très insécurisant de se retrouver dans le noir total. Et quand je dis le noir total, c'était un noir d'encre qui régnait dans la salle à manger. C'était même un peu paniquant pendant un petit moment. Mise à part la noirceur de la salle à manger, il y avait le bruit, la voix des autres clients déjà assis et qui parlaient très forts et celles des serveurs qu'on entendait crier sans cesse « Attention! » lors de leurs déplacements avec les plats, question d'éviter de fâcheux accidents, comme une chaise qu'on reculerait au mauvais moment. C'était très bruyant... Surprenant de constater que pour pallier notre déficience visuelle, on est porté à parler plus fort. Une façon inconsciente de se sécuriser et de se faire repérer, je pense.

Après avoir repéré notre table et s'être assis, le serveur nous a expliqué la disposition du couvert devant nous : sur un napperon texturé, on pouvait toucher nos ustensiles. Un verre et notre coupe de vin, eux, étaient placés en haut du napperon. On nous remettait les plats par-dessus une épaule et les boissons par-dessus l'autre épaule. Le repas était délicieux, nos sens, tant olfactifs que gustatifs, étaient amplifiés. Au menu, un choix de filets mignons, volaille, crevettes, pieuvre grillée, assiette végétarienne, tout était succulent. Bien sûr, nous avons bien ri des coupes de vin renversées et des serviettes de table pleine d'électricité statique, les seuls articles à faire un peu de lu-



mière à cause des étincelles qu'elles produisaient quand on les secouait. Mais le fait le plus cocasse fut le bon tour que certains ont joué à ceux qui ont quitté la salle à manger avec le serveur pour aller à la salle de bain à la fin du repas... ceux qui sont restés à la table se sont déplacés de 2 chaises... à leur retour, ceux et celles qui avaient quitté la salle ne comprenaient plus rien, même le serveur qui les guidait et qui se souvenait très bien de la place de Àchacun était bien embêté. Nous avons bien ri. Finalement, ce fut une expérience enrichissante. On peut s'habituer à vivre dans le noir, il faut se donner une chance de trouver nos repères et laisser nos craintes s'estomper. Je vous propose de tenter l'expérience.

Une autre rencontre vers le début du printemps à l'Institut Nazareth et Louis-Braille nous a permis de discuter de divers sujets, tels que les plans d'intervention scolaire, les adaptations scolaires, les activités sportives, etc. Chacun exposait une problématique ou une réalisation vécue par leur enfant. Ensemble, on trouve des solutions, on fait des suggestions pour aider ceux qui vivent une problématique. L'expérience des uns est un baume pour ceux et celles qui apprennent de ces expériences. C'est la beauté et la richesse du groupe d'entraide.

Malheureusement, notre rencontre prévue en juin a dû être annulée pour la toute première fois en 4 ans, faute de participants, chacun ayant des activités reliées à la fin de l'année scolaire. Par contre, personne n'a manqué la fête familiale estivale qui s'est déroulée chez nos amis Jacinthe et José, les parents de Lauriane, à Farnham. Une belle rencontre qui a débuté sous le soleil. Les enfants se sont bien amusés dans la piscine. Les adultes ont pu bavarder dans la cour pendant que les ados se divertissaient au sous-sol. Et que dire du repas! BBQ et maïs, salades, trempettes et grignotines. Il y en avait pour tous les goûts et pour toutes les faims. Malheureusement, c'est sous une pluie diluvienne que cette belle journée s'est terminée.

Pour notre rencontre d'octobre 2011, nous avons eu la belle visite de M. Pascal Comeau, musicothérapeute à l'Hôpital de Montréal pour Enfants. M. Comeau nous a expliqué ce qu'est la musicothérapie. Il nous a fait part de différentes facettes thérapeutiques de la musicothérapie par le biais d'expériences personnelles vécues avec des enfants malades, particulièrement en hématologie et en psychiatrie. Puis, il a animé de petites activités interactives dans lesquelles il nous a été permis d'expérimenter différents instruments

de musique, surtout des instruments à percussion. Il faut mentionner que nous avons eu un devoir à faire en préalable à cette rencontre, chacun devant apporter au moins un instrument de musique. Avec tous ceux que M. Comeau avait lui-même apportés, nous avons droit à une belle variété. Par le biais de la musique, nous avons pu expérimenter diverses situations, dont celle d'être le leader du groupe. Être leader au sein d'un groupe donne le sentiment d'être quelqu'un d'important. Cette personne donnait le rythme et le groupe devait suivre ce rythme et sa vitesse d'exécution. Un beau « jam session » ! La rencontre s'est terminée par une chanson de Michel Rivard, « Je voudrais voir la mer », que nous avons chantée à l'unisson, accompagné à la guitare par M. Comeau. Un très fort sentiment d'union, de symbiose et de paix est ressorti de cette dernière activité. C'était même un moment particulièrement émouvant.



Notre dernière rencontre de l'année 2011 a eu lieu une semaine avant Noël. À nouveau, des sujets variés ont été discutés autour d'une bonne table pour un brunch de Noël chez nos amis Louise et Gilles, les parents de Camille, à Granby.

La prochaine année sera très certainement riche en sujets et activités. Entre nos rencontres, nous nous écrivons régulièrement par courriel pour se donner des nouvelles, bonnes ou moins bonnes, ou avoir des conseils. Je suis fière de dire que notre groupe est là pour rester. Nous formons une belle famille et les liens qui unissent notre amitié le sont pour la vie !

## Une collaboration qui profite à la communauté

*Par Sylvain Nadeau, répondant au secteur visuel à l'école Saint-Enfant-Jésus, Commission scolaire de Montréal*



Au printemps 2007, un enseignant du centre Saint-Paul au secteur des adultes de la Commission scolaire de Montréal, M. Pierre Dubuc, communique avec le répondant au secteur visuel de l'école Saint-Enfant-Jésus. Cet enseignant qui enseigne les sciences propose un projet qu'il veut réaliser avec ses élèves, après les heures de classe, afin de fabriquer du matériel spécialisé pour aider les enfants aveugles.

Une offre comme celle-là arrive rarement, donc tout de suite, nous avons rencontré l'équipe de Monsieur Dubuc. Nous avons défini ensemble les besoins spécifiques du matériel adapté qui serait pertinent et que l'on ne pouvait retrouver sur le marché.

M. Dubuc accompagné d'une dizaine de jeunes s'est présenté à l'école Saint-Enfant-Jésus. Ces derniers voulaient connaître davantage le milieu de la déficience visuelle et rencontrer des élèves aveugles afin que le travail, qu'ils feront éventuellement pour eux, soit plus signifiant. C'est à partir de ce jour-là, que la collaboration entre ces deux établissements scolaires a commencé.



### Les réalisations

Au retour des vacances en septembre 2007, M. Dubuc et son équipe se sont mis au travail. Ils ont fabriqué des cadrages en bois grillagé, afin que les dessins des élèves, utilisant des crayons de cire, aient une portée tactile. À Noël de cette année-là, tous les élèves utilisateurs de braille de la commission scolaire en ont reçu un en cadeau.

Ils ont également fabriqué des supports à lecture ajustables, des tablettes de bois trouées et des chevilles permettant de reproduire des cellules braille pour initier les élèves à l'apprentissage du braille. Il y a eu aussi des tables adaptées pour les téléviseuses, des appuis-pieds ajustables, des classeurs pour ranger les volumes braille et différents jeux : dés, jeux de dames, tangram, etc.

Tout ce matériel est avant tout adapté et conçu par l'équipe des enseignants spécialisés à l'intégration des élèves ayant une déficience visuelle en collaboration avec l'équipe du centre Saint-Paul, pour la réalisation.

Depuis ce temps, une multitude de jeux se sont ajoutés : des maquettes qui représentent le quartier de l'école pour aider dans les déplacements et du matériel didactique en mathématiques pour faire manipuler les jeunes.

Tant et aussi longtemps que le projet existera, il y aura des besoins spécifiques de matériel à combler pour les élèves ayant une déficience visuelle.

### Un projet écolo

Il est important de mentionner que presque tout le matériel est fabriqué avec des matériaux recyclés et récupérés dans les rebuts de magasins à grande surface pour la rénovation, des dons, dans les cours à bois ou ailleurs. Lorsque le produit est terminé, nous avons l'impression que ce sont des objets neufs tellement la qualité est exceptionnelle. Il faut souligner tout le travail et les efforts pour récupérer les matériaux dans le but d'en faire des objets utiles, solides et esthétiques. De plus, le facteur temps pour accomplir ces travaux est louable, car ces réalisations s'effectuent après les heures de classe. Autrement dit, une activité parascolaire.

### Une collaboration qui traverse les frontières

Depuis quelques années, cette collaboration s'est répandue jusqu'à des écoles spécialisées en déficience visuelle au Maroc où le matériel était limité. Comme dans les projets précédents, nous avons uni notre expertise pour en faire profiter les élèves marocains moins bien nantis.

De plus, l'équipe du centre Saint-Paul fabrique du matériel adapté pour une école ayant des élèves autistes. Une nouvelle collaboration auprès d'un autre milieu avec une problématique différente ayant des besoins autres.

### Un projet à imiter

Le projet de collaboration du centre Saint-Paul et de l'école Saint-Enfant-Jésus se distingue par son sens de l'initiative, les répercussions concrètes de leur contribution, le partage de l'expertise et de l'expérience.

Il serait souhaitable que ce projet devienne un modèle à reproduire dans toutes les commissions scolaires de la province. Dans les milieux scolaires, il y a beaucoup de ressources qui sont méconnues et qui pourraient servir à la communauté de diverses façons.

# VOIR NOTRE RÉALITÉ AVEC UN REGARD POSITIF

Départ des jeunes de l'Hôtel Chantecler à Sainte-Adèle pour le Camp Bruchési.  
Ils sont accompagnés par les moniteurs de la Fondation des Aveugles du Québec.  
Photographie prise par Sylvain Demeule, le 28 mai 2011 lors de la 31<sup>e</sup> Rencontre familiale annuelle.





**AQPEHV**





## Une randonnée mémorable!

*Par Louis-Philippe Chrétien, coordonnateur du Service des loisirs de la Fondation des Aveugles du Québec*

Je ne sais pas si vous vous en souvenez, mais le matin du 10 septembre dernier, c'était plutôt frais et très venteux dans le stationnement P2 du métro Longueuil. Même si le soleil était au rendez-vous, il faisait froid. Malgré tout, nous étions plus de 55 personnes au rendez-vous pour la deuxième édition de la « Randonnée en moto ».

Organisée par la Fondation des Aveugles du Québec et l'Association Moto-Tourisme de Verdun, membre de la Fédération Motocycliste du Québec, cette randonnée a fait vivre une journée de moto à 20 jeunes handicapés visuels, âgés de 16 ans et plus, de la grande région de Montréal. Bien entendu, ce ne sont pas eux qui ont conduit les motos, mais plutôt les 30 motocyclistes chevronnés, tous présents bénévolement, afin de faire vivre cette expérience unique aux participants.

Au départ, l'idée d'organiser une randonnée en moto vient d'Éric Vaillancourt, travailleur social à l'Institut Nazareth et Louis-Braille. Passionné de moto, Éric voulait partager son expérience auprès des jeunes handicapés visuels. Il s'est

entouré de quelques collaborateurs, dont Pierre Quévillion, président de l'Association Motocycliste Vallée de la Rivière en Outaouais, et Louis-Philippe Chrétien, coordonnateur du Service des loisirs de la Fondation des Aveugles du Québec. Ensemble, ils ont réussi à organiser la première édition de la « Randonnée en moto » le 19 juin 2010. Malgré la pluie qui s'est invitée à la fin de la journée, les 30 personnes présentes (15 jeunes et 15 motocyclistes) se sont juré de remettre ça.

Pour la deuxième édition, le comité organisateur visait plus grand. Claude Lehall, président de l'Association Moto-Tourisme de Verdun (successeur de Pierre Quévillion dans l'organisation), Éric et Louis-Philippe ont recruté pas moins de 20 jeunes handicapés visuels et 35 bénévoles, dont 30 motocyclistes. Plusieurs d'entre eux étaient présents à la première édition et n'auraient pas manqué le rendez-vous pour tout l'or du monde. Les participants ont pu profiter d'une journée remarquable, d'un savoureux dîner au barbecue et d'une randonnée mémorable de près de 4 heures. Bref, une très belle réussite!



# Un document qui titille l'oreille

Par Maude Demers Bonin, ergothérapeute au programme Enfance/Jeunesse de l'Institut Nazareth et Louis-Braille (INLB) en collaboration avec Joanne Thibodeau et Annie Hulmann, responsable des communications à l'INLB



Développé dans le but d'offrir du matériel sonore pouvant répondre aux besoins des jeunes, âgés de 0 à 10 ans, ayant une déficience visuelle, ce matériel réalisé par des intervenantes de l'Institut Nazareth et Louis-Braille vise à assurer le développement des habiletés de l'enfant afin de décoder plus facilement ce qui se passe dans son environnement.

Conçu sous forme de pochette, Le monde dans mes oreilles présente deux CD : À l'heure du bain et Des sorties tout ouïe. Accompagné d'un document explicatif, le premier disque a été conçu pour stimuler l'enfant avec des histoires graduées qui se déroulent à l'heure du bain. Celui-ci suggère différentes activités ainsi que la création d'un livre-objet à manipuler. Le deuxième disque, quant à lui, propose des histoires et des jeux en lien avec des activités qui se déroulent à l'intérieur ainsi qu'à l'extérieur de la maison. Les enfants adoreront ce document puisqu'il regorge d'activités interactives qui l'inciteront à découvrir un nouveau monde à travers ses oreilles.

Grâce à ce document, les enfants ayant une perte de vision partielle ou totale pourront développer des habiletés auditives de reconnaissance des sons du quotidien, de discrimination entre plusieurs sons, des habiletés cognitives d'anticipation, de mémorisation, des habiletés tactiles de reconnaissance d'objets, de manipulation de même que des habiletés langagières. Le monde dans mes oreilles a été développé par Maude Demers Bonin, ergothérapeute au programme Enfance/Jeunesse de l'INLB, Krystiane Hamel, spécialiste en orientation et mobilité de l'équipe Enfance/Jeunesse maintenant à la retraite, Claire Piché, ambiophoniste, ainsi que Joanne Thibodeau, ergothérapeute au programme conjoint INLB et IRD (Institut Raymond-Dewar) en surdicécité. Il représente donc un outil de choix pour les personnes qui gravitent autour des petits ayant une déficience visuelle.

Le monde dans mes oreilles est disponible depuis le début de l'année 2012 et il est en vente au Comptoir des ventes de l'INLB par téléphone au 1-800-361-7063 ou au 450 463-1710, poste 200 ou par Internet via le site web [cdv.inlb.qc.ca](http://cdv.inlb.qc.ca).

Le comité organisateur prévoit un très bel avenir pour la « Randonnée en moto ». Non seulement les participants ont été enchantés par leur randonnée, mais les motocyclistes aussi. Il y a un réel engouement autour de cette activité, si bien que nous avons des demandes d'autres motocyclistes, et même d'associations de moto, qui veulent participer à cette expérience unique. Il est même question que cette randonnée soit prévue au calendrier 2012 de la Fédération Motocycliste du Québec. Le plus merveilleux, c'est que ce sont les jeunes handicapés visuels qui vont en profiter. C'est pour eux que tant de gens veulent se déplacer pour partager leur réalité et leur faire vivre la passion de la moto !

*La « Randonnée en moto » s'adresse aux jeunes handicapés visuels de 16 ans et plus répondant à certaines restrictions physiques, pour des raisons de sécurité. Si vous voulez plus d'information sur les éditions futures de la « Randonnée en moto », vous pouvez contacter Louis-Philippe au 514 259-9470, poste 33.*

# Le géocaching : quand la technologie s'amuse !

Par Marie-Claude Lavoie et Mylène Lachance, spécialistes en orientation et mobilité, programme conjoint en surdicécité INLB/IRD

## UN PROJET INNOVANT QUI DONNE LE GOÛT AUX ADOLESCENTS DE SE DÉPLACER

C'est l'engouement pour le géocaching qui nous a amenés à développer un projet de réadaptation ralliant cette technologie et l'apprentissage de stratégies favorisant les déplacements sécuritaires. Travaillant en orientation et mobilité, nous étions préoccupés par la création d'un contexte stimulant qui motiverait les adolescents. La poursuite de l'entraînement individuel en orientation et mobilité, aussi importante soit-elle, n'est pas du tout attirante de par sa forme et n'est pas nécessairement une priorité pour l'adolescent. Nos réflexions nous ont amenés à trouver une façon innovante d'accrocher les adolescents : groupe de pairs + technologie = intérêt de l'adolescent!

Le géocaching est un jeu d'orientation qui consiste à utiliser la technologie du GPS (géopositionnement par satellite) pour rechercher ou dissimuler un contenant appelé « cache » ou « géocache » dans divers endroits en ville ou en forêt. L'activité débute par une recherche sur le site Internet [www.geocaching.com](http://www.geocaching.com) en inscrivant le code postal de la région où l'on désire jouer et la liste des caches s'affiche. Il s'agit de choisir les caches que l'on désire trouver et de télécharger les coordonnées de latitude et longitude dans le GPS. Le site nous donne des énigmes ou des indices reliés à l'histoire d'un lieu. C'est une excellente façon de découvrir un quartier, une ville, des sites historiques et culturels, des espaces verts et les « incontournables » d'une région. Ensuite, il ne reste plus qu'à partir à la chasse au trésor tout en restant discret afin de préserver le



secret de la cache aux non-initiés. Une fois la cache trouvée, il faut inscrire la date et signer le registre des visiteurs. Le géocaching respecte l'environnement et les terrains privés. Les caches sont cotées en fonction de la difficulté de la recherche et du terrain et sont en tout temps accessibles à moins d'indications précises sur la fiche technique de la cache.

Au Québec, il y a environ 5 000 géocacheurs et plus de 22 000 caches dont près de 16 000, à Montréal. À l'échelle internationale, il est question de 5 000 000 de géocacheurs et de 1 500 000 caches.<sup>1</sup>

## LA PROGRAMMATION

L'activité a regroupé des adolescents âgés de 12 à 17 ans, ayant une déficience visuelle (collaboration du programme Enfance/Jeunesse de l'INLB) ou une surdicécité. Elle a eu lieu deux fois par semaine, durant 4 semaines, au courant de l'été 2011, pour un total de 8 rencontres (3 h 30 par rencontre). À la dernière rencontre, nous avons réalisé une activité spéciale d'une journée. Nous avons effectué une désorientation dans un nouveau quartier afin de regrouper et d'appliquer l'ensemble des connaissances apprises.

<sup>1</sup>Delisle, Sarah. 2011. « Le géocaching au Québec Une chasse au trésor moderne ». Le 24 heures. En ligne. 28 septembre, p. 18-19. Consulté le 21 décembre 2011. [http://virtuel.24hmontreal.canoe.ca/doc/24hrsmontreal/24hmontreal09282011\\_opt2/2011092701/18.html#18](http://virtuel.24hmontreal.canoe.ca/doc/24hrsmontreal/24hmontreal09282011_opt2/2011092701/18.html#18).



Tout le programme était basé sur la notion de plaisir à l'intérieur de l'apprentissage. Nous avons séquencé le curriculum d'apprentissage en orientation de façon à ce qu'il puisse se fonder à l'activité de géocaching. La découverte de caches se mariait parfaitement à la familiarisation à un nouveau quartier (semi-commercial), par trajets spécifiques, en sollicitant l'apprentissage de notions liées à l'orientation (utilisation de cartes, points cardinaux, points de repère, aides techniques, boussoles, GPS, etc.).

### **Voici la composition d'une rencontre type :**

#### **1. Accueil/préparation et retour sur les apprentissages de la dernière rencontre :**

Nous avons utilisé une salle de l'Institut Raymond-Dewar qui nous servait de « quartier général » où tout le matériel (loupe, télévisionneuse, crayons à pointe large et contrastants, etc.) et les adaptations (carte tactile, éclairage, tableau de communication) nécessaires étaient regroupés. C'est dans cet endroit que les jeunes étudiaient la carte du quartier où nous allions travailler. Sur cette carte commune, les jeunes devaient inscrire le déplacement accompli à la rencontre précédente (trajet de la cache), ajouter : la localisation de la cache trouvée; les intersections à risque rencontrées pendant le trajet; et les repères/indices qui ont aidé à maintenir l'orientation. Cette carte a été au cœur de l'apprentissage, car elle a reçu le bilan de tous les acquis de chaque déplacement et a bien reflété l'état des connaissances des jeunes.

#### **2. Activité d'orientation :**

Avant de partir à l'extérieur, nous réalisons des exercices plus théoriques d'orientation afin d'améliorer la représentation mentale du quartier exploré. Par exemple, apprendre à lire une carte, utiliser les points cardinaux pour se diriger sur une carte ou à une intersection, comprendre les notions de rues parallèles et perpendiculaires et leurs liens avec les points cardinaux, connaître la nature et le rôle des points de repère, etc. Les adolescents se sont aussi appropriés les aides à l'orientation (boussole, GPS, télescope, etc.).

#### **3. Activité de géocaching :**

Avant de réaliser la chasse au trésor à l'extérieur, les adolescents étaient invités à : lire le document descriptif de la cache, résoudre l'énigme et lire la carte du quartier pour faire des hypothèses de trajet. À l'extérieur, après avoir analysé les intersections, les adolescents choisissaient le trajet le plus sécuritaire jusqu'à la découverte de la cache. Les notions d'orientation et les aides techniques enseignées au début de la rencontre étaient utilisées (cartes, loupes, télescopes, GPS).

*Le géocaching est une activité stimulante qui a permis aux adolescents de travailler les habiletés du curriculum d'orientation, les habiletés sociales ainsi que les stratégies de communication. Ce projet clinique et innovant a réussi à captiver l'intérêt des jeunes et à améliorer leur orientation.*

## LE GÉOCACHING ET VOTRE FAMILLE



Voilà une activité familiale où chaque membre peut ajouter sa touche personnelle. La créativité et le côté ludique peuvent faire partie intégrante de la chasse au trésor. Mettre vos enfants dans un contexte de recherche secrète (rester invisible aux moldus, c'est-à-dire les non-géocacheurs) peut rendre l'activité amusante. Les enfants de tous âges, ayant une basse vision ou une cécité, peuvent participer à différentes étapes : planifier en famille l'endroit à visiter; rechercher les caches sur l'ordinateur; manipuler le GPS; participer à la

planification du trajet et à la sécurité piétonnière; dénicher le trésor; ouvrir le trésor; écrire son nom au registre; inscrire sur le site Internet notre découverte; créer un album de souvenirs relié à chaque cache; etc.). Vous pourriez même aller jusqu'à créer une cache en famille...

Une fois familiarisé au langage du géocaching, au site Internet et au GPS, cette activité est facilement réalisable et peut être ajoutée de manière spontanée à l'horaire de votre journée.

### Géocaching : où, quand, comment?

- Vous aviez planifié d'aller faire un pique-nique au parc. Pourquoi ne pas en profiter pour vérifier s'il y a une cache à cet endroit!
- Vous aviez prévu une fin de semaine en famille dans une autre ville ou une visite familiale... y a-t-il des caches à proximité?
- Peut-être le géocaching deviendra-t-il la raison pour organiser un nouveau voyage, découvrir un nouveau lieu, ses éléments culturels ou historiques majeurs?
- Dans votre routine quotidienne, en allant chercher les enfants à l'école ou lors d'une activité de loisirs... Pourquoi ne pas regarder s'il y a des caches à proximité?
- Le géocaching peut être une belle façon de passer du temps en plein air avec sa famille.

### Matériel et adaptations

À la maison vous pourriez avoir besoin de :

- Logiciel pour utiliser l'ordinateur (logiciel de grossissement ou revue d'écran);
- Carte de quartier (en gros caractère ou en braille);
- Fiche technique de la cache (en gros caractères ou en braille);
- Utilisation de crayons contrastants.

Dans votre sac d'explorateur, vous pourriez retrouver :

- GPS\* ou application GPS (se référer au site Internet pour plus d'informations);
- Fiche technique de la cache et carte;
- Crayon;
- Désinfectant pour les mains de type « Purell »;
- Gants pour faire la recherche de cache (facultatif, mais bien appréciés);
- Breuvage et collation;
- Loupe (fiche, GPS), télescope (valider le nom de rues et les points de repère);
- Apporter le nécessaire pour contrer l'éblouissement (casquette, lunettes de soleil, etc.).

\* Les GPS dédiés aux déplacements des personnes handicapées visuelles ne permettent pas d'entrer les coordonnées de latitude et longitude pour trouver les caches.



**VOICI VOTRE PREMIÈRE  
EXPERIENCE AVEC LE  
GÉOCACHING :**

**CONNAISSEZ-VOUS BIEN  
VOTRE QUARTIER?**

- Rendez-vous sur le site Internet : [www.geocaching.com](http://www.geocaching.com)
- À l'étape 1, inscrivez votre code postal et faire « entrer ».
- Et voilà la liste des caches disponibles près de chez vous!
- Il suffit maintenant de :
  - Vous créer un compte gratuit sur le site Internet.
  - Vous procurer un GPS.
  - Et... vous trouver des compagnons pour partir à l'aventure !

**Pour de plus amples informations, visitez le site  
Internet de l'Association Géocaching Québec :**  
[www.geocaching-qc.com](http://www.geocaching-qc.com)



## Une expérience thérapeutique

Par Jade Castonguay-Harding,  
mère de Jason de l'AQPEHV

Mon fils, Jason a plusieurs diagnostics dont la déficience visuelle d'origine corticale, l'épilepsie et la paralysie cérébrale.

Comme parents on aimerait que notre enfant puisse aller au plus loin de ses capacités. Donc quand une amie m'a parlé de l'hippothérapie, sans hésitation je voulais que mon fils puisse en profiter. L'hippothérapie c'est de l'ergothérapie à dos de cheval.

Jason a commencé des séances en mai 2011, à l'âge de 15 mois. Quand il a débuté ses premiers traitements, il pleurait beaucoup. Une intervenante devait lui redonner la suce. Mais j'ai continué à l'amener, je savais qu'on devait persévérer et un jour il se sentirait plus à l'aise sur le cheval. Les animaux sont tellement thérapeutiques, et moi même j'ai eu la chance de suivre des cours

d'équitation. J'étais contente de pouvoir passer cet amour à mon fils.

C'est une équipe formidable à la Clinique de réadaptation Carolyne Mainville (CRCM) à Saint-Hyacinthe. Carolyne est une ergothérapeute très passionnée et énergétique. Elle

a un grand amour pour son travail. Il y a toujours trois personnes qui travaillent avec mon fils. Son ergothérapeute, une personne qui lui montre son jouet et une qui tient le cheval.



Pendant sa séance d'hippothérapie, Jason travaille plusieurs habilités. Il travaille sa posture. Ça l'aide au niveau de son tonus, parce que mon fils est hypotonique. Quand le cheval arrête, Jason doit relever sa tête. Ce n'est pas toujours facile pour lui. Mais il a fait de beaux progrès. Il travaille son contact visuel, aussi bien qu'une poursuite visuelle. Quand le cheval arrête, ils le font tourner



d'un côté et il l'encourage à regarder son jouet. Ensuite de l'autre côté. Elle met des petits étriers pour qu'il puisse ensuite se lever debout. Il se lève quand le cheval se promène. Elle le fait aussi pousser dans les étriers. Ça l'aide à avoir plus de force dans ses jambes.

En hippothérapie, il utilise aussi ses différents sens. Le toucher - il caresse le cheval avant de débiter. Il doit aussi pousser sur le cheval pour redresser sa tête. La vue - il regarde son jouet aussi bien que toutes les stimulations autour de lui. L'odorat - il peut sentir différentes odeurs dans l'écurie. L'ouïe - il peut entendre le cheval qui marche, Jason entend l'équipe qui chante des chansons. Et son jouet qui fait de la musique. À la fin de sa thérapie, il entend le cheval qui mange les carottes, même s'il ne regarde pas toujours le cheval.

Aujourd'hui, Jason continue son hippothérapie une fois par semaine. Il est beaucoup plus à l'aise sur le cheval. Je dirais qu'il est très confortable. Il s'est même endormi une fois sur le cheval. Mon fils fait de beaux progrès au niveau de son tonus et aussi bien au niveau visuel. Il fait des petits pas, mais je sais qu'ils sont aussi importants. J'ai lu une belle pensée quand Jason allait en physiothérapie à l'Hôpital Sainte-Justine : « Les petits pas tout comme les grands mènent vers la victoire. » Je la relis souvent parce que je la trouve encourageante.

Merci Jason, tu es un vrai champion! Je veux aussi dire un gros merci à l'équipe d'hippothérapie, pour toute l'aide que vous apportez à mon petit trésor!

### **CENTRE D'HIPPOTHÉRAPIE**

1000, rang Ste-Rose  
La Présentation, Québec J0H 1B0  
Téléphone: 450 771-5031  
Courriel: info@crcm.ca  
Site Internet: www.crcm.ca

## **Le camp musical et la rentrée au secondaire de Lauriane et Rosalie**

*Par Martine Fontaine avec la collaboration de Lauriane St-Onge et de sa mère, Jacinthe Vincent, et la collaboration de Rosalie Bellemare et de sa mère, Carolyne Roussel, membres de l'AQPEHV*



Lauriane St-Onge (gauche) et Rosalie Bellemare (droite)

Je vous présente 2 adorables jeunes filles qui sont devenues de très bonnes amies depuis que leurs parents sont membres de l'AQPEHV. Elles ont toutes les deux 12 ans et se ressemblent quelque peu par leur pathologie.

Lauriane St-Onge est atteinte de l'Amaurose de Leber. C'est une maladie dégénérative de la rétine. Lauriane a très peu de vision. Au cours de l'été 2010, elle a appris le braille, mais ne l'utilise pas encore à l'école. Elle a besoin d'une canne blanche pour ses déplacements. Cette année, elle est en secondaire 1.

Rosalie Bellemare, elle, a la rétinite pigmentaire. C'est aussi une maladie dégénérative de la rétine. La différence entre sa pathologie et celle de Lauriane, c'est le gène en cause. Rosalie a aussi peu de vision. Elle n'a pas encore appris le braille, mais un jour, elle devra certainement l'apprendre. Elle a besoin aussi d'une canne blanche pour ses déplacements. Elle est aussi en secondaire 1.

Cette année, les 2 filles ont vécu ensemble un camp musical. Elles ont aussi vécu le passage du primaire vers le secondaire. J'ai récolté leurs témoignages et celui de leurs mères afin de partager avec vous ces 2 expériences, qui ont été à la fois difficiles, mais combien enrichissantes.

Mais, avant tout, mentionnons que Lauriane a reçu une bourse de la Fondation Cypihot-Ouellette pour lui permettre de participer à ce camp. De même pour Rosalie, un fonds provenant d'un programme de la petite enfance au CLSC de son quartier, permettant de donner du répit aux parents d'enfants handicapés, lui fut accordé pour lui permettre à elle aussi de participer au camp. Un gros merci à ses 2 organismes.



Bâtiment abritant la salle multifonctionnelle où se donnaient les cours de chants chorales et d'instruments

## **UN CAMP MUSICAL ENRICHISSANT, MAIS PLEIN DE DÉFIS**

Lauriane aime beaucoup la musique. Disons qu'elle baigne dedans depuis avant même sa naissance puisque ses parents pratiquent des instruments, ils participent à des concerts et



Bâtiment abritant les dortoirs

son père José enseigne la musique à l'école secondaire de leur ville. Son grand frère, Antoine, pratique lui aussi plusieurs instruments de musique, dont la contrebasse. À l'âge de 4 ans, Lauriane a appris le piano. Elle a par la suite appris la flûte à bec et depuis 2 ans, elle pratique la flûte traversière. Celle qui lui enseigne, Mélanie, est une amie de la famille. En avril dernier, Lauriane a participé au Concours Solistes et petits ensembles de la Fédération des harmonies et orchestres symphoniques du Québec (FHOSQ), à Victoriaville. Elle a joué sur scène une pièce de musique à la flûte traversière accompagnée d'une pianiste. Elle a terminé 5<sup>e</sup> sur 14 participants. Quelle belle performance pour une première compétition devant public!

Rosalie, elle, aime le chant. De temps à autre, elle chante pour le plaisir avec son père qui l'accompagne à la guitare. Elle n'a cependant pas de formation en musique autre que les cours suivis à l'école.

Un jour, Mélanie, la professeure de musique de Lauriane, a parlé à celle-ci du Camp Musical d'Asbestos. Ce camp, qui célébrait son 50<sup>e</sup> anniversaire d'existence en 2011, offre aux jeunes de 7 à 12 ans des ateliers de musique et d'harmonie pour différents instruments de musique à vent, à cordes ou à percussion, des ateliers de théâtre, de danse, de chant choral, etc. Tous ces cours sont dirigés par des enseignants hautement qualifiés. Lauriane a voulu y aller avec son amie Rosalie. Toutes les deux



Lauriane (2<sup>e</sup>) et Rosalie (4<sup>e</sup>) et leurs 2 compagnes de chambre Sophie et Amélie, les nièces de Mélanie

ont passé une semaine à ce camp l'été dernier. Pour Lauriane, ce fut tout un défi, car c'était la première fois qu'elle partait seule pour une semaine si loin de la maison, car il faut parcourir 2 heures en voiture pour s'y rendre. Pour Rosalie, ayant l'expérience des camps de jour et des services de garde, le détachement de la maison fut un peu plus facile. Mais, c'était quand même pour elle aussi la première fois qu'elle partait à 3 heures de route de la maison, seule, pour une semaine.

À leur arrivée là-bas, avec leurs parents, le tour du propriétaire s'imposait pour Lauriane et Rosalie, car leur très faible vision ne leur permettait pas de se repérer facilement dans ce tout nouvel environnement. Pour rendre leur séjour agréable et sécuritaire, il était essentiel de, par exemple, savoir où étaient les douches, comment elles étaient disposées, l'emplacement des robinets et des tablettes à l'intérieur, l'endroit où déposer les serviettes, etc. Même la valise de Lauriane était placée de façon à ce qu'elle puisse retrouver ses articles de soins personnels sans qu'elle ait à les chercher. Elle savait où les repérer facilement. Leurs mères ont aussi pris le temps de donner des trucs aux amis pour aider Lauriane et Rosalie à, par exemple, repérer les aliments dans leur assiette en comparant celle-ci à une horloge. La préparation pour l'orientation et la mobilité fut énorme. Par contre, elles ont eu la chance de



Lauriane en compagnie de Mélanie, son professeur de flûte traversière

partager leur chambre avec les 2 nièces du professeur de musique de Lauriane, qui participaient elles aussi au camp. Celles-ci étaient au courant de leur condition visuelle et les ont, si on peut dire, pris sous leurs ailes. Elles les ont beaucoup aidées tout au long du camp. Puis vint l'heure de la séparation, les parents ont dû partir. L'inquiétude était très vive, autant pour les parents que pour les 2 jeunes filles. Pendant une semaine, Lauriane et Rosalie ont été confrontées à « la vraie vie »...

Lauriane a adoré la formation qu'elle a reçue chaque jour au camp. Elle a beaucoup progressé dans la pratique de la flûte traversière, en plus de faire de la danse, de l'harmonie et du chant choral. C'était intensif. Rosalie a suivi des cours de chant, de chant choral, de danse et de théâtre. Mais, il y avait aussi des moments de loisir durant la journée comme de la baignade. Comme c'était la première fois que le camp recevait 2 jeunes filles handicapées visuelles, les moniteurs ont proposé aux 2 filles de créer un parcours à obstacles et d'animer l'activité afin que les autres jeunes expérimentent les déplacements les yeux bandés. Les moniteurs ont aussi fait le circuit. On demandait à Lauriane et Rosalie comment elles feraient telle ou telle partie du circuit. Ce fut un très bon moment, un pur bonheur pour Lauriane et Rosalie qui se sont senties intégrées et acceptées par le groupe.



Laurianne et ses moniteurs



Le groupe de Lauriane et Rosalie (elles sont à l'extrême droite)

Mais, voilà que lors des périodes libres, ce fut un tout autre scénario. L'ennui s'installait. La peur aussi. Le manque d'adaptation des activités sportives et récréatives ne leur permettait pas d'y participer. Pendant que les jeunes voyants faisaient des sports ou visionnaient des films, elles restaient dans leur chambre et pratiquaient ce qu'elles avaient appris durant la journée. La nuit, comme les 2 filles n'arrivent pas à voir dans la pénombre et qu'il n'était pas possible d'avoir une lumière allumée dans la chambre comme à la maison, la peur et l'insécurité étaient présentes. Ce fut plus difficile pour Lauriane qui a beaucoup pleuré. Cela rendait Rosalie bien triste. Lauriane a beaucoup verbalisé son angoisse, ce qui a fait que la responsable du camp a dû contacter ses parents pour savoir ce qui pouvait être fait pour lui faciliter la vie. Jamais il n'a été question par contre qu'elle soit renvoyée du camp. La responsable a démontré une excellente collaboration et une volonté à tout faire pour lui rendre la vie plus agréable. Pour sa part, Jacinthe, la mère de Lauriane, vivait un grand déchirement. Son cœur lui disait d'aller la chercher et de la ramener à la maison. Mais, sa raison lui dictait de lui laisser finir son camp, malgré les difficultés qu'elle vivait. Il le fallait, car un jour, dans la vie, elle devrait se débrouiller seule. C'était en même temps une sorte de préliminaire à sa rentrée prochaine au secondaire. Lauriane n'avait pas l'expérience des camps de jour, ni

des escapades si loin de la maison. Comme papa et maman sont tous les 2 enseignants, Lauriane passait tous ses étés à la maison avec eux. À l'école primaire, tous s'étaient adaptés à elle, à sa condition. Elle n'avait jamais eu à vivre l'inverse. Elle l'a vécu pour la première fois à ce camp. La marche était très haute.

Rosalie s'est plutôt bien adaptée. Ce qu'elle a trouvé difficile, ce sont les temps libres où elle s'ennuyait plus. Comme l'horaire quotidien était réglé à la minute près du lever au coucher, elle ressentait un manque de liberté. À cause de sa vision réduite et parce que les versions papier n'étaient pas adaptées pour elle, elle a dû en une seule semaine mémoriser 3 chants, 4 chants chorals, une pièce de théâtre et une chorégraphie de danse. Dans cette dernière, la chorégraphie s'est faite dans le noir avec des bâtons lumineux. Les déplacements étaient particulièrement difficiles pour elle. Elle a eu beaucoup de défis à réaliser.

Finalement, grâce à l'immense collaboration des gens du camp, Lauriane a été capable de terminer son camp. Elle le devait pour pouvoir participer au spectacle à la fin de la semaine. Et elle voulait vraiment faire ses prestations : chant, danse et harmonie. Son père, sa mère, son frère et sa grand-mère étaient tous présents pour la voir performer au sein d'une



Lauriane avec sa flûte traversière, attendant le début du concert



Lauriane interprétant une pièce, au côté de Mélanie, lors du concert

harmonie de 30 personnes. C'était sa première expérience avec un si gros groupe. Et elle a vraiment adoré cette expérience de groupe sur une scène.

Quant à Rosalie, sa famille était présente pour la voir performer. Elle a interprété tous ses chants ainsi que sa pièce de théâtre dans laquelle elle incarnait une coccinelle. Elle a réussi à relever avec brio tous ses défis qui étaient de taille.

Lauriane a beaucoup progressé durant ce camp. Non seulement en flûte traversière, elle a aussi, par la force des choses, acquis beaucoup d'autonomie et de maturité, et ce, sans l'aide de maman ou papa. Rosalie a « tripé » durant ce camp. Elle a acquis aussi le détachement de ses parents et de l'autonomie, elle a aussi appris à prendre des initiatives. Ce camp est initialement offert aux jeunes jusqu'à l'âge de 12 ans. L'été prochain, Lauriane et Rosalie auront 13 ans. Techniquement, elles ne seront plus admissibles pour ce camp. Malgré cela, la responsable du camp a très gentiment offert aux 2 filles, étant donné leur handicap visuel, de les reprendre à nouveau pour un autre séjour l'été prochain. Après tout, ce fut une expérience enrichissante autant pour les intervenants du camp. Lauriane aurait apparemment refusé... Rosalie est hésitante... mais, elles ont du temps pour changer d'idée. Qui sait ?

## LA RENTRÉE AU SECONDAIRE DE LAURIANE

Lauriane a traversé son primaire sans trop de difficulté. Le milieu scolaire s'est adapté à sa condition, si bien qu'elle n'a jamais eu d'accompagnateur ni de technicienne en éducation spécialisée (T.É.S.) en classe, même si elle y avait droit. Le temps normalement accordé pour ce type d'accompagnement était plutôt consacré pour l'adaptation de son matériel, c.-à-d. les agrandissements de textes et d'exercices. Elle ne travaillait qu'avec la téléviseuse. Ses résultats scolaires étaient excellents. À l'automne 2010, elle a réussi les examens d'admission au Programme d'éducation internationale (P.É.I.). Le passage au secondaire s'annonce sans trop d'embûches puisqu'elle fréquentera l'école où ses 2 parents enseignent depuis plusieurs années. Elle les a souvent accompagnés lors des journées pédagogiques. Elle avait donc l'avantage de déjà connaître passablement les lieux et pouvait déjà bien s'orienter à l'intérieur des murs de l'école.

En mai 2011, le plan d'intervention pour le secondaire a été fait. Beaucoup de personnes étaient autour de la table pour l'occasion. Tous les intervenants du primaire et du secondaire étaient présents, dont les directeurs, la psychologue, les tutrices, les enseignants, l'équipe du secondaire et la responsable du P.É.I.. Tous les intervenants du primaire ont expliqué comment



À droite, Rosalie costumée en coccinelle, interprétant son rôle dans la pièce de théâtre



Rosalie et une monitrice, montrant fièrement leur certificat à la fin du camp

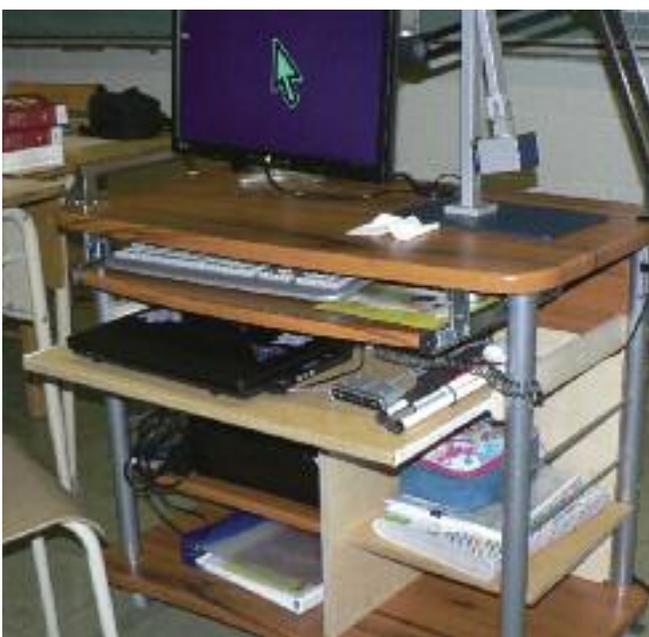
Lauriane fonctionnait au primaire. Mais, selon Jacinthe, sa mère, ce fut une erreur de transposer le plan d'intervention du primaire sur celui du secondaire.

Arrivée au secondaire, Lauriane a dû apprendre à utiliser beaucoup de nouveaux outils technologiques qu'elle n'utilisait pas au primaire. Sur un chariot, elle doit transporter d'une classe à l'autre un ordinateur et une télévisionneuse portable. Elle a dû apprendre à utiliser tous les raccourcis clavier de Word. Le Zoom-text est un outil essentiel ainsi que la synthèse vocale. Tout est disposé sur son chariot de façon à ce qu'elle n'ait qu'un fil électrique à brancher pour lui permettre d'allumer tous ses appareils en même temps. Au plan d'intervention, une maquette horaire avait été faite afin de limiter le plus possible ses déplacements avec

son chariot. Il a été possible de regrouper tous ses cours dans 3 locaux plutôt que 9 locaux différents. Elle est seule dans son casier pour favoriser un certain ordre et lui permettre de toujours repérer ses choses à la même place, ce qui aurait été difficile si elle avait partagé son casier avec une amie. Des tablettes supplémentaires ont été installées dans son casier. Son casier est situé au bout d'une section, éloignée des portes des classes, pour éviter les bousculades à la sortie des classes.

Malgré tout ça, Lauriane a éprouvé d'importantes difficultés d'adaptation. La prise de notes entre autres fut beaucoup plus difficile que prévu. Au P.É.I., le rythme est très rapide. Elle ne maîtrisait pas ses nouveaux outils de façon rapide et efficace. Et que dire des « bugs » informatiques, car la technologie quelques fois, ça plante! Elle a expérimenté le clavier qui gèle, la télévisionneuse qui affiche en négatif, le zoom du texte qui ne se fait pas au bon endroit... Et le temps pris pour résoudre ces ratés lui fait parfois manquer la moitié d'un cours.

Mais, les difficultés éprouvées par Lauriane ont aussi correspondu à une nouvelle chute de sa vision. On réalise qu'elle n'a que 2 degrés de vision centrale avec quelques petits croissants en périphérie. Lauriane doit passer d'un monde fonctionnellement voyant à un monde fonctionnellement aveugle. Peu après la rentrée, on





constate que rien ne va. Le psychologue de l'école est même inquiet, car la charge de travail pour Lauriane est beaucoup trop importante pour elle. Il lui a été proposé de continuer son secondaire 1 au régulier, ce qui lui permettrait de parfaire l'apprentissage de son matériel technologique. Si tout allait bien à la fin du secondaire 1, elle pourrait retourner au P.É.I. au secondaire 2. Lauriane a refusé cette proposition, de peur de prendre du retard au niveau académique.

Suite à ce refus, un nouveau plan d'intervention a été fait pour trouver des mesures d'aides pour Lauriane. La commission scolaire a été impliquée et il a été décidé de donner à Lauriane de l'accompagnement à temps plein, ce qu'elle n'avait jamais eu au primaire. Une T.E.S. lui a été assignée et l'a accompagnée dans tous ses cours durant 1 mois. Cela a été très bénéfique pour Lauriane. Maintenant, elle accompagne Lauriane 10 heures par semaine, mais si celle-ci ne requiert pas d'aide spécifique lors d'un cours, la T.É.S. quitte la classe si tout va bien. À cause de sa baisse de vision, elle a eu beaucoup d'aide de l'Institut Nazareth et Louis-Braille qui a été d'un très grand support dans cette situation de crise. On l'a aidée à fonctionner désormais comme un non-voyant. Maintenant, elle prend ses notes de cours sur Word. Pour les cours à longs textes comme les cours d'univers social, elle utilise le PlexTalk qui lui a été attribué. Cette nouvelle synthèse vocale remplace le Victor. À l'aide du PlexTalk, elle peut enregistrer ses cours pour pouvoir les retranscrire par la suite. Grâce à toute cette aide et ce support, les résultats scolaires de Lauriane sont en hausse, à son grand bonheur. Elle dépasse même la moyenne du groupe dans l'ensemble de ses matières!

En fonctionnant désormais comme une personne non-voyante, Lauriane a eu un deuil à faire. Celui du papier. Car Lauriane adorait lire des livres, écrire des histoires et des lettres. Malheureusement, il n'est plus possible pour elle d'utiliser ce support. Bien sûr, elle peut lire le braille qui est sur papier aussi, mais le contact tactile est bien différent du contact visuel.

Si Jacinthe, la mère de Lauriane, a des conseils à donner, c'est d'abord de faire un plan d'intervention le plus tôt possible avant la fin du primaire. Cela donne du temps aux intervenants et aux enseignants pour préparer les adaptations nécessaires à l'apprentissage. Cela permet aussi d'éviter de faire un « copier-coller » du plan d'intervention du primaire sur celui du secondaire, car tous les enseignants enseignent différemment et, alors que certains collaborent, pour d'autres, ça représente une surcharge de travail. Elle recommande aussi que l'apprentissage du doigté au clavier soit parfaitement maîtrisé dès le primaire. C'est essentiel. Au printemps, le plan d'intervention en prévision du secondaire 2 sera révisé.

À long terme, Lauriane ne devrait pas avoir à vivre autant de difficultés une fois au Cégep. Le roulement sera acquis, car le P.É.I. prépare pour le Cégep en terme de charge de travail. Bien sûr, les outils technologiques, en constante évolution, changeront, mais ils seront certainement encore plus performants.

## **LA RENTRÉE AU SECONDAIRE DE ROSALIE**

Pour Rosalie, le passage au secondaire fut un peu moins éprouvant, même si l'adaptation scolaire fut énorme. Rosalie fréquente le secondaire au régulier. Son grand frère François, qui est atteint de la rétinite pigmentaire tout comme



elle, avait déjà tracé la voie pour elle quelques années auparavant. Le milieu scolaire était donc déjà bien au fait de ce qu'implique la déficience visuelle de Rosalie en fait d'adaptation.

Le plan d'intervention de Rosalie a été fait dès la rentrée. Rosalie a une T.É.S. qui l'accompagne à temps plein. Elle est toujours là, sauf pour les cours d'arts plastiques. Tout comme Lauriane, elle transporte tout son matériel technologique sur un chariot. Un seul branchement est nécessaire pour alimenter son ordinateur muni d'une caméra qui capte les écrits au tableau et les agrandit. Elle a besoin de Zoomtext pour travailler, mais n'utilise pas encore la synthèse vocale. Cependant, cette dernière lui sera enseignée très prochainement, car c'est un outil très important au niveau du secondaire. Elle apprendra à utiliser le Plectalk ou le Screen.

Au début de l'année, elle a eu l'aide de Yolenta de l'Institut Nazareth et Louis-Braille pour s'orienter dans l'école. Elle a dû mémoriser tous ses déplacements et se souvenir de l'emplacement de chacun de ses 7 locaux de classe, car il n'y a pas d'adaptation aux portes pour les localiser facilement. Son casier est juste à côté du local de la surveillante qui l'aide au besoin.

Se déplacer avec un chariot d'outils technologiques et une canne blanche attirait bien des regards et des questions de la part de ses pairs. C'est pourquoi, dès le début de l'année, Rosalie a voulu de son plein gré sensibiliser ses camarades de classe à sa condition particulière. À chacun de ses cours, on lui a accordé quelques minutes afin qu'elle puisse parler de sa pathologie, ses conséquences pour elle et l'utilité de tous ces appareils qu'elle doit trimballer d'une classe à l'autre. Elle a aussi

expliqué l'utilité de la canne blanche en insistant sur le fait que celle-ci ne sert pas seulement à l'usage d'une personne qui est complètement aveugle, elle est aussi très utile aux personnes qui ont une basse vision.

Rosalie trouve difficile le cours d'arts plastiques. Elle avait beaucoup de devoirs à faire pour ce cours et c'était vraiment trop long. Sa mère Carolyne a donc demandé une révision du plan d'intervention afin que Rosalie n'ait plus à faire de devoirs d'arts plastiques. Cela a été accepté et la tâche de Rosalie est maintenant plus facile. Le cours de géographie est aussi difficile, car il y a beaucoup de cartes à colorier. Et que dire des cours d'éducation physique qui ne sont pas adaptés pour sa condition visuelle! Cette année, elle fera durant ces cours des jeux de ballons et de badminton. Ces cours manquent d'adaptation pour elle. Par contre, l'escalade, la natation et la musculation sont plus faciles pour elle. Elle aime particulièrement l'escalade et la natation.

L'école au secondaire est un défi quotidien pour Rosalie comme pour Lauriane. La charge de travail est importante et demande souvent encore des ajustements.

Mes chères Rosalie et Lauriane, je vous souhaite un excellent parcours au secondaire. Il ne faut pas lâcher malgré les difficultés que vous rencontrerez. Vous serez toujours bien entourées.

J'espère que ces témoignages vous seront, à vous lecteurs qui vivez ou qui vivrez le même cheminement, une source d'énergie et d'encouragement. Merci à Lauriane et Rosalie, Jacinthe et Carolyne, d'avoir accepté de partager ceci avec nous.



## Marathon de Montréal # 25032

Par Yannick Bacher-René, mère de Mathis Bacher-Généreux de L'AQPEHV



Mathis est un garçon âgé de 9 ans. Il est atteint d'albinisme oculo-cutané et par le fait même d'une basse vision. C'est un enfant très mature qui a su développer son estime et sa confiance en ses capacités en réalisant de belles réussites.

Le 25 septembre 2011 se tenait le Marathon de Montréal. C'est lors de cet événement que Mathis a su faire preuve de détermination, courage et persévérance.

Le bras dans le plâtre, il a couru le 5 km sans jamais s'arrêter. De plus, à 350 mètres de l'arrivée, il a décidé de faire un sprint lui permettant de finir sa course en 41 minutes. Médaillé du 5 km, il tentera d'améliorer son temps en septembre 2012 pour une deuxième participation au 5 km de Montréal.

Bravo mon trésor, maman est très fière de toi ! Je te souhaite bonne chance pour ta première participation au prochain Défi sportif AlterGo !

**Pour plus d'information :**

**Marathon Oasis de Montréal**

[www.ca.competitor.com](http://www.ca.competitor.com)

**Défi sportif AlterGo**

(sports adaptés, déficience visuelle et/ou autres, etc.)  
[www.defisportif.com](http://www.defisportif.com)

**PROCHAIN  
Défi sportif AlterGo**

**23 au 29 avril 2012**

# Des parents proactifs ouverts aux autres!

Par Roland Savard avec la collaboration de Geneviève Genest

L'AQPEHV était très bien représentée lors du Premier colloque francophone international sur la surdicécité qui s'est déroulé à l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec (IRD PQ) les 9 et 10 mai 2011 sous le thème « La participation sociale des personnes ayant une surdicécité : notre défi collectif ».

En effet, quatre parents membres de l'AQPEHV participant à ce colloque ont généreusement partagé leur expérience avec l'auditoire, composé en majeure partie d'intervenants de professions diverses, en provenance de différents milieux, et de personnes ayant une surdicécité. Ces parents sont Julie Lefebvre et Stéfan Bourassa, parents de Xavier, et Audrey Guillemette et Nicola Dolbec, parents de Laurence.

Lors des présentations du 10 mai en après-midi, M. Gilles Lefebvre, conseiller en surdicécité au programme conjoint de l'Institut Nazareth et Louis-Braille (INLB) et de l'Institut Raymond-Dewar (IRD) a fait une présentation avec la collaboration d'Alexandra Emond et Joanne Thibodeau : « Soutenir les parents d'enfants sourds-aveugles pour donner toutes les chances possibles à l'enfant ». Ils ont présenté des capsules vidéo dans lesquelles les quatre parents de l'AQPEHV ont fait part de leur expérience et ont parlé des solutions trouvées pour contrer l'isolement.

À la fin de la présentation, un temps était accordé à l'auditoire pour faire des commentaires

et poser des questions. Nous sommes fiers de nos quatre parents qui se sont exprimés et qui ont spontanément fait la promotion des services de l'AQPEHV comme de véritables ambassadeurs. Leurs commentaires étaient empreints de gratitude et de reconnaissance.

L'AQPEHV a aussi participé comme exposant lors de cet événement. Le kiosque d'information était tenu par Geneviève Genest, intervenante accueil et soutien et Roxiane Lavoie, agente de bureau. Geneviève en a profité pour rencontrer plusieurs intervenants des différents centres de réadaptation qui dispensent des services aux personnes ayant cette double déficience, visuelle et auditive, et parfois même d'autres déficiences associées.



À l'arrière, de gauche à droite : Gilles Lefebvre, conseiller en surdicécité, Marie-Claude Lavoie, spécialiste en orientation et mobilité, Joanne Thibodeault, ergothérapeute, Michel Bradette, spécialiste en orientation et mobilité, et Alexandra Émond, orthophoniste, intervenants au programme conjoint en surdicécité INLB/IRD.

À l'avant, de gauche à droite : Stéfan Bourassa, Julie Lefebvre, Audrey Guillemette et Nicola Dolbec, parents membres de l'AQPEHV.





## Une journée dans ma vie à mon école

*Par Akim, Charles, Christopher, Fahim, Florence et Mathieu, les élèves de Jacinthe Ménard, enseignante à l'école Jacques-Ouellette*

**Bonjour,**

***Nous sommes la classe de Jacinthe. Dans notre classe, nous sommes 6 élèves, 5 garçons et 1 fille. Il y a Akim, Charles, Christopher, Fahim, Florence et Mathieu. Nous sommes en deuxième et troisième année du primaire. Nous avons entre 9 et 11 ans. Nous voulons vous parler d'une journée à notre école.***

Tout d'abord, il est important de vous dire que nous fréquentons une école très spéciale. C'est une école pour des élèves malvoyants et aveugles. Nous sommes 73 élèves dans mon école. Il y a des élèves de 4 à 21 ans.

Chaque matin, nous arrivons à notre école en taxi, car nous habitons trop loin pour marcher ou prendre l'autobus scolaire jaune. Florence habite Chambly, Fahim Laval, Christopher Longueuil, Mathieu Sainte-Julie, Charles Léry et Akim Greenfield Park.

La première chose que nous faisons lorsque

nous arrivons le matin dans notre classe, c'est de démarrer notre ordinateur. Surtout Florence, car son ordinateur est particulièrement très lent.

Nous sommes chanceux d'avoir chacun notre ordinateur. C'est un outil très important pour nous pour lire et pour écrire, car il est adapté à notre vision. Nous avons un logiciel pour agrandir les lettres, les icônes et le curseur. Notre clavier d'ordinateur est aussi adapté à notre vision.

Mathieu a même un afficheur braille branché à son portable, parce qu'il lit le braille et non l'im-



primé. Florence a également une télévision-  
neuse branchée directement à son ordinateur,  
ceci l'aide beaucoup pour sa lecture.

À côté de notre ordinateur, nous avons aussi  
un support à la lecture pour nous aider à avoir une  
meilleure posture pour la lecture.

Ensuite, on s'installe à la table des causeries  
pour raconter notre soirée et notre fin de se-  
maine. C'est le temps où nous prenons notre  
collation, car nous nous levons de très bonne  
heure pour nous rendre à notre école. Nous  
chargeons nos batteries pour notre avant-midi.  
Nous sommes maintenant prêts à commencer  
notre journée en beauté.

À notre école, notre matériel scolaire est adapté  
en imprimé agrandi ou en braille pour Mathieu.  
Cela nous donne beaucoup plus de pages par  
livre. Il est important de vous informer que nous  
utilisons le même matériel que les autres  
élèves des écoles régulières. Par exemple,  
nous utilisons en français les manuels *Théo et  
Raphaëlle* et en mathématique, c'est *Topo  
mathématique*. Notre bureau est très grand, car  
nous devons utiliser beaucoup de matériels :  
plan incliné, télévisionneuse, loupe, afficheur  
braille et portable. Nous ne sommes que 6,  
mais nous prenons beaucoup de place.

Nous sommes très chanceux à l'école  
Jacques-Ouellette, car nous faisons beaucoup



de sorties à l'extérieur (théâtre, pommes, ski,  
activités de sciences, culturelles et sportives,  
etc.), mais notre sortie préférée est le Défi  
sportif qui a lieu en avril de chaque année.

Il y a aussi dans mon école, des choses très  
spéciales que l'on ne retrouve pas dans les  
autres écoles ordinaires : une piscine, une salle  
de manipulation, une chambre blanche, une  
chambre noire, une bibliothèque adaptée avec  
des livres agrandis et en braille et des jeux  
également adaptés afin de pouvoir jouer à des  
jeux de société avec mes amis. À la récréation,  
nous pouvons même faire de la bicyclette  
quand la température nous le permet.

Notre école est très bien adaptée à nos be-  
soins. On aime y venir, car nos enseignants  
nous aident beaucoup et nous apprennent  
beaucoup de choses. Ce n'est pas parce que  
nous sommes différents des autres que l'on  
n'est pas capable de faire ce qu'on aime.





« J'ai composé cette chanson dans le but de donner aux gens et à moi-même de l'énergie pour passer au travers des épreuves que la vie amène... J'espère encore la partager souvent dans l'espoir d'aider à relativiser nos épreuves et aider à garder la force de voir les bons côtés de la vie. »

# Espoir

Par Luc Bellemare, père de François, 15 ans, et Rosalie, 12 ans, de l'AQPEHV

Ne cherche plus le ciel étoilé  
Regarde l'étoile brillée en toi  
Pas besoin de toute la lumière du monde  
Si tu vois clair en toi  
Et même si tu ne peux tout voir  
Apprécie ce que tu peux avoir

Regarde en toi  
Car tout ce que tu es  
Et tout ce que tu peux  
Est bien plus que ce que tu n'as pas  
Regarde en toi  
Peu importe ce que tu entends  
Tu dois croire en toi

Ne te sens plus perdu à la noirceur  
Au bout du tunnel, regarde bien la lueur  
Qu'importe si tu y cherches ton chemin  
En plein jour, on peut chercher son destin  
Prends en main ta destinée  
Travaille ton bonheur, ce n'est pas inné

Regarde en toi  
Car tout ce que tu es  
Et tout ce que tu peux  
Est bien plus que ce que tu n'as pas  
Regarde en toi  
Peu importe ce que tu entends  
Tu dois croire en toi

Ne regarde plus la guerre autour de toi  
Maintiens la paix sous ton toit  
Ne t'attarde plus à ta différence  
Ce qui nous unit en est l'essence  
Le vrai bonheur réside dans le partage  
Un vrai chemin pour être à son image

Regarde en toi  
Car tout ce que tu es  
Et tout ce que tu peux  
Est bien plus que ce que tu n'as pas  
Regarde en toi  
Peu importe ce que tu entends  
Tu dois croire en toi



# Une belle occasion pour se retrouver entre amis

Par Andrée Ducasse, mère de Charlotte de l'AQPEHV

Le 3 décembre 2011, notre groupe d'entraide de Québec se rassemblait pour l'occasion de Noël. La fête s'est déroulée chez l'une des familles de notre groupe qui s'était gentiment offerte de nous recevoir. Nous avons choisi de faire venir un traiteur. Ce fut une excellente formule qui nous a permis d'avoir davantage de temps pour discuter et avoir du plaisir tout en relaxant. De plus, cette occasion nous a permis de prendre des nouvelles des autres familles, de s'informer des progrès accomplis ainsi que des défis surmontés depuis notre dernière rencontre.



Pendant ce temps, les enfants ont pu s'amuser ensemble et ainsi apprendre à se connaître davantage. Pour ma part, ce fut encore une belle occasion pour voir les choses à travers les yeux d'autres parents qui se préoccupent, s'inquiètent et apprennent encore et toujours, eux aussi, à vivre avec la déficience visuelle de leurs enfants.

## LISTE DES MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION 2011-2012

### **Président**

Francis Ouellet

*Région 01 – Bas-Saint-Laurent*

### **1<sup>re</sup> Vice-présidente**

Julie Pelland

*Région 16 – Montérégie*

### **2<sup>e</sup> Vice-présidente**

Catherine Lavallée

*Région 14 – Lanaudière*

### **Secrétaire-Trésorier**

André Gélinas

*Région 16 – Montérégie*

### **Administrateurs externes**

Valérie Roy-Turcotte

*Région 03 – Capitale-Nationale*

Marc St-Onge

*Région 16 – Montérégie*

### **Administrateurs**

Andrée Ducasse

*Région 17 – Centre-du-Québec*

Sophie Lacombe

*Région 16 – Montérégie*

Stéphane Lambert

*Région 16 – Montérégie*

Brigitte Roy

*Région 01 – Bas-Saint-Laurent*

# Du sport pour moi! Du nouveau pour cette deuxième année

Par Paméla Fugère, B.Sc. en kinésiologie, agente de développement à l'Association sportive des aveugles du Québec (ASAQ)

**Cette année encore, le programme offre aux jeunes, âgés entre 6 à 14 ans, vivant avec une déficience visuelle l'opportunité d'être initiés à différents sports, dans un environnement adapté à leur condition. L'automne a compté 21 inscriptions, dont cinq nouvelles recrues.**

Rappelons que « Du sport pour moi! » met en collaboration l'Institut Nazareth et Louis-Braille (INLB), la Fondation des Aveugles du Québec (FAQ) et l'Association sportive des aveugles du Québec (ASAQ). Les activités ont lieu sur dix semaines entre septembre et décembre et dix autres entre janvier et mars. Elles se déroulent à travers la région de Montréal et sont supervisées par une équipe d'intervenants dynamiques et qualifiés : des entraîneurs du domaine enseigné, des kinésiologues, des éducateurs physiques, et des bénévoles formés.

## **Pourquoi changer une formule gagnante!**

Comme l'an dernier, ceux qui en sont à leur première expérience ont la chance de visiter l'athlétisme, le goalball, la natation, à la session d'automne, alors que pour l'hiver, ils sont initiés au ski de fond, au patin à glace et au judo.

## **Un petit brin de nouveauté**

Ceux qui s'inscrivent à leur seconde session



ont la chance de se joindre au volet perfectionnement, ce qui leur permet de choisir un des trois sports offerts et de le pratiquer durant tout l'automne, où ils développent plus en profondeur les habiletés de base, tout en continuant l'apprentissage de façon ludique. Lors de la dernière séance, ils peuvent inviter une personne de leur environnement à venir assister à l'atelier.

## **UN AUTOMNE AVEC DU MOUVEMENT**

### **VOLET INITIATION : ici commence l'action!**

Les nouveaux participants débutent la saison avec le premier atelier « Initiation aux habiletés de base », où ils revisitent les mouvements de base : sauts et course avec coordination des bras, les lancers, la roulade, etc. Par la suite, ils passent trois séances subséquentes dans chacun des sports présentés.



## VOLET PERFECTIONNEMENT : Athlétisme, goalball et natation, une explosion de sports !

Les jeunes ayant choisi l'athlétisme pratiquent plus en profondeur les divers types de course (sprints, à relais, à obstacles, etc.), les sauts en longueur et les lancers (du poids, vers l'avant, vers l'arrière, etc.). Cette session, ils ont eu la chance d'apprendre le saut en hauteur, les départs explosifs à la course et les lancers du javelot.

Ceux qui participent au goalball travaillent les tirs, les passes et les blocs. Ils peaufinent aussi leur capacité d'écoute, l'orientation spatiale. Pour cette deuxième année, ils survolent les tactiques de jeu et quelques règlements. Soulignons que ce sport a été développé pour les personnes vivant avec une déficience visuelle.

Finalement, ceux inscrits à la natation apprennent différentes habilités: méthodes de flotaisons, les types de nage (exemple le crawl sur le dos et le ventre, etc.) et les sauts. Cette saison, ils ont débuté par les plongeurs et la brasse avec la tête sous l'eau.

## UN PROGRAMME DÉVELOPPANT UN BASSIN D'ENTRAÎNEURS FORMÉS

En plus de veiller à l'initiation de ces jeunes à différents sports, « Du sport pour moi ! » leur facilite l'accès aux activités physiques en accroissant le bassin d'intervenants d'expériences formés. Plusieurs voudraient offrir leur service,

mais peu d'entre eux ont une formation spécifique répondant aux besoins causés par ce handicap et hésitent, car ils se sentent mal outillés. Jusqu'à présent, le programme a permis à plus de 20 personnes de recevoir une formation adéquate et

plus de la moitié ont aussi pu acquérir plusieurs heures d'expériences. La mise en collaboration de plusieurs clubs sportifs dans le recrutement d'entraîneurs a augmenté leur intérêt à donner des activités adaptées à cette population.

*« La formation nous (les autres intervenants du club) a bien aidé, mais c'est vraiment avec la mise en pratique que je me suis sentie plus habile. »*  
- Jelana, entraîneur d'athlétisme, clubs S-L.S

*« La formation m'a bien aidée pour comprendre ce que perçoivent les enfants et sur la façon de guider les personnes aveugles. »*  
- Alice, monitrice de natation, ASCCS.



## LA PAROLE AUX ENTRAÎNEURS

### L'apprentissage de notre clientèle diffère-t-il de la vôtre ?

La déficience visuelle ne réduit pas les possibilités du jeune à évoluer dans la pratique sportive : plusieurs personnes vivant avec ce handicap deviennent de grands athlètes. La capacité d'apprentissage et le temps d'acquisition des connaissances ne semblent pas être influencée par cette limitation physique, lorsque les cours sont adaptés et si l'enseignement est verbalisé.

Jelena n'a pas remarqué de différence. Éloïse, monitrice de natation au ASCCS, a dit :

« Les jeunes étaient très vifs. Je ne trouve pas qu'il y avait des différences entre ce groupe et mes autres groupes. J'ai même trouvé que pour certains leur attention était plus élevée que dans mes groupes habituels. Ils m'ont vraiment surpris ! » Pour sa part, Alice a affirmé : « Non, la vitesse d'apprentissage variait d'un participant à l'autre en fonction de l'expérience des participants, comme dans les cours non

*adaptés. Les participants qui étaient aveugles ont progressé plus lentement, car ils ont dû tout d'abord vaincre leurs craintes amenées par ce nouvel environnement. »*

Plus les jeunes acquièrent les mouvements sportifs de base tôt dans leur développement, plus leur capacité d'évoluer dans les activités physiques sera élevée et rapide : ils ont une avance sur ceux qui débutent plus tardivement (meilleure conscience spatiale et connaissance des termes sportifs et plus d'assurance). Selon Alice : « Ceux qui avaient déjà des bases ont appris plus vite, car les étapes de base sont les plus

*longues à acquérir (flottaison, les battements des jambes, etc.) »*

### As-tu modifié ta méthode d'enseignement ?

L'enseignement des sports adaptables demande peu d'ajustement et de temps. Éloïse a affirmé qu'elle a dû modifier certaines de ses



explications, en faisant moins de démonstration et en donnant plus de descriptions verbales. Alice a répondu : « *Le groupe était de différents niveaux, j'ai donc dû modifier la structure de mon enseignement : je construisais le cours au fur à mesure. Mais ça ne m'a pas pris beaucoup de temps avant de trouver une routine qui allait bien.* »

### Comment as-tu trouvé ton expérience ?

« *J'ai vraiment apprécié mon expérience, c'était vraiment enrichissant. On dirait qu'avant je me bloquais d'aller vers eux, mais grâce à cette expérience, j'ai combattu cette insécurité.* »  
Éloïse.

« *Au début, je ne savais pas du tout à quoi m'attendre, car les participants avaient différents niveaux, ce qui est inhabituel, mais ça a été beaucoup plus facile que ce que j'avais imaginé. Je m'attendais à ce qu'il y ait plus de résistance et de peur, mais il n'y a pas vraiment eu de problème. Les enfants participaient bien, ils arrivaient avec une super belle attitude, ce qui a aidé.* » Alice Daigle.

### UN HIVER BIEN ANIMÉ

Le programme se poursuit cet hiver et conserve la même structure que cet automne : trois groupes de participants font du judo, du ski de fond ou du patin et un quatrième est initié à ces trois sports. À suivre...



## Spectacles au NOIR : La part de l'imaginaire !

Suite à la superbe mise en lecture pour non-voyant de la pièce « La soupe au caillou » et aux commentaires plus qu'enthousiastes des spectateurs, l'équipe de l'Atelier Mer-Puits est fière d'annoncer la création d'un projet unique : Programmation ACOUSTIK !

### Des spectacles qui explorent le monde incroyable des sens !

Accessible aux petits, comme aux grands, handicapés visuels, ou non, la programmation ACOUSTIK prend la forme de spectacles théâtraux sensoriels alliant les effets sonores, l'interaction avec le public et la maîtrise de l'espace. Plongé dans le noir total tout au long de la représentation, le public d'Acoustik expérimente une forme théâtrale inédite !

Pour plus d'information et pour connaître le calendrier des spectacles, visitez le site et contactez-nous ! Informez-vous également sur notre programmation d'activités artistiques (théâtre, cirque, cabaret des arts) accessibles aux malvoyants ! Consultez notre site Internet pour en connaître davantage sur nos offres de cours et les tarifs de location de la salle !

### Théâtre au CUBE et Atelier Mer-Puits

[www.merpuits.com](http://www.merpuits.com)

Tél. : 514.526.0138

4852 av. De Lorimier

Montréal, Québec H2H 1E4

Direction artistique :

Valérie Bertrand-Lemay

[valerie.bertrand@merpuits.com](mailto:valerie.bertrand@merpuits.com)

Direction technique et logistique :

Yves Deschênes

[yves.deschenes@merpuits.com](mailto:yves.deschenes@merpuits.com)



# Un projet qui fait la différence dans la vie des familles!

Par Roland Savard,  
directeur général de l'AQPEHV

Grâce au projet « Un plus pour la vie! » financé par l'Agence de santé publique du Canada via le Programme d'action communautaire pour les enfants (PACE), l'AQPEHV est en mesure d'offrir à ses membres des journées d'échanges ou d'entraide, un service de halte-garderie, des activités de grande qualité pour les jeunes et les services d'une intervenante pour soutenir les parents et répondre à leurs besoins. Les enfants de 0 à 12 ans ayant une déficience visuelle et ayant d'autres déficiences associées ainsi que leur famille sont la clientèle cible du programme. C'est une subvention très importante, soit un montant de 120 292 \$.

Pour les parents, les journées d'échanges ou d'entraide, sont des occasions de ressourcement et de répit. Les deux objectifs généraux d'intervention auxquels répond le projet sont de briser l'isolement et d'accroître la capacité des parents à accompagner leur enfant vivant avec une déficience visuelle vers l'autonomie et favoriser le développement des potentialités de l'enfant.

En faisant le bilan des évaluations et en en considérant les taux élevés de participation, on peut qualifier ces journées de véritables succès puisque les retombées sont très positives. Les ressources du projet font vraiment la différence pour répondre aux besoins de nos familles.

## JOURNÉE D'ENTRAIDE À MONTRÉAL

Pour la deuxième année consécutive, l'AQPEHV tenait une journée d'entraide pour les parents d'enfants âgés de 0 à 5 ans. La rencontre s'est tenue à l'Hôtel Gouverneur de la Place Dupuis à Montréal, le samedi 1<sup>er</sup> octobre 2011. Cette rencontre très appréciée des participants a fait

**Un plus pour la vie!**

**PROGRAMME POUR LES PARENTS D'ENFANTS 0-12 ANS DE TOUTES LES RÉGIONS**

**Services offerts :**

- ✶ aide et soutien d'une intervenante au programme;
- ✶ aiguillage vers les ressources appropriées;
- ✶ ateliers et conférences thématiques;
- ✶ brochures et publications spécialisées;
- ✶ échanges entre parents;
- ✶ halte-garderie et activités pour les jeunes, incluant la fratrie lors des rencontres provinciales.



**Pour plus d'information, communiquez avec notre intervenante**

**(450) 465-7225**  
ou **1-888-849-8729 (sans frais)**  
**info@aqpehv.qc.ca**

émerger beaucoup d'émotions et elle a apporté beaucoup de réconfort aux parents en quête d'information et de matériel adapté pouvant mieux les outiller et favoriser le développement de leur enfant.

En première partie, l'avant-midi, Joanne Thibodeau, ergothérapeute à l'Institut Nazareth et Louis-Braille, Louise Comtois et Lise Simard, ex-enseignantes à l'école Jacques-Ouellette, ont fait un exposé sous le thème « Le développement de la conscience de l'écrit chez l'enfant aveugle de 0 à 5 ans ». Elles ont présenté le contenu du coffret « Vers la conscience de l'écrit » et la collection des 32 livres adaptés et leurs accessoires réalisés grâce à la collaboration et au support financier de la Fondation des Aveugles du Québec.

En après-midi, la période d'échanges et de discussions a été animée par notre président, Francis Ouellet, intervenant en éducation spécialisée et sa conjointe, Brigitte Roy, intervenante en psychologie et administratrice membre du conseil d'administration de l'AQPEHV.



## JOURNÉE D'ÉCHANGES À LONGUEUIL

L'événement s'est déroulé pour une première fois à l'Hôtel Sandman de Longueuil. Nous avons atteint le plus haut niveau de participation depuis que nous avons mis en œuvre les journées d'échanges en 2002.

Avant les présentations et pendant la période du dîner, les parents pouvaient aller visiter les kiosques des exposants dont voici la liste :

- Humanware (aides visuelles);
- Infopratique (aides visuelles);
- Théâtre au Cube et Ateliers Mer-Puits (spectacle pour enfants avec déficience visuelle);
- Le Service des loisirs de la Fondation des Aveugles du Québec (projet ski 360° et vente de produits);
- Le comité des jeux adaptés de la Fondation des Aveugles du Québec (jeux et livres adaptés).



À l'approche du temps des Fêtes, plusieurs parents en ont profité pour acheter des jeux et des livres adaptés.

La première présentation, très dynamique, fut celle d'Annie Deschênes, ergothérapeute de formation et spécialiste en orientation et mobilité au Centre de réadaptation en déficience physique Le Bouclier. Le thème abordé était « L'apprentissage et le développement de l'autonomie chez l'enfant ayant une déficience visuelle ».



Vous pouvez vous procurer le coffret « **Vers la conscience de l'écrit** » au comptoir des ventes de l'Institut Nazareth et Louis-Braille au coût de 125\$, le numéro de référence est le 8570. Il contient trois cahiers, deux modèles de livres tactiles à bâtir et un CD-ROM présentant des trucs et astuces pour réaliser ses propres trousseaux d'apprentissage.

**Pour le commander sur Internet :**  
[http://cdv.inlb.qc.ca/product.php?id\\_product=100010](http://cdv.inlb.qc.ca/product.php?id_product=100010)

### LIVRES ADAPTÉS

Pour vous procurer des livres adaptés parmi la collection des 32 livres adaptés et leurs accessoires, ils sont vendus au coût de 15 \$ l'unité par la Fondation des Aveugles du Québec.

Par courriel, utiliser l'adresse suivante :  
[lestactilivres@yahoo.ca](mailto:lestactilivres@yahoo.ca)

Par téléphone, vous adresser aux responsables :  
 Louise Comtois (450) 538-0186  
 ou Lise Simard (450) 465-8567.



En avant-midi, sous le thème « Histoires de vie colorées », cinq panélistes nous ont partagé leur cheminement personnel, professionnel et leurs réussites. Il s'agit de Jeanne Boudreau, Yvan Bourdeau, Marie-Ève Tremblay, Jean-François Crépeault et Valérie Nolin.

La deuxième présentation fut celle d'Alain Plourde, spécialiste en réadaptation en déficience visuelle au programme Enfance/Junesse de l'Institut Nazareth et Louis-Braille. Le thème abordé était « Les aides visuelles : pour répondre aux besoins de l'enfant ayant une déficience visuelle ». Monsieur Plourde a donné des exemples d'aides visuelles assurées, en vertu du **Règlement sur les aides visuelles et les services afférents assurés**, et qui sont attribuées gratuitement aux jeunes via le centre de réadaptation qui dessert leur région puisqu'elles sont remboursées aux établissements par la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ). La présentation a été suivie d'une période de questions.

## JOURNÉE D'ÉCHANGES À QUÉBEC

Cette journée s'est déroulée samedi, le 4 février 2012 à l'Hôtel Clarion à Québec. En plus d'un excellent taux de participation et de l'interaction avec les participants, il est évident que les deux présentations au programme de la journée ont répondu à des besoins. Les deux activités ont requis beaucoup d'attention sur le plan logistique.

Ce panel était animé par Jean-Marc Chouinard, ex-chef du Programme déficience visuelle Enfants/Adolescents de l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec (IRD PQ). Grâce à son aide, on a pu recruter cinq panélistes avec différents profils en fonction des critères suivants : cécité, basse vision, vie professionnelle, vie familiale, sports et loisirs.

En après-midi, un atelier interactif sous le thème « Grandir avec une déficience visuelle » était animé par deux psychologues, Dominique Trudel et Lise Côté, de l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec. Les participants ont été séparés en six groupes accompagnés chacun d'un animateur. Chaque groupe avait à lire et à donner leurs impressions sur une lettre écrite par un jeune ayant une déficience visuelle. D'autres questions ont aussi permis aux parents d'exprimer leurs réactions face à certaines situations vécues en lien, par exemple, avec l'annonce du diagnostic, la prise de conscience du « handicap visuel » par l'enfant, les difficultés rencontrées et les facilitateurs, les différentes façons d'accompagner son jeune, etc. Cette formule permet à chacun de faire profiter les autres de son expérience vécue et de bénéficier de celle des autres.



# Une fête familiale très divertissante!

Par Roland Savard, directeur général de l'AQPEHV

C'est à l'Hôtel Le Chantecler à Sainte-Adèle, dans la belle région des Laurentides, que se déroulaient les festivités de notre 31<sup>e</sup> Rencontre familiale annuelle. Le paysage est magnifique et l'ambiance très champêtre.

Le comité d'accueil est en place dès onze heures. Tour à tour, les gens viennent s'inscrire et de petits groupes se forment. Les familles ont du plaisir à se retrouver et les échanges débudent. Les parents de jeunes enfants se dirigent vers la halte-garderie « Les p'tits soleils ». À leur tour, les éducatrices spécialisées accueillent les parents et leurs tout-petits. Graduellement la salle où se déroule le dîner se remplit. Un buffet froid y est servi.

Vers 12 h 30, les moniteurs du Service des loisirs de la Fondation des Aveugles du Québec se préparent à rassembler les jeunes devant l'hôtel. L'embarquement se fait précisément à 13 h. Avant de partir, on prend une photo de groupe. Deux autobus sont au rendez-vous. On se dirige vers le Camp Bruchési où il y a diverses activités au programme : hébertisme, tir à l'arc, escalade, randonnées en forêt, canot et kayak, etc. Pour compléter la journée, les jeunes ont droit à un souper suivi d'un merveilleux

feu de camp. À leur retour à l'hôtel, les jeunes se divisent en deux groupes pour une soirée cinéma.



De leur côté, les parents tiennent leur assemblée générale en après-midi, suivi d'un cocktail d'échanges. Après le souper, deux belles activités les attendent. La première est une activité très originale, un rallye (jeu meurtre et mystère) est organisé par Audrey Dubreuil qui a mobilisé une équipe de bénévoles. Les participants sont divisés en équipe. Ils reçoivent des consignes d'Audrey Dubreuil déguisée en agent du FBI. Dans l'hôtel, une série de personnages déguisés et anonymes déambulent. Il s'agit pour les participants de les identifier et de récupérer les indices pour éventuellement découvrir le meurtrier. BRAVO à toute l'équipe du rallye et tout spécialement à Audrey qui a fait un travail remarquable. Les gens ont beaucoup aimé cette animation.



Le président, Francis Ouellet, procède à la remise des prix aux équipes gagnantes et il procède au tirage des prix de présence. Après les remerciements d'usage, il présente nos musiciens. Place au spectacle!



C'est au rythme du jazz, du blues et du rock progressif que monsieur Guy Cardinal s'exécute. La fête bat son plein ! Musicien, interprète et non-voyant, Monsieur Cardinal est amoureux de la musique. Il est un pianiste hors pair et il a trois albums à son actif. Très généreux de sa personne, Monsieur Cardinal en a profité pour inviter sur scène un jeune du Saguenay pour

lequel il a beaucoup d'estime, Ovide Coudé, qu'il a connu via l'AQPEHV. Ovide a aujourd'hui 19 ans et est aussi aveugle de naissance. C'est également un passionné de la musique de jazz et un très bon guitariste. Invité de plusieurs festivals, Monsieur Cardinal nous a confié qu'il désire réinviter Ovide à participer à des spectacles et l'aider à réaliser son rêve de vivre de son art.



## **PARTENAIRES ET COMMANDITAIRES** **31<sup>e</sup> RENCONTRE FAMILIALE ANNUELLE**

### **NOTRE PARTENAIRE FINANCIER MAJEUR:**

La ministre déléguée aux Services sociaux, Mme Dominique Vien

### **NOS PARTENAIRES FINANCIERS:**

- La ministre du Tourisme,  
Mme Nicole Ménard
- La ministre de la Famille,  
Mme Yolande James
- L'Institut de réadaptation en  
déficience physique de Québec
- L'Institut Nazareth et Louis-Braille

### **NOS COMMANDITAIRES ET COLLABORATEURS:**

- La Fondation des Aveugles du Québec
- Muséums Nature Montréal  
(Biodôme, Insectarium, Jardin Botanique et Planétarium)
- M. Germain Larochelle, artiste-peintre
- Mme Lyse Larochelle, artiste-peintre
- M. Sylvain Demeule, photographe
- M. Yves Deschênes, direction technique  
et coordination d'événements





Départ des jeunes et des moniteurs de la Fondation des Aveugles du Québec de l'Hôtel Sandman à Longueuil pour le Fort Angrignon à Montréal, le 12 novembre 2011.



Arrivée des jeunes et des moniteurs de la Fondation des Aveugles du Québec au Site Traditionnel Huron à Wendake, le 4 février 2012.



**Association québécoise des parents d'enfants handicapés visuels**

10, boul. Churchill, bureau 203, Longueuil (Québec) J4V 2L7

Téléphone : 450 465-7225 ou 1 888 849-8729 – Télécopieur : 450 465-5129

Courriel : [info@aqpehv.qc.ca](mailto:info@aqpehv.qc.ca) – Site web : [www.aqpehv.qc.ca](http://www.aqpehv.qc.ca)