Association québécoise des parents d'enfants handicapés visuels

L'ÉCLAIREUR

Courriel:
info@aqpehv.qc.ca

Site Internet:
www.aqpehv.qc.ca

AQPEHV 30 ans

Janvier 2010

LA RENCONTRE FAMILIALE DE RIVIÈRE-DU-LOUP, UNE FÊTE INOUBLIABLE !

Photo prise le 6 juin 2009 à Rivière-du-Loup. On y voit un groupe de jeunes qui se rassemble avant de prendre l'autobus. Ils sont accompagnés des moniteurs de la Fondation des aveugles du Québec.

ÉDITORIAL

« La fierté d'être PARENT »

Par Brigitte Roy

Dernièrement, mon fils revenait de l'école avec le grand sourire (le sourire ici est un détail important, car ça n'arrive pas souvent qu'il revienne souriant de l'école). Il me raconte qu'il vient de vivre un moment passionnant en histoire. Il me décrit son cours avec des étoiles dans les yeux, il en tremble tellement il est heureux. Il a réalisé que l'école peut être intéressante. Ouf! Il était temps! Je suis vraiment heureuse pour lui. Nous venons de le raccrocher à l'école.

Dans ma vie personnelle et lors de rencontres avec d'autres parents à l'AQPEHV, je fus à même de constater que la pression est lourde sur les épaules des parents. À travers le développement de nos enfants, nous assumons plusieurs rôles qu'en temps normal un parent n'aurait pas à assumer. La vie au quotidien avec nos petits nous amène à devenir par la force des choses des thérapeutes, des psychologues, des éducateurs, des médiateurs, des conférenciers, des auteurs et j'en passe. Pourtant, nous rêvions tous au départ d'un simple rôle, le plus beau de tous les rôles, celui d'être PARENT.

À travers des situations anecdotiques, je vais tenter d'élaborer mon idée.

Mon enfant vient de naître : malheur, il est différent. Choc brutal, déni, colère, tout y passe puis vient l'acceptation. On me dit : « En tant que parent, tu devras travailler deux fois plus fort ». « On doit stimuler l'enfant pour qu'en maternelle il puisse avoir atteint le même niveau de développement que ses pairs ». Qu'est-ce que je fais ?

Stimulation, stimulation, stimulation… Me voilà thérapeute!

Mon enfant a un an. Il ne marche toujours pas. Rencontre au CLSC. On me dit : « Retard de développement moteur ». Qu'est-ce que je fais ?

Stimulation, stimulation, stimulation… Me voilà ergothérapeute!

Mon enfant a 2 ans. Il ne parle toujours pas. On me dit : « Madame votre enfant a probablement un retard de développement global ». Qu'est-ce que je fais ?

Stimulation, stimulation, stimulation… Me voilà orthophoniste!

Mon enfant a 3 ans. Il pousse, mord et tape les amis. On me dit : « Il manque d'habiletés sociales ». Qu'est-ce que je fais ?

Intervention, stimulation, invitation, lecture sur le sujet… Me voilà éducatrice!

Mon enfant a 4 ans…

Mon enfant a 5 ans...

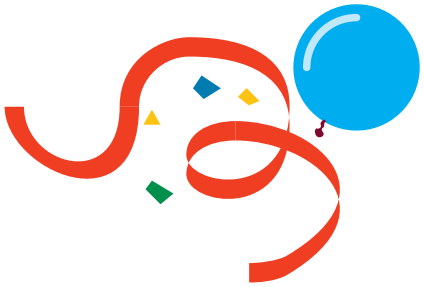
Mon enfant a 8 ans. Il n'accepte pas de faire des erreurs, il est orgueilleux, il déteste l'école. On me dit : « Depuis qu'il est petit qu'il travaille. Il vit trop de pression. Il faut baisser nos attentes ». Qu'est-ce que je fais ?

Brigitte Roy

Je pleure… Je me sens mauvaise mère... Je me sens incompétente… Me revoilà simple maman!

Je voulais ce qu'il y a de mieux pour mon fils et pourtant c'est tout le contraire qui arrive. Est-ce qu'à trop en faire on nuit? Peut-être… Mais en bout de ligne, je ne faisais que suivre les recommandations des professionnels, car ce que je veux avant tout, c'est le bonheur de mon fils et retrouver mon rôle de PARENT.

Cette tranche de vie me permet de réaliser qu'il est essentiel de valoriser notre rôle de parent. On a beau assumer plusieurs rôles, il n'en demeure pas moins que nous sommes avant tout un papa et une maman. L'AQPEHV m'aura permis de rencontrer des parents fantastiques, des guides précieux sur qui je peux toujours compter quand la maman a besoin d'écoute et d'encouragement. Il n'y a pas meilleure personne qu'un parent pour en comprendre un autre. À l'AQPEHV, j'ai retrouvé mon rôle, le plus beau, celui de PARENT.



Lancement du Guide sur les habiletés sociales

Communiqué de la Table de concertation jeunesse

La Table de concertation jeunesse en déficience visuelle lance son guide pour les parents et inaugure son site Internet.

Longueuil, le 22 octobre 2009 - Les parents et les personnes œuvrant auprès des enfants ayant une déficience visuelle disposent d'un nouveau guide à leur intention, une réalisation de la Table de concertation jeunesse en déficience visuelle (TCJDV).

Cette dernière lance du même souffle le tout nouveau www.tcjdv.qc.ca, un site totalement construit selon les critères d'accessibilité.

L'objectif du guide « Mon enfant aujourd'hui… pour demain » est de développer chez l'enfant les habiletés sociales nécessaires à une vie active en société, que ce soit au sein de la famille, à l'école, au travail, ou dans les loisirs. Il est conçu pour les parents d'enfants présentant une déficience visuelle de même que pour les inter-venants et les enseignants qui travaillent auprès d'eux, dans l'objectif de les sensibiliser et de les outiller.

Les habiletés sociales sont primordiales dans les interactions liées à l'intégration sociale de tout individu. Chez l'enfant présentant une déficience visuelle, ce sont particulièrement les autres sens que la vision qui guident les interactions sociales, comparativement à l'enfant voyant. C'est donc le développement de ces habiletés que le guide encourage, de la naissance jusqu'à l'âge de 12 ans. Les parents et les intervenants y retrouveront ainsi diverses informations, des pistes d'actions et des suggestions leur permettant de développer tout le potentiel de l'enfant.

Il est possible de se procurer le guide «Mon enfant aujourd'hui…pour demain » à l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec, pour les centres de réadaptation de l'Est de la province et à l'Institut Nazareth et Louis-Braille pour les centres de l'Ouest. De plus, le guide sera disponible en format WORD et PDF, dans la section « Réalisation » du site Internet de la TCJDV.

Note : La Table de concertation jeunesse est un regroupement composé d'une vingtaine d'organismes ayant des missions diverses, provenant d'un peu partout sur le territoire québécois et qui sont concernés par le bien-être et la réussite des jeunes qui ont une déficience visuelle ainsi que de leur famille. Ces organismes se concertent puisqu'ils désirent donner un sens concret à la complémentarité de leurs actions respectives. Pour obtenir de plus amples informations sur la Table, visitez le www.tcjdv.qc.ca.

Les auteures du Guide « Mon enfant aujourd'hui…pour demain. »
De gauche à droite : Brigitte Roy et Audrey Charland (AQPEHV), Josée Lepage et Maryse Guertin (École Jacques-Ouellette), Yolenta Niklewicz (INLB). Ne sont pas sur la photo Patrick Petit (École Jacques-Ouellette) et Martine Blanchette (INLB)

Tout un « Voyage de Rêve » !

Par Pierre Brousseau, papa de Marie-Pier, fonctionnellement aveugle

Princesse et Marie-Pier

Groupe de Marie-Pier à Walt Disney

Il est 2 h 30 du matin, le réveil fredonne de nous lever. On lève les enfants à la dernière minute, petit déjeuner sur le pouce, et hop ! dans l'auto, direction l'aéroport, hangar d'Air Canada. On nous y attend pour 4 h 00.

À notre arrivée, plein d'enfants excités qui courent à gauche et à droite. Ils y en a qui attendent sans trop savoir quoi… mais oui, ils le savent ! Ils partent tous pour Walt Disney !

Jusqu'au moment de l'embarquement, les sentiments se mélangent à la fatigue du matin. Tout est bien organisé; joueurs des Alouettes, Cheerleaders et mascottes nous promettent le championnat et qui sait ! La Coupe ? (Ils ont tenu promesse) Patrice Brisebois signe des autographes et sourit à tout le monde. Plusieurs kiosques d'information sont en place pour nous accueillir et nous informer : polices, pompiers, douaniers, et d'autres. En d'autres mots, on a pas le temps de s'ennuyer.

Une fois que nos enfants sont vêtus de leur « look » unique, « tout le monde en rouge » gracieuseté de l'Équipeur, le temps est venu pour l'embarquement… Oups ! Pas sûrs, certains enfants hésitent… Mais c'est vite passé. Les mascottes nous font voir le grand oiseau blanc qui emmènera nos amours loin de nous, très loin, pour une journée de rêve…! À WALT DISNEY. Rien de moins et pour une journée.

Cette organisation vaut la peine qu'on s'y intéresse. Ils sont programmés au quart de tour. Rien n'est laissé au hasard et nos enfants sont devenus tout d'un coup « Princes et Princesses ». Sur place, les parents n'y sont pas. Ce sont des bénévoles qui accompagnent nos tout-petits.

Ils ont tout mis en place, pour que cette journée soit inoubliable pour nos enfants. Ils ont fait un travail extraordinaire, chapeau ! Des jeux, des manèges à profusions des rencontres avec des personnages de rêve qui sortent tout droit de notre télé…WOW ! Les enfants ont fait le plein de souvenirs. Ils ont profité au maximum de cette merveilleuse journée.

La station de radio Montréalaise (CJAD) qui était installée là-bas pour l'occasion, en plein cœur de l'action, nous informait en direct, grâce à M. Ric Peterson et son émission de fin d'après-midi. Il nous informait du déroulement de la journée pour nos enfants à Walt Disney. Nous avions l'impression d'être avec eux à un certain moment. Un gros merci à CJAD et M. Ric Peterson pour cette belle initiative.

Eh bien oui, il y eut une fin à cette journée ! Le retour s'est fait à 24 h 45, les enfants fatigués, brûlés, crevés, mais la tête pleine de souvenirs impérissables. La fête s'est prolongée le lendemain, il y a eu congé d'école… pour Marie-Pier, trop fatiguée, brûlée, crevée…

Plusieurs semaines ont passé et on entend encore des échos de cette journée magique. Merci à cette organisation qui fête leur 15e anniversaire cette année, à M. Brian Roscoe président et fondateur, et à toute son équipe. Ils ont fait vivre à des milliers d'enfants vivant avec une problématique, des moments inoubliables. Marie-Pier est une privilégiée qui a vécu cette aventure avec 160 autres jeunes, le 4 novembre dernier.

Je vous invite à visiter le site « www.dreamstakeflight.ca ». Vous pourrez voir des sourires évocateurs à partir d'une vidéo tournée sur place par Ric Peterson de CJAD.

Note de l'éditeur : *Au total, un groupe de 8 jeunes âgés entre 6 et 10 ans ont été sélectionnés parmi les jeunes de la Fondation des aveugles du Québec et de l'AQPEHV. Un moniteur de la Fondation, Frédéric-Roy Hall a accompagné le groupe tout au long du voyage afin de conseiller adéquatement les bénévoles de l'organisation Voyage de rêve pour l'accompagnement des jeunes ayant une déficience visuelle, car à chaque enfant était attribué un bénévole responsable.*

Une fête à la ténacité, à l'effort et à la réussite.

Par Louise Vézina

Agente de réadaptation, rééducation braille, CSA

En juin dernier, deux de nos élèves intégrées terminaient leur secondaire. En effet, Stéphanie Hamelin et Jade Champagne, malgré leur handicap visuel, venaient de terminer avec succès leur secondaire pour poursuivre leurs études au CEGEP. Quel bel exemple de courage, de travail ardu, de ténacité pour les autres enfants plus jeunes, qui en sont les témoins. Pas question de passer sous silence cette belle réussite !! Louis Alexandre et Marie-Pier

Louis, Alex et Marie Pierre chantent

Jade et Stéphanie sont très émues

Téléphone conférence

ont donc participé à l'élaboration d'une petite fête en leur honneur. Les paroles de la chanson « I believe in you » interprétée par le groupe Il Divo et Céline Dion, parlaient d'elles mêmes !!!! Nous avons donc répété avec beaucoup d'assiduité et d'entrain cette chanson qui allait devenir la pièce maîtresse de notre petite fête. Pour souligner cette journée... il nous fallait aussi un invité d'honneur, alors nous avons pensé inviter Monsieur André Dubois de chez Humanware. André connaît bien ces enfants et il est un modèle pour plusieurs d'entre eux... Louis Fortin, notre accro d'informatique, voudrait même le remplacer un jour... André accepte volontiers de participer à notre journée spéciale. Encore mieux, toute l'équipe de chez Humanware nous invite à célébrer l'événement dans leur bureau de Longueuil. Quel bel événement pour ces jeunes, pour qui la technologie adaptée est une source de motivation et un moyen de communication extraordinaire avec leurs pairs.

André, Alex et Louis

Merci à toute l'équipe de Humanware pour ce bel accueil, merci à monsieur Gilles Pépin qui a tenu à faire une conférence téléphonique avec nos jeunes, pour les féliciter et les encourager à continuer. Merci à l'équipe d'avoir préparé un atelier pratique sur l'utilisation du Trecker Breeze avec les enfants.

Félicitations à Jade et Stéphanie, et comme le dit si bien la chanson interprétée par Louis, Alexandre et Marie-Pier en cet après-midi de juin, « Va jusqu'où tes rêves t'emportent... au fond de toi souviens-toi...que je crois, que je crois en toi !! I believe, I believe in you ! ».

Marie-Pier et le trecker

Jeunes, déficience visuelle et activités physiques à l'INLB

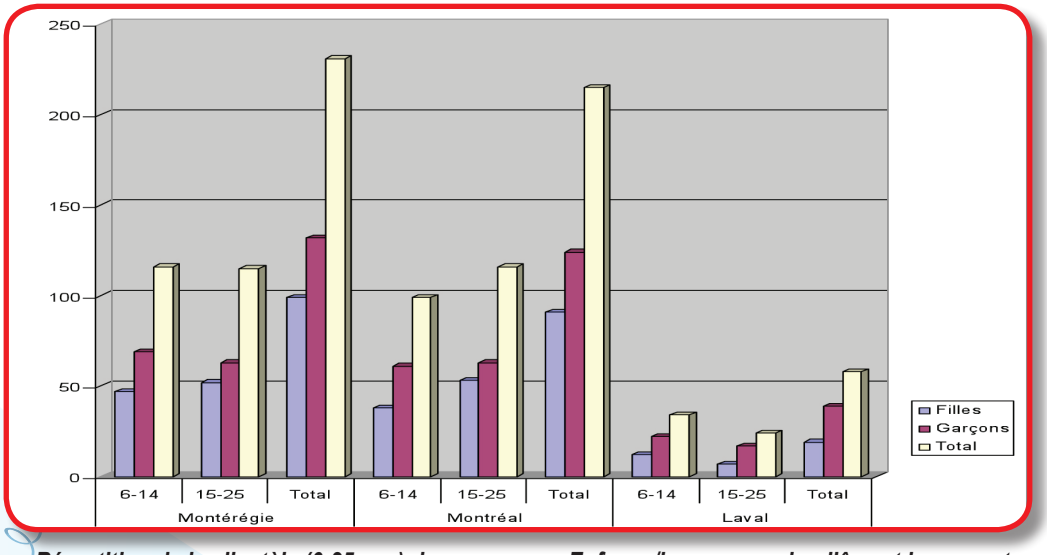
Par Khatoune Témisjian, Ph.D., INLB, avec la collaboration de:
Michel Cyr, Louise Grégoire, Yolanta Niklewicz, Claire Savoie, INLB

La clientèle jeune avec déficience visuelle de l'INLB participe-t-elle à des activités physiques ?

C'est la question à laquelle a tenté de répondre un sondage réalisé en 2006-2007 par des intervenants du programme Enfance/Jeunesse auprès d'un échantillon de 219 usagers âgés entre 6 et 25 ans, en collaboration avec le service de la recherche de l'INLB. L'objectif de ce sondage était d'examiner la pratique de l'activité physique auprès des jeunes ayant une déficience visuelle, d'une part en se penchant sur cette pratique comme habitude de vie et, d'autre part, en la documentant en lien ou non avec des organismes spécialisés.

Les caractéristiques de la clientèle

La clientèle du programme Enfance/jeunesse compte 504 usagers âgés entre 6 et 25 ans en 2006-2007. Elle est répartie en Montérégie, à Montréal et à Laval. Sur le plan de la distribution des sexes, les garçons sont plus nombreux dans les trois régions (57% en Montérégie, 58% à Montréal et 67% à Laval). Quant à leur âge, les jeunes âgés de 6 à 14 ans et ceux de 15 à 25 ans sont distribués à parts égales dans le secteur de la Montérégie, tandis qu'à Montréal, le premier groupe est un peu moins important. Enfin, à Laval, c'est le phénomène inverse qui se produit, c'est-à-dire que les 6-14 ans sont en plus grand nombre.



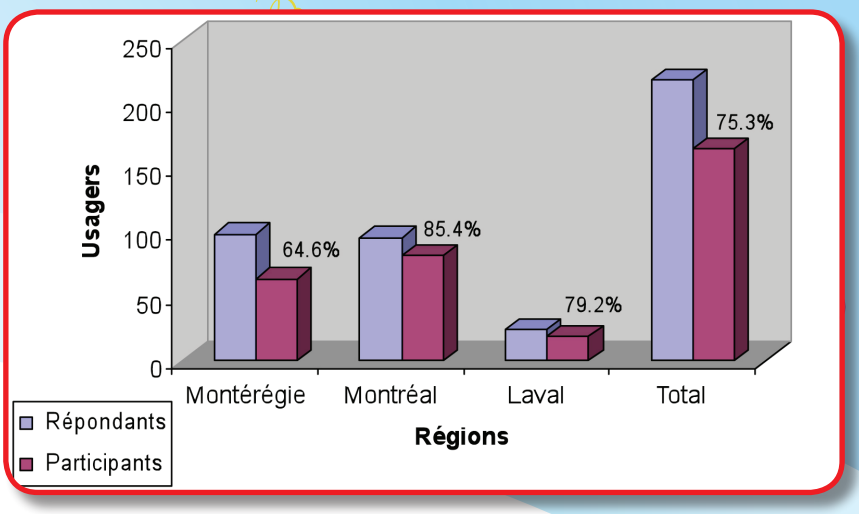
Répartition de la clientèle (6-25 ans) du programme Enfance/jeunesse, selon l'âge et le sexe, et selon les régions (N = 504)

Dans quelle proportion les jeunes avec déficience visuelle participent-ils à des activités physiques ?

Les données recueillies auprès d'un échantillon de 219 usagers de ce programme nous permettent de constater que les jeunes participent dans une proportion de 75,3% à diverses activités physiques. L'histogramme ci-dessous nous permet de dégager la proportion des jeunes qui participent aux activités physiques, en fonction de leur région.

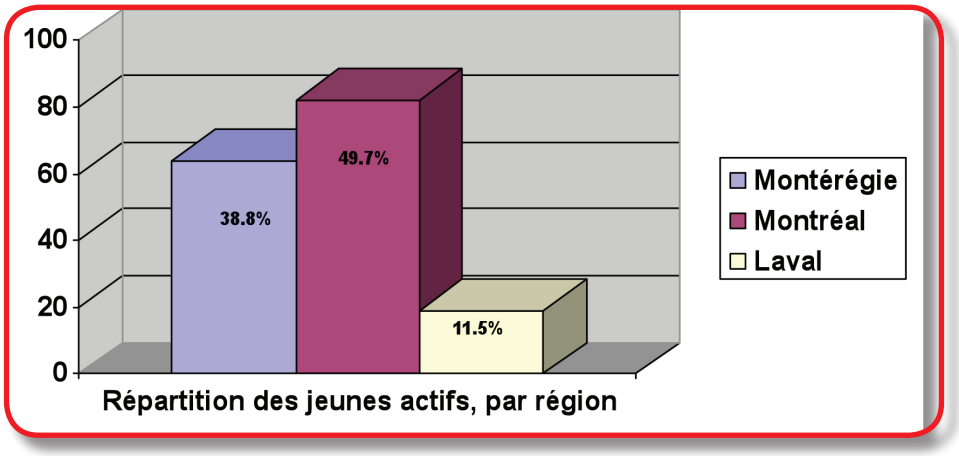
Parmi les jeunes actifs, la distribution par région nous révèle que les jeunes sont plus actifs à Montréal, puis en Montérégie et enfin à Laval.

Notons que dans les trois régions, ces activités sont réalisées majoritairement en famille, puis à travers des activités de quartier et des organismes spécialisés. De plus, les activités individuelles sont plus populaires en Montérégie et à Laval plutôt qu'à Montréal où l'on privilégie davantage les activités de groupe. En ce qui concerne le type d'activités, la baignade, la gymnastique, la marche, le ski, le vélo, le soccer, sont autant d'activités que pratiquent les jeunes dans ces trois régions.



Type d'activités physiques
Les activités diffèrent selon qu'elles sont pratiquées en famille, avec des amis, à travers des organismes spécialisés ou dans des activités parascolaires.

1) Dans l'ensemble, quelle que soit la région, les intervenants du programme Enfance/jeunesse consultent que les activités les moins souvent mentionnées sont celles qui sont réalisées avec des amis.



2) 38% des répondants (enfants ou parents) ont mentionné que les enfants ont besoin de pratiquer des activités avec des jeunes qui ont une déficience visuelle, puisque cela facilite la relation pour se faire des amis, le rythme est similaire et cela leur permet d'être en groupe.

3) Les activités parascolaires ne sont pas très pratiquées, possiblement dues à l'absence d'activités adaptées à ces jeunes ou encore à l'absence d'activités parascolaires en général dans le réseau scolaire régulier.

Absence des jeunes aux activités physiques
Il est intéressant de souligner que les raisons relevées par les intervenants du programme Enfance/jeunesse, pour expliquer l'absence d'une partie des jeunes (25%) aux activités physiques, sont les suivantes : le manque d'intérêt, le manque de temps, l'épuisement des parents, l'activité non adaptée, etc.

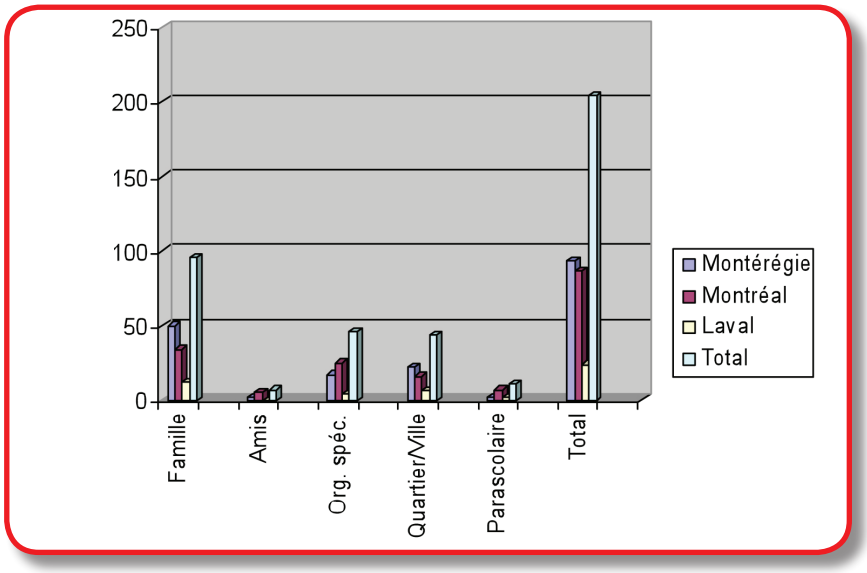
Notons que le manque d'information au sujet des ressources disponibles constitue également un des éléments empêchant les jeunes de participer aux activités physiques. Il est également important d'attirer l'attention sur le fait que le niveau de difficulté

rencontré varie selon le niveau de déficience visuelle de ces jeunes.

En conclusion …

Compte tenu de la situation des jeunes, les résultats de ce sondage suggèrent que :

- les ressources disponibles soient accessibles à ces jeunes, c'est-à-dire que davantage d'informations sur les ressources leur soient transmises;
- les activités soient adaptées à la situation de handicap des jeunes âgés de 6 à 25 ans;
- des mesures appropriées soient adoptées pour motiver les jeunes à entreprendre des activités physiques.



Répartition du type d'activités, par région

Recensement provincial d'activités de loisirs et de sports pour des jeunes ayant une déficience visuelle

L'AQPEHV procède à un recensement des activités de sports et de loisirs pratiquées par des jeunes ayant une déficience visuelle de 0 à 21 ans, qu'elles soient pratiquées en groupe, en solo ou en famille. Nous désirons concevoir une banque de données provinciale pouvant servir de référence aux jeunes, aux parents ou aux intervenants.

Nous désirons identifier des activités, des lieux où l'on peut les pratiquer et en connaître les adresses, les entreprises qui offrent des services spécialisées, les adaptations requises pour jeunes ayant une basse-vision et celles pour les jeunes ayant une cécité totale ou partielle. Nous souhaiterions aussi que vous nous fassiez part du soutien reçu d'un centre de réadaptation, d'une association sportive, d'accompagnement bénévole ou de toute autre forme que ce soit.

La base de données sera gérée par notre intervenante à l'accueil et au soutien. Vous pouvez communiquer avec nous par téléphone (450) 465-7225 ou 1 888-848-8729, par télécopieur (450) 465-5129, par courriel à accueil@aqpehv.qc.ca.

Groupe d'entraide de Québec

Par Élaine Chénard

Le 9 août dernier avait lieu notre rencontre. Quelle belle journée nous avons eue ! Soleil, chaleur, sourire et bonne bouffe étaient au rendez-vous. Les enfants se sont amusés grandement ainsi que les adultes.

C›est toujours un plaisir de se voir et de partager ensemble le quotidien que nous vivons avec nos bouts de chou ayant un handicap visuel. Un gros merci à Antoine et Andrée qui nous ont gentiment et chaleureusement accueillis chez eux.

Le CFER Jacques-Ouellette

Par Denis Joncas, Ariane Labrecque, Maryse Théberge
Enseignants au CFER Jacques-Ouellette

Qui sommes-nous ?

Fondé en 2007, le Centre de formation en entreprise et récupération Jacques-Ouellette (CFER) se définit comme une école-entreprise sans but lucratif qui accueille des jeunes filles et garçons âgés entre 16 et 21 ans présentant un handicap visuel et un retard dans leur cheminement pédagogique. Ce retard doit être suffisamment important pour ne pas pouvoir les intégrer à des classes régulières. Notre CFER est située dans les locaux de l'école Jacques-Ouellette, un centre suprarégional en déficience visuelle de la commission scolaire Marie-Victorin.

Notre CFER a pour principal mandat de favoriser le développement de ses élèves par un curriculum tout à fait particulier leur permettant de partager leur temps entre la classe et l'entreprise. La mission première du CFER vise à former des jeunes pour une intégration au marché du travail en offrant le programme FPT (formation préparatoire au travail). Cette formation, d'une durée de trois ans ou plus, mène à une certification décernée par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport. Le CFER Jacques-Ouellette est aussi membre du Réseau québécois des CFER. Cette collaboration à pour but essentiellement l'amélioration et la validation des pratiques et des compétences pédagogiques.

La formation de nos élèves est basée sur deux volets; le volet général et le volet pratique. À travers le volet général, nous adaptons les cours à la réalité du marché de l'emploi. Les outils pédagogiques utilisés sont entre autre, le journal quotidien, l'utilisation du cartable CFER, le fichier orthographique et la caravane du développement durable.

La connaissance de la société compte pour beaucoup dans la démarche du CFER et c'est à travers le journal quotidien que nos élèves sont mis en contact direct avec le monde adulte dans lequel ils s'apprêtent à entrer.

Nos élèves ont aussi besoin d'être structurés. L'organisation de leur cartable leur fournit l'occasion de classer et d'ordonner leurs notes dans une démarche déterminée. Le cartable doit être le reflet de chacun d'eux, soit ordonné, rigoureux, respectueux de la propreté et de la précision.

Les élèves qui arrivent au CFER possèdent rarement un large éventail de vocabulaire. La constitution du fichier orthographique, à partir des lectures du journal entre autre, permet de combler cette lacune.

Les élèves doivent contribuer au devenir collectif en jouant leur rôle de citoyens engagés. Pour y arriver, ils doivent maîtriser quelques éléments du développement durable et en faire la démonstration auprès d'un public. Cet objectif est réalisable grâce aux présentations de la caravane du développement durable dans les écoles primaires. En faisant face à un public réel, les élèves vivent une fierté qui devient un moteur nécessaire dans l'amélioration de leur image tout en développant une attitude positive à transmettre leurs connaissances.

En plus d'une formation académique, les élèves du CFER suivront une formation préparatoire à l'emploi dans une de nos entreprises. Que se soit dans l'entreprise de déchiquetage de documents confidentiels et nominatifs ou à la cantine. Les élèves auront l'occasion d'expérimenter plusieurs postes de travail leur permettant de développer des habiletés de bons travailleurs, d'acquérir des connaissances techniques en opérant différents appareils et de mieux prendre conscience de leurs capacités. En trois années de formation, les élèves accumuleront près de 1050 heures d'expérience de travail.

Les valeurs véhiculées au CFER Jacques-Ouellette sont l'autonomie, l'effort, l'engagement, le respect et la rigueur. L'équipe des enseignants en font la promotion et ils évaluent le respect de ces valeurs par leurs élèves.

Finalement, nos élèves inscrits au programme CFER, se préparent à leur insertion sociale et professionnelle puisqu'ils sont confrontés à des situations réalistes de travail dans lesquelles ils doivent s'habiliter à exécuter les principales fonctions d'un métier.

Cette année, le CFER de l'école Jacques-Ouellette développe un service de déchiquetage de documents nominatifs et confidentiels, et ce, à un coût modique et dans des conditions sécuritaires.

Afin de préserver la confidentialité :

- ☺ un certificat est remis au client lors de la collecte des documents. Tous les élèves et le personnel ont été assermentés ;
- ☺ les documents sont transportés sous scellé par camion à notre école-entreprise et déposés dans un local sécurisé où ils sont déchiquetés;
- ☺ le papier est déchiqueté en micro fragments; la norme requise étant de 6 mm;
- ☺ seules les personnes assermentées peuvent entrer dans le local de déchiquetage;
- ☺ le travail des élèves est supervisé par le personnel enseignant en tout temps;
- ☺ la porte du local de déchiquetage du papier est toujours verrouillée;
- ☺ une fois le travail effectué, un certificat de destruction des documents peut être remis au client sur demande.

Nos élèves ont besoin d'acquérir cette expérience et de prendre confiance en eux! Si vous avez des documents confidentiels à faire détruire, à moindre coût, nous vous invitons à communiquer avec nous sans plus tarder au (450) 670-2951 poste 3893. Nous nous ferons un plaisir de répondre à toutes vos questions.

La tarte aux pommes de maman, c'est la meilleure!

Par Lise Dionne, ergothérapeute
Institut de réadaptation en déficience physique de Québec

Comment avez-vous appris à cuisiner ? C'est souvent en regardant faire votre mère ou en l'aidant que vous avez appris l'art de cuisiner au quotidien. Quoique tout change, c'est encore le plus souvent de cette façon que les jeunes apprennent aujourd'hui à cuisiner.

Mais qu'en est-il lorsque notre adolescent ou adolescente présente une déficience visuelle ?

Habituellement, en réadaptation, les techniques et stratégies pour assurer un travail sécuritaire en cuisine sont enseignées aux jeunes lors de rencontres individuelles. Les parents sont informés par le thérapeute du niveau d'évolution des habiletés acquises.

En mai dernier, des intervenants* du programme de déficience visuelle enfants et adolescents de l'IRDPQ, invitaient 5 jeunes adolescents(es) et leurs parents à des rencontres « groupe-cuisine ».

Ces 2 rencontres avaient pour but d'enseigner aux parents les stratégies et techniques sécuritaires à privilégier dans diverses tâches de cuisine telles mesurer, couper des aliments, peler un fruit, casser un œuf, ouvrir une boîte de conserve, etc. Deux adultes présentant une incapacité visuelle sont venus démontrer les façons de faire. Une fois bien entraîné à utiliser ces techniques, le parent pouvait les enseigner à son enfant sur place. De retour à la maison, il pouvait mieux juger des acquis et continuer à guider le jeune. Ainsi outillé, il devient beaucoup plus facile d'enseigner la recette familiale du pâté à la viande ou celle de la tarte aux pommes qui sentent si bon son enfance !

Heureux des résultats obtenus, les intervenants impliqués prévoient répéter l'expérience avec des enfants plus jeunes. Plus l'enfant débute tôt sa participation aux tâches de la cuisine, plus il sera habile à le faire, une fois en appartement.

* Les intervenantes impliquées dans cette activité sont : Danielle Bouchard et Lise Dionne (ergothérapeutes) et Dominique Trudel (psychologue).

Groupe de cuisine

David et son père

Mélissa et sa mère

Une exposition pour toute la famille sur Louis Braille et son invention révolutionnaire

À l'Espace Jeunes de la Grande Bibliothèque

Un jeune homme de génie. Une invention sans cesse en mouvement, aux répercussions étonnantes, universelles et durables. Une invitation à la découverte ! Afin de célébrer le bicentenaire de la naissance de Louis Braille, Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BAnQ) présente une nouvelle exposition intitulée Le braille, c'est normal !, du 10 novembre 2009 au 7 novembre 2010, à l'Espace Jeunes de la Grande Bibliothèque. Cette exposition permettra aux petits et aux grands de partir à la rencontre de Louis Braille, l'inventeur du code de points en relief qui porte son nom et qui a révolutionné la vie de millions de personnes non voyantes en leur permettant de lire et d'écrire.

C'est un adolescent aveugle d'à peine 16 ans, Louis Braille (1809-1852), qui, grâce à son esprit à la fois pratique et scientifique, a ouvert aux non-voyants les portes du savoir et de l'égalité sociale. Le braille, les six points magiques de son invention, s'adapte à toutes les langues et à toutes les technologies. Découvrez un jeune homme de génie et une œuvre sans cesse en mouvement, aux répercussions étonnantes, universelles et durables. Au fil de cette exposition, explorez de nombreux aspects du quotidien des non-voyants et, surtout, les outils et les objets qui leur donnent accès au savoir et à la création. Cette exposition dévoile une collection moins connue de BAnQ, celle du Service québécois du livre adapté (SQLA), ainsi qu'un grand nombre de livres et d'objets prêtés par l'Institut Nazareth et Louis-Braille.

Portrait de Louis-Braille

L'exposition se divise en cinq zones :

- « Louis Braille, inventeur » présente Louis Braille et l'origine de son invention.
- « Les six points magiques » dévoilent le braille en tant qu'écriture universelle.
- « Le braille, un système génial » traite de l'écriture, de la lecture et des nouvelles technologies appliquées au braille.
- « Le braille au carrefour du savoir » explore les façons dont le braille a ouvert les portes du savoir aux personnes non voyantes dans les domaines des arts et de l'architecture, des sciences et des mathématiques, de la musique, de la littérature ainsi que des jeux et du divertissement.
- « Créateurs aveugles » met en valeur des compositeurs et des auteurs qui ont utilisé le braille pour créer leurs œuvres.

La commissaire invitée de l'exposition, Michelle Brulé, est musicienne et œuvre depuis plusieurs années auprès des personnes avec une déficience visuelle. De 1998 à 2001, elle a notamment occupé le poste de directrice générale de la division québécoise de l'Institut national canadien pour les aveugles (INCA).

Des activités gratuites complémentaires à l'exposition.

Des activités gratuites seront proposées à la Grande Bibliothèque en complément à l'exposition au cours des prochains mois, notamment celles-ci :

Pour enfants

- Spectacle *Contes de l'aveugle* (6 ans et plus) avec Serge Brosseau, conteur, auteur et comédien
  Les dimanches 22 novembre 2009 et 31 janvier 2010 à 13 h 30

- *Louis Braille, un personnage étonnant* (8 ans et plus) avec Danielle Vaillancourt, auteure jeunesse
  Les dimanches 3 janvier et 21 février 2010 à 13 h 30

- *Ateliers d'initiation au braille Lire… du bout des doigts !* (8 ans et plus) avec Danielle Vaillancourt, auteure jeunesse
  Le mardi 2 mars (semaine de relâche) et les dimanches 21 et 28 mars à 13 h 30

Pour adultes

- *Lecture-spectacle Rubato*, une production du Théâtre Barbare présentée dans l'obscurité, avec Dominique Pétin et Marcel Sabourin, sur une musique de Kiya Tabassian
  Le mercredi 3 février 2010 à 19 h 30

Pour en savoir davantage sur les activités et les modalités de réservation, veuillez consulter le calendrier des activités de BAnQ offert dans tous les édifices de BAnQ ainsi qu'au www.banq.qc.ca.

Espace Jeunes de la Grande Bibliothèque
475, boulevard De Maisonneuve Est
Montréal (Métro Berri-UQAM)
Renseignements : 514 873-1100 ou 1-800-363-9028; www.banq.qc.ca
Entrée libre

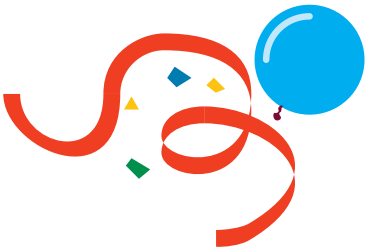
Au sujet de BAnQ

Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BAnQ) est une institution culturelle qui a pour mission d'acquérir, de conserver et de diffuser le patrimoine documentaire publié, archivistique et filmique du Québec ou relatif au Québec. Elle offre aussi à tous les Québécois – sur place, par Internet ou par prêt entre bibliothèques - un accès gratuit à de vastes collections universelles et aux services d'une bibliothèque publique d'envergure. BAnQ regroupe la Grande Bibliothèque, le Centre de conservation et neuf centres d'archives à Montréal, Québec, Gatineau, Rimouski, Rouyn-Noranda, Saguenay, Sept-Îles, Sherbrooke et Trois-Rivières.

Au sujet du Service aux personnes handicapées de BAnQ et du Service québécois du livre adapté (SQLA)

BAnQ offre gratuitement aux personnes handicapées une gamme de services adaptés à leurs besoins. Offerts par du personnel formé spécialement à cette fin, ces services comprennent l'accueil, l'orientation et l'accompagnement sur place; la localisation et la manipulation des documents si nécessaire; la référence et l'aide à la recherche; l'aide à l'utilisation des équipements adaptés (logiciels de grossissement de caractères et de synthèse vocale, plage tactile braille, télévisionneuse, imprimante braille et numériseurs); enfin, des visites guidées et des activités d'animation adaptées. Comme tous les usagers de BAnQ, les personnes handicapées ont accès gratuitement à l'ensemble des collections, y compris les documents sonores, audionumériques, en braille et en gros caractères ainsi que les ressources électroniques.

Depuis 2005, BAnQ est responsable du Service québécois du livre adapté (SQLA), qui propose des collections et des services spécifiques aux personnes ayant une déficience perceptuelle. La section Services adaptés du portail de BAnQ, au www.banq.qc.ca, permet aux abonnés du SQLA de connaître les services sur place et à distance de BAnQ, de consulter le catalogue des documents adaptés et d'emprunter ces documents ou encore de les consulter en ligne lorsque des versions numériques sont disponibles.



LE PLAISIR DE JOUER ENSEMBLE !

Ce guide produit par l'AQPEHV peut être remis à tous les parents d'élèves d'une classe fréquentée par un enfant ayant une déficience visuelle ou autres. Vous pouvez obtenir le nombre d'exemplaires désirés et nous vous les livrerons gratuitement. Il est possible de commander par le biais de notre site Internet à www.aqpehv.qc.ca dans la section pour commander ou télécharger ou encore par téléphone au (450) 465-7225 ou le 1 888-849-8729.

Merci à Brigitte Roy pour la recherche et la rédaction et aux collaborateurs pour la révision : Marc St-Onge, Micheline Théberge et Céline Carreau.

Gagnants des concours 2008-2009
Club Optimiste Les Yeux de la Montérégie

Par Roland Savard

L'AQPEHV collabore activement à la tenue des concours du Club Optimiste Les Yeux de la Montérégie et soutien l'organisation à plusieurs niveaux.

Le défi « Jeune du mois »

Dans le cadre de son programme d'appréciation de la jeunesse, le Club Optimiste Les Yeux de la Montérégie a honoré des jeunes qui se sont démarqués par leurs réalisations et leurs réussites au plan académique, social, sportif, artistique. Les parents, les enseignants, les moniteurs et l'entourage des jeunes ont été sollicité pour informer le Club des performances ou des dépassements de soi des jeunes dans toutes les disciplines.

Chaque « Jeune du mois » a reçu un certificat laminé pour souligner sa performance. À la fin de l'année, un prix (jeu adapté au choix du gagnant) a été tiré au hasard parmi ceux et celles qui ont été honoré. Le gagnant du jeu adapté est Juba Sahrane de l'école Jacques-Ouellette.

<u>Les récipiendaires sont :</u>

Octobre 2008: Juba Sahrane (École Jacques-Ouellette).

Pour sa capacité exceptionnelle d'adaptation et d'intégration à son nouveau milieu scolaire, sa persévérance, sa ténacité, ses efforts soutenus dans ses apprentissages scolaires, son attitude envers les autres et tout le potentiel qu'il démontre.

Novembre 2008: Louis Fortin (École St-Louis-de-Terrebonne).

Pour avoir remporté une médaille de bronze pour sa participation au « Jamboree 2008 » de Judo Québec, lequel s'est déroulé en novembre au Centre Pierre-Charbonneau à Montréal et pour son efficacité et sa persévérance dans l'étude de l'art du judo (ceinture jaune et orangé).

Décembre 2008: Marie-Pier Brousseau (École St-Louis-de-Terrebonne).

Pour son talent exceptionnel et pour avoir interprété avec justesse la chanson « My Heart Will Go On » de Céline Dion en Portugais devant une assistance brésilienne et canadienne, lors d'une rencontre de Jeunesse Canada Monde tenue à Terrebonne, le 11 décembre 2008.

Février 2009: Benjamin Ouellet (École Monseigneur-Boucher de Saint-Pascal).

Pour sa performance en patinage artistique (médaille d'argent) lors de la

demi-finale régionale du Bas-Saint-Laurent et pour s'être impliqué activement dans une levée de fonds pour Mira en livrant un témoignage d'une vingtaine de minutes devant un public avec calme, justesse et humour.

Mars 2009: Salma Moudrika (École Jacques-Ouellette).

Pour ses efforts déployés en vue de réussir son passage au secondaire et s'adapter à son nouvel environnement scolaire, son implication active dans ses apprentissages et dans des activités parascolaires, ses progrès continus, son efficacité et son organisation en classe.

Avril 2009: Stéphanie Hamelin (École secondaire du Coteau à Terrebonne.

Pour avoir obtenu son admission au Cégep de Lanaudière, avoir ouvert les portes à tous ceux qui la suivent en tant que pionnière de la Commission scolaire

SOUPER DANS LE NOIR DU CLUB OPTIMISTE

Cette activité de levée de fonds pour soutenir les activités jeunesses du Club Optimiste Les Yeux de la Montérégie se tiendra cette année, le samedi 13 mars 2010, au Buffet Pat à Longueuil. Pour vous procurer des billets vous pourrez communiquer avec l'AQPEHV. Réservez la date à votre agenda !

Les Affluents, et pour avoir remporté le prix « coup de cœur » lors de la finale locale de Secondaire en spectacle avec un numéro d'humour « Ni vue, ni connue ».

Mai 2009: Dany Santerre-Lampron (École Jacques-Ouellette).

Pour sa remarquable performance de comédien dans la pièce de théâtre « vous chantez...et bien dansez maintenant » laquelle fut jouée à Joliette dans le cadre du mois de l'autisme. Pour sa persévérance, sa passion pour la musique et tous les efforts déployés pour se dépasser et relever de nouveaux défis.

Le concours « Carrière de rêve 2009 » :

Le gagnant du concours est Alexandre Hum, 16 ans, de l'école Jacques-Ouellette. Il souhaite devenir concepteur de jeux vidéo. Il a réalisé sa carrière de rêve le 18 novembre. Il a passé une journée avec un ex-employé d'Ubisoft qui œuvre actuellement au sein de l'organisme « D'un couvert à l'autre », situé à rue Saint-Jean à Longueuil.

Le concours « Jeunes talents 2009 » :

Les jeunes devaient s'inscrire et faire parvenir un CD comme démo de leur prestation. Pour les catégories poésie, mu-sique et chant, les jeunes devaient enregistrer deux pièces de leur répertoire. Les prix du concours ont été commandités par les Sœurs Grises de Montréal.

Les gagnants sont :

1er prix (100 $) – Catégorie Opti-Rire (senior) : Stéphanie Hamelin, 16 ans de l'école du Coteau à Terrebonne. Elle a présenté un monologue qui s'intitule *« Ni vue, ni connue »*

Stéphanie Hamelin

1er prix (100 $) – Catégorie Texte parlé (junior) – poésie : Salma Moudrika, 12 ans de l'école Jacques-Ouellette. Comme prestations elle a présenté « Beauté cruelle », d'Émile Nelligan et « *La grenouille qui voulait se faire aussi grosse que le bœuf* », *de Jean de La Fontaine.*

Salma Moudrika

2e prix (75 $) – Catégorie musique (junior) chant : Marie-Pier Brousseau, 8 ans de l'école St-Louis-de-Terrebonne. Elle a interprété la chanson *« My Heart Will Go On »* de Céline Dion.

Marie-Pierre Brousseau et son père

Un prix coup de cœur dans la catégorie Texte parlé senior a été attribué à Caroline Vachon, 14 ans, de l'école Jacques-Ouellette. Elle s'est méritée un montant de 25 $. Comme prestations elle a présenté, *«Un tout petit bébé»,* de Jean-Claude Brinette, et *«La clé des champs»*, de Jacques Charpentreau.

Spectacle 15e anniversaire

Les trois gagnantes du concours ont été invitées à participer à un spectacle pour souligner le 15e anniversaire du Club Optimiste. La fête s'est déroulée le 19 septembre 2009 au Chalet Bellerive de la Ville de Longueuil. Un prix du public commandite de Point-par-Point au montant de 200 $ a été remis à Stéphanie Hamelin.

Voyage en train et séjour de découverte à Québec

Par Michelle Brulé, présidente 2008-2009
Club Optimiste Les yeux de la Montérégie

Enfin, nous avons réussi !

Les vendredi 12 et samedi 13 juin dernier, accompagnés de 4 membres du club et de 5 bénévoles externes, neuf jeunes âgés de 12 à 16 ans et inscrits en adaptation scolaire à l'école Jacques-Ouellette ont fait le voyage en train à Québec dont nous rêvions depuis si longtemps. Tous ces jeunes avaient une ou plusieurs déficiences associées, de légères à moyennes.

Arrivée au Village Huron

L'activité a commencé par une rencontre d'environ une heure à l'école, entre les bénévoles, les élèves et les professeurs. C'est là que nous avons lié connaissance et que nous avons officialisé les jumelages.

L'école s'est chargée du transport des jeunes en voiture jusqu'à la gare de Saint-Lambert, d'où nous prenions tous ensuite le train pour Québec. Pour la plupart, c'était leur première expérience du chemin de fer. Le voyage s'est déroulé agréablement et personne ne s'est plaint de la longueur du trajet : certains ont chanté, d'autres joué aux cartes, tandis que d'autres parlaient tout simplement entre amis. De plus, chaque jeune a bénéficié d'une visite personnalisée du wagon, et tous ont découvert avec étonnement que chez Via, il y a du braille partout… surtout dans les toilettes.

Départ de St-Lambert

À propos du braille, la petite Lisa-Marie ayant découvert qu'André et moi utilisions un Braillenote, elle a aussitôt décidé de passer le plus clair de son temps dans le train à essayer d'apprendre le braille. Si on l'avait écoutée, elle en aurait fait partout : dans l'autobus, sur un banc aux Galeries de la Capitale, et bien sûr durant le voyage de retour ! Sur quoi nos deux inséparables, Caroline et Carolane, ont-elles aussi exprimé le désir de l'apprendre et disaient ne pas comprendre pourquoi on ne le leur enseignait pas. En fait, tous les bénévoles présents ont été estomaqués de réaliser qu'à part Joanie et Dany, aucun des jeunes ne semblait même savoir ce qu'était le braille !!!

Mais revenons à nos moutons…

Après un copieux repas au restaurant Normandin, nous avons passé la soirée du vendredi dans les manèges des Galeries de la Capitale, et la journée du samedi au Village

Autos tamponneuses au Méga-Parc

huron de Wendake.

Aux Galeries, Joanie a « vaincu sa peur » des montagnes russes. Carolane a été tellement ravie de réussir la grande roue qu'elle y est retournée encore deux fois. Nous avons découvert que Caroline était une intrépide, capable de toutes les audaces. Les garçons ont à peu près tout essayé, même le « hip-hop » où Dany s'est carrément déchaîné ! En fait, tout le monde s'est amusé dans les manèges, même les adultes, même les « 60 ans et + », et on a tous dû relever quelques défis…

Le soir, en compagnie des bénévoles, certains sont allés à la piscine, d'autres ont joué aux cartes ou tout simplement placoté dans leur chambre jusqu'à ce qu'ils s'endorment… Ils ont semblé appréciés coucher dans un « vrai hôtel ».

Le lendemain, au Village huron, les jeunes ont particulièrement aimé l'atelier de musique et la danse du serpent, conduite par le Grand Guerrier Pierre-Luc. Tout le monde portait soit un instrument de musique, soit une pièce de vêtement ou d'équipement guerrier, utilisés pour la danse traditionnelle, André faisant office de Grand Chef avec son arc et son carquois. Notre guide avait auparavant fait circuler tous ces objets afin que chacun d'entre nous puisse les toucher et apprécier les explications qu'il en donnait.

Durant l'après-midi, presque tous les jeunes ont appris à fabriquer des colliers de perles et plusieurs ont même continué à y travailler dans le train, sur le chemin du retour, afin d'offrir à un être cher leur « collier d'amitié ». Cependant, un des jeunes ayant préféré aux colliers de perles une petite marche en forêt, Claude, André et moi avons été heureux de l'accompagner afin qu'il puisse réaliser ce souhait.

Le samedi midi, on a mangé un repas huron : soupe de graines de tournesol accompagnée de la banique, burger de bison et gâteau au sirop d'érable et tisane à la menthe. On a terminé la visite par une collation de banique aux fruits et jus de fruits, précédée par le récit de deux légendes racontées par notre excellent guide… iroquois-et-1/4-irlandais.

Mais au-delà des activités elles-mêmes, ce sont les moments que nous avons passés ensemble qui nous ont paru les plus précieux. Les jeunes ont senti qu'on leur faisait confiance. Plusieurs avaient tendance à rechercher les responsabilités, et nous étions là pour les y encourager, en véritables optimistes.

À titre d'exemple, étant donné le manque de bénévoles disponibles au club cette année, André et moi avions décidé de

Rassemblement sur le quai de la gare

Monstre au Méga-Parc

faire partie de l'équipe des accompagnateurs. À certains égards, notre rôle était forcément différent de celui de nos collègues voyants. Mais pour certains jeunes comme Pierre-Luc, Lisa-Marie, Caroline et Carolane, doués d'un bon résidu visuel, nous représentions une occasion rêvée de se faire valoir. En effet, à tout bout de champ, ça se bousculait presque pour avoir le privilège de nous guider !

Un peu avant l'arrivée à Saint-Lambert, le samedi soir, alors qu'on aurait pu croire que la fatigue prendrait le dessus après ces deux journées si bien remplies, vous auriez dû voir Lisa-Marie se mettre à faire le ménage du wagon, ramasser papiers et autres traîneries de sous les sièges avec une détermination digne d'un inspecteur en environnement. En fait, Lisa fait tout avec détermination. Durant le voyage de retour, elle avait pris l'initiative de nous écrire très discrètement des petits mots de remerciements, se donnait même la peine de dessiner une fleur en guise de timbre-poste.

Un mot maintenant sur nos cinq bénévoles de l'extérieur, Claude, Daniel, Ginette, Monique et Nicole, des perles dénichées par l'entremise de l'INLB, du RAAMM et de l'ASAM.

Dès le début, le contact avec les jeunes et avec les membres du club s'est fait tout naturellement, de sorte qu'on sentait tout le monde à l'aise et curieux de mieux se connaître mutuellement. Tous possédaient une certaine expérience avec des adultes handicapés visuels, mais avec des jeunes, c'était la première fois.

Chers amis, vous avez été formidables ! Sans vous, c'est bien clair, le projet tombait à l'eau. Nous n'aurons jamais assez de mots pour vous exprimer toute notre gratitude.

« Je te remercie de tes bons mots », m'écrivait Monique le jour suivant notre retour, « mais je crois que c'est plutôt à moi de remercier le club optimiste Les Yeux de la Montérégie pour m'avoir donné la chance de participer à cet échange avec les jeunes et ainsi de remplir mon cœur de merveilleux moments. »

« Ce fut un magnifique voyage », d'écrire Daniel et Ginette, « avec ces jeunes tous si attachant et qui tout naturellement nous ont fait confiance. Ginette à même relevé le défi de faire les montagnes russes à 3 reprises pour les accompagner, ce qu'elle n'avait pas fait depuis son 30e anniversaire. Daniel a fait Le marathon derrière eux. Il a trouvé qu'ils se déplaçaient très rapidement lorsque venait Le temps de faire les manèges (comme les autos tamponneuses). Merci encore de nous avoir choisis pour les accompagner dans ce magnifique voyage et de nous avoir permis de vivre une expérience vraiment enrichissante pour nous. »

« Je n'en reviens pas », déclare pour sa part Claude, de la patience que ces jeunes-là ont mis à fabriquer des colliers. Même les garçons ! Jamais je n'aurais pensé

On se prépare pour une danse

qu'ils s'astreindraient à enfiler des perles comme ils l'ont fait.

« J'ai été surprise », avoue Nicole, « de constater tout ce que ces jeunes sont capables de faire. »

Tous ont complimenté le club pour la bonne organisation de l'activité.

Je ne saurais terminer ce compte-rendu sans remercier les membres présents, soit Veronika, André et Roland, grâce à qui nos jeunes ont acquis une image très positive du club optimiste. Pour ne citer que Pierre-Luc, « Au lieu de nous traiter en bébés, vous nous faites confiance ». Pour la plupart d'entre nous, il s'agissait d'une première expérience dans une activité de plus de 24 heures dans l'intimité de jeunes autres que les nôtres. Un merci tout particulier à Roland, notre coordonnateur, qui devait avoir des yeux partout – et aussi des ailes pour vaquer à toutes les occupations qui lui incombaient.

Merci également à Marie-Paule, responsable de l'album communautaire, qui s'est déplacée le vendredi matin en transport en commun jusqu'à l'école, puis à la gare, pour prendre des photos. Enfin, nos plus sincères remerciements à nos commanditaires, la FAQ (Fondation des aveugles du Québec), l'AQPEHV (Association québécoise des parents d'enfants handicapés visuels) et l'INLB (Institut Nazareth et Louis-Braille), de même qu'aux députés de Vachon et de Marie-Victorin, sans qui nous n'aurions pas pu réaliser ce projet.

Nos jeunes n'ont qu'un espoir : c'est que nous revenions les voir bientôt et que nous organisions d'autres activités semblables dans un proche avenir.

Oui, le voyage en train a été une belle réussite !

Édition spéciale du « Pain d'Épices Magazine »

Par Claude Lavigne, adjointe du Dre Louise-Mathieu-Mills

C'est avec plaisir, fierté et honneur que nous venons vous faire part de la sortie prochaine d'une édition spéciale du « Pain d'Épices Magazine ». Celui-ci, existe depuis 10 ans environ; au cours des années il s'est transformé et a publié des articles de plus en plus diversifiés, en collaborant avec des enfants allumés et enthousiastes ainsi qu'avec des adultes prêts à partager leurs aventures et leurs idées !

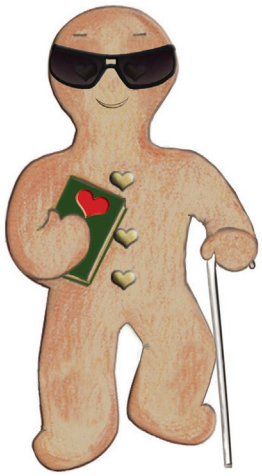
Cette fois-ci, c'est grâce à la rencontre d'une femme généreuse et engagée, travaillant auprès des enfants mal voyants, madame Louise Vézina, que cette publication a été rendue possible. Tout au long du processus, elle s'est investie avec amour et affection, en supervisant le travail des enfants intéressés à écrire un article.

La Semaine de la canne blanche

La Fondation de La Guilde du Pain d'Épices, organisme voué à l'éducation de tous les enfants, est très fière de s'associer à LA SEMAINE DE LA CANNE BLANCHE, en créant une section braille dans son journal Pain d'Épices Magazine, écrit par et pour des enfants de 5 à 12 ans.

Après avoir partagé plusieurs activités avec des enfants mal voyants, la Fondation propose de découvrir leur monde avec eux. Plusieurs jeunes, pas si différents des autres, tels Marie-Pierre, Alexandre, Louis et Stéphanie écriront, en braille, des articles sur des sujets qui leur tiennent à cœur, des anecdotes de leur vie de tous les jours et partageront avec nous leurs émotions. Cette section sera traduite en français et en anglais.

Cette édition spéciale du Pain d'Épices Magazine, sera disponible à La Maison du Pain d'Épices, 920 Route Louis-Cyr à Saint-Jean-de Matha. Pour de plus amples renseignements communiquer avec le 450 886-2316 ou par courriel à info@paindepice.org



Le « Défi AQPEHV 2009 »

Par Roland Savard

C'est dans une ambiance festive survoltée que s'est déroulée le « Défi AQPEHV 2009 » dans le cadre de la 29e Rencontre familiale tenue à l'Hôtel Universel de Rivière-du-Loup le 6 juin dernier. Le Centre des congrès a été transformé en immense terrain de jeux familial, le temps d'une soirée. Structures gonflables aux énormes dimensions, une équipe d'animation talentueuse déguisée en clowns, une salle décorée avec des îlots de ballons gonflés à l'hélium, et plusieurs autres éléments de décor, voilà réunis tous les ingrédients qui ont contribués à faire de cette soirée un véritable succès.

Équipe d'animation

La lutte Sumo du Défi AQPEHV

Équipe du défi AQPEHV

Avant la soirée, il y a eu un cocktail d'échanges au cours duquel de nombreux prix de présence ont été tirés. Les parents ont pris le souper tout en continuant les échanges. Le grand rendez-vous était pour 20 h au Centre des congrès pour la soirée « Défi 2009 ». L'organisation et l'animation de cette soirée avait été confiées à deux éducatrices hors pair, Audrey Dubreuil et Joanie Boies. Elles ont livré une prestation époustouflante avec leur équipe d'animation. On ne peut que les féliciter et reconnaître leur talent d'organisatrice.

Au cours de la soirée les familles regroupées en équipes devaient s'affronter pour marquer des points. Pères et mères, gars et filles se sont affrontés dans les différents jeux. Mais le plus drôle était de les voir dans les costumes de lutteurs Sumo. Même nos deux administrateurs externes, fonctionnellement aveugles, André et Marc, ont participé à fond de train et s'en sont donnés à coeur joie dans les différents défis. On avait également un kiosque des sens. Des plaques souvenirs ont été remises aux familles gagnantes des différentes épreuves.

Derrière tout cela ça prend un maître d'œuvre. C'est à notre président Francis Ouellet que nous sommes redevables de toute l'organisation logistique de la fin de semaine. Il a mis beaucoup d'efforts et d'énergie pour réaliser cette fête dans sa région du Bas Saint-Laurent.

Une structure gonflale

Équipe du défi AQPEHV

Un autre défi AQPEHV

Équipe du défi AQPEHV

29e Rencontre familiale annuelle

Merci à nos partenaires financiers, commanditaires et collaborateurs !

Notre partenaire financier majeur :

La ministre déléguée aux Services sociaux, Mme Lise Thériault

Nos partenaires financiers :

- ☺ L'Agence de santé publique du Canada – Programme PACE
- ☺ Le ministre de l'Emploi et de la Solidarité sociale, M. Sam Hamad
- ☺ Le ministre de la Famille, M. Tony Tomassi
- ☺ L'Office des personnes handicapées du Québec
- ☺ 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)
- ☺ L'Hôtel Universel de Rivière-du-Loup

Les glissades du Défi AQPEHV

Choisir une lampe

Dépliant produit par l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec (IRDPQ)

L'information de cet article est tirée d'un dépliant produit en juillet 2009 par l'équipe du Programme de réadaptation en déficience visuelle (enfants-adolescents) de l'IRDPQ. C'est une réalisation de Danielle Harvey, spécialiste en réadaptation avec la collaboration des spécialistes en réadaptation en déficience visuelle de l'Institut et les optométristes du programme.

On ne le dit jamais assez, l'éclairage est l'un des facteurs ayant la plus grande influence sur la perception visuelle des personnes ayant une basse vision. L'éclairage conditionne les performances et le confort visuel. La lumière et le stimulus essentiel de la vision.

Ainsi, il est d'une extrême importance de bien comprendre les besoins spécifiques de votre enfant en matière d'éclairage avant de faire l'achat d'une lampe.

Pourquoi acheter une lampe ?

L'éclairement fourni par les luminaires répartis dans une pièce est souvent insuffisant et inadéquat pour les personnes ayant une basse vision. La plupart du temps, ces personnes sont plus à l'aise lorsque l'éclairage ambiant est légèrement diminué. Pourtant, elles préféreront un niveau d'éclairement 2 à 4 fois plus élevé pour réaliser une tâche spécifique comme la lecture.

Aussi, la courte distance de travail imposée par la basse vision masque l'éclairage ambiant et peut diminuer de moitié la quantité de lumière émise sur le texte. Une solution simple pour exercer un meilleur contrôle de l'éclairage consiste à utiliser une lampe d'appoint lorsque vient le temps de réaliser une tâche de proximité.

La nature des tâches

Avant de se procurer une lampe, il faut se questionner sur la nature des tâches qui seront réalisées (lecture, bricolage, collage, etc.), sur l'éclairage ambiant offert par les luminaires et les fenêtres ainsi que sur le matériel qui sera utilisé (grosseur des détails, niveau de contraste, type de papier, etc.).

Les différentes lampes

On retrouve principalement trois types de lampes sur le marché actuel. Leurs concepteurs tentent de se rapprocher le plus possible de la lumière idéale, c'est-à-dire la lumière du jour car elle est plus blanche. Celle-ci permet une perception maximale des couleurs et, conséquemment, rehausse les contrastes.

Les lampes halogènes

L'éclairage produit par la lampe halogène permet un rendu des couleurs proche de celui de la lumière naturelle. Par rapport à une lampe à incandescence classique, l'éclairage halogène consomme 3 fois moins d'énergie et possède une durée de vie 4 fois plus longue. Par contre, son faisceau de lumière est réduit et la chaleur dégagée par la lampe peut être si élevée qu'elle devient dangereuse lorsqu'elle est à proximité du visage.

Les lampes fluorescentes

La qualité de la lumière émise par la lampe fluorescente est proche de celle de la lumière du jour. C'est une lumière stable avec un excellent rendu des couleurs naturelles. Sa durée de vie est

5 à 6 fois plus élevée qu'une lampe à incandescence classique.

Les lampes fluorescentes sont tout particulièrement recommandées pour éclairer un plan de travail (bureau, table, etc.) sans éblouissement. La chaleur dégagée par les tubes ou les ampoules est peu élevée, ce qui la rend sécuritaire si elle est placée à proximité du visage.

Les lampes à incandescence

La lumière produite par les ampoules à incandescence contient plus de rouge et moins de bleu que les autres types de lampes. De ce fait, elle est plus éblouissante et offre un rendu des couleurs moins intéressant.

Certains avantages sont à considérer avec la lampe à incandescence : son coût est peu élevé et une importante variété d'ampoules

offrant un spectre de couleurs plus blanc est maintenant disponible sur le marché dont la populaire fluocompacte.

Privilégiez les ampoules donnant une lumière blanche comme « lumière du jour », « lumière naturelle » ou le « blanc doux » qui sont plus jaunes et plus éblouissants.

Conseils d'acquisition

Votre enfant est le plus apte à juger si une lampe correspond à ses besoins en ce qui a trait à la manipulation, au confort, à l'éblouissement, à la qualité et la quantité de l'éclairage fourni.

Assurez-vous, auprès de votre vendeur, des possibilités de retour en cas d'insatisfaction. Cette procédure permet d'apprécier calmement :

- la fiabilité du produit (qualité des matériaux, garantie, etc.);
- la stabilité de la lampe (stabilité de la lumière et du pied de fixation);
- la simplicité de fonctionnement;
- la versatilité (bras réglable, articulé, de grande amplitude, tête orientable);
- la qualité de l'abat-jour (si possible à double paroi et opaque);
- la quantité de chaleur dégagée par le tube ou l'ampoule.

Où placer la lampe ?

Lorsque l'on veut éclairer un bureau ou un plan de travail, la lampe d'appoint doit toujours être située du côté opposé à la main qui travaille (ex. : à gauche si votre enfant est droitier), et sous les yeux pour éviter les ombres portées. L'abat-jour doit être orienté vers le texte pour ne pas créer d'éblouissement. Pour la lecture dans un fauteuil, la lampe peut être située derrière l'épaule, du côté du meilleur œil.

N'hésitez pas à consulter un spécialiste en réadaptation en déficience visuelle qui connaît bien la condition visuelle de votre enfant avant de procéder à un achat.

Pour communiquer avec l'IRDPQ (418) 529-9141.

Trop loin, trop proche du téléviseur ?

Dépliant produit par l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec (IRDPQ)

L'information de cet article est tirée d'un dépliant produit en juillet 2009 par l'équipe du Programme de réadaptation en déficience visuelle (enfants-adolescents) de l'IRDPQ. C'est une réalisation de Danielle Harvey, spécialiste en réadaptation avec la collaboration des spécialistes en réadaptation en déficience visuelle de l'Institut et les optométristes du programme.

Plusieurs informations circulent au sujet de la distance idéale pour regarder la télévision : oncle Charles dit que les enfants ont tendance à se placer trop près et qu'il est important de leur imposer une distance minimale de 2 mètres lorsqu'ils regardent la télévision. Tante Annie dit que la distance idéale doit être calculée en fonction de la grandeur de l'écran tandis que Julie, la gardienne, est convaincue que se placer trop près du téléviseur cause des dommages graves et irréparables à la vision. Mais qu'en est-il au juste ? Dois-je laisser mon enfant ayant une déficience visuelle se rapprocher du téléviseur sans crainte d'endommager sa vue ? Tous les spécialistes de la vision s'entendent pour dire que se placer près du téléviseur n'endommage pas les yeux. Or, si votre jeune a une basse-vision, il lui sera nécessaire de se positionner plus près pour mieux voir. Il pourra donc être normal pour lui de se situer à moins de 1 mètre de l'appareil pour être à l'aise visuellement. Toutefois, assurez-vous que les facteurs qui suivent seront respectés avant de le laisser décider de la distance.

L'éclairage

Un éclairage moyen, propice aux activités générales, convient parfaitement dans la salle de visionnement. Un éclairage tamisé a l'avantage de rehausser les contrastes à l'écran. Par contre, regarder la télévision dans une pièce trop sombre est déconseillé; non seulement la noirceur diminue la per-

ception de l'environnement, mais les forts contrastes télévision-environnement peuvent engendrer de la fatigue visuelle. Il est aussi déconseillé de regarder l'écran contre-jour.

Les réflexions

Les réflexions générées par les sources lumineuses (fenêtres, lampes, miroirs, etc.) sur le téléviseur diminuent considérablement le contraste à l'écran. Assurez-vous de les réduire au minimum. Il est plus facile de le faire lorsque le téléviseur est éteint.

La posture

Comme votre jeune se place plus près pour regarder la télévision, il risque de cacher l'écran aux autres. Pour éviter cette situation, il s'assied souvent par terre, tête renversée en arrière, et ce, durant de longues périodes. Pour prévenir cette posture inconfortable et dommageable à long terme, il y a lieu de procurer à votre enfant une chaise ou un fauteuil adapté à sa taille qui fera que le téléviseur se trouvera à la hauteur de ses yeux.

Pour communiquer avec l'IRDPQ (418) 529-9141.

Les Gaulin au « Guinness World Records TV Show » !

Par Roland Savard

Les fils Gaulin sur le plateau de tournage en Italie

Le 17 mai 2006 paraissait un article d'une page dans le quotidien « Le Soleil » de Québec sous deux titres : « Le mystère albinos » et « Une famille dans le livre des records ». Il s'agit de la famille de Angie et Mario Gaulin qui détient le record du monde pour le plus grand nombre d'enfants albinos. À l'exception de la mère Angie, les cinq membres de la famille sont albinos : le père Mario et les enfants, Christopher, Joshua, Brendan et Sarah (décédée en 2008).

Une surprise les attendait au mois d'avril 2009. Une invitation leur est parvenue pour se rendre en Italie afin de participer à une émission de télévision (Guinness World TV Show) où l'on présentait plusieurs détenteurs des records du monde. En plus de leurs billets d'avion et chambres d'hôtel on leur a remis une médaille du Guinness World Record. Comme les parents ne pouvaient laisser leur travail les trois garçons ont fait le voyage en Italie et ont été chaleureusement accueillis sur le plateau de tournage de l'émission de télévision. Ils ont fièrement représenté leur famille et ont su y mettre un peu d'humour.

Je vous présente les membres de la famille Gaulin, une famille très unie et très impliquée au plan social avec de très belles valeurs :

Mario (père) : Il est membre de l'AQPEHV depuis de nombreuses années. Il a été président de l'Association entre 2000 et 2003, puis trésorier de 2004 à 2006. Il réside à Laval et il travaille à son compte à titre de consultant en gestion d'entreprise et fiscalité. Il a été membre du conseil d'administration de l'Institut

Réunion de famille : de gauche à droite, Jennifer Dunn, Christopher, Marcelle Vézina (mère de Mario), Claire Sarah Gaulin (fille de Christopher), Mario et Angie Gaulin)

Nazareth et Louis-Braille pendant quelques années et a siégé sur des comités provinciaux. Il s'est beaucoup impliqué dans le projet d'élaboration du programme de formation des groupes d'entraide de l'AQPEHV. Bref, c'est un leader, un fonceur et un modèle pour ses enfants.

Angie (mère) : Elle est membre de l'AQPEHV depuis plusieurs années et elle travaille pour l'entreprise de Mario. Elle a un très grand sens de l'humour et une très grande force de caractère. C'est le chauffeur de la famille puisqu'elle n'a pas de déficience visuelle.

Sarah : Décédée en décembre 2008 à l'âge de 26 ans, elle s'est fait remarquer pour son implication dans le sport à titre de membre de l'équipe féminine de goalball du Québec qui a remporté la médaille d'or au championnat canadien en 2000.. Elle a servi de modèle à son frère Brendan qui a suivi ses traces.

Christopher (26 ans) : On l'appelle habituellement Chris. Il est marié et il est père d'une petite fille de 4 mois. Il travaille à son compte à titre de consultant en informatique et gestion de site Web. Il habite à Winnipeg. Il s'est impliqué au niveau du conseil d'administration de NEADS (Association nationale des étudiant(e)s handicapé(e)s au niveau post-secondaire). Il y travaille présentement à titre de « Senior Project Manager » en plus de gérer sa propre entreprise.

Joshua (22 ans) : Il a fait des études en hôtellerie et a fait un stage dans une petite auberge en France. Il demeure dans la région de Montréal. Diplômé en cuisine de l'École Hôtellière de Laval, il travaille main-tenant comme sous-chef dans un bistro français de Laval. Il s'est déjà impliqué dans les projets de la Fondation des aveugles du Québec pour organiser le souper thématique annuel (activités de levées de fonds).

Brendan (20 ans) : Il a fait des études en loisirs et sports au Cégep Vanier. C'est un athlète accompli. Il pratique son sport favori le goalball depuis l'âge de 15 ans. Il a donné des conférences dans des écoles secondaires et primaires. Il réside présentement à Vancouver où il poursuit ses études. Il est membre de l'équipe canadienne masculine senior de Goalball laquelle a remportée tout récemment la médaille de bronze aux jeux panaméricains et mondiaux pour étudiants de la Fédération internationale des sports pour aveugles. L'équipe s'est qualifiée pour le prochain Championnat du monde de Goalball qui aura lieu à Sheffield, en Grande-Bretagne, en juin prochain. Brendan a participé aux jeux paralympiques de Beijing en Chine en 2008. Le Journal de Montréal lui a consacré une page entière dans sa chronique Sports du 13 avril 2008. Le conseil canadien des aveugles « Canadian Council of the Blind » lui décernait ainsi qu'aux membres de son équipe, le titre de « White Cane Person of the Year 2009 » lors de la Semaine de la canne blanche afin de souligner son talent et ses succès qui en font un modèle pour les jeunes.

La famille albinos qui détient le record du monde

La garderie les p'tits soleils, une belle réalisation!

Par Roland Savard

À la fin de l'année 2008, l'AQPEHV a recruté des éducatrices spécialisées finissantes au programme de techniques d'éducation spécialisée du Cégep de La Pocatière afin d'organiser son propre service de garderie. De l'ameublement et de l'équipement spécialisé ont été achetés de même que de nombreux jouets adaptés pour capter l'attention des enfants et les amuser toute une journée. Des parents ont aussi fait des dons de jouets et d'équipements.

Lors de la rencontre du 21 février 2009, la garderie était en place. Une formation de base sur la déficience visuelle a été donnée à chacune des éducatrices. La garderie accueille les enfants de 0 à 5 ans. Un ratio équivalent à une éducatrice pour deux enfants est maintenu.

Les enfants ont bien du plaisir à la garderie. On constate rapidement leur joie et leur émerveillement rien qu'à voir leurs belle petites frimousses. Il y a du matériel pour faire de la création, des jouets pour stimuler la motricité fine, la vision, etc. Ils peuvent y faire la sieste sur des tapis, se faire dorloter par une éducatrice, utiliser la piscine à balles, la maison gonflable, l'atelier de cuisine ou utiliser des jouets lumineux ou des balles et ballons sonores. Même le mobilier est adapté à leur grandeur. Pour l'instant d'une journée, les salles d'hôtels sont transformées en un lieu magique dans une féérie de couleurs.

Lors de notre rencontre familiale annuelle tenue en juin à Rivière-du-Loup, un concours fut lancé pour trouver un nom à la garderie et le nom retenu par les éducatrices fut celui de « Garderie les p'tits soleils ». Nous en dévoilerons le logo officiel lors de notre 30e anniversaire. C'est notre trésorier Pierre Brousseau qui en est le concepteur.

Les éducatrices ont enregistré leur projet à un concours provincial lancé à travers les Cégeps et elles ont remporté un prix. Un chèque de 1 080 $ fut remis à l'AQPEHV.

Bravo aux éducatrices et merci aux parents qui se sont impliqués dans le projet !

Perfectionnement informatique pour les jeunes offert par INCA pendant l'été 2009

Par Alain Lapierre, spécialiste en technologies adaptées

Alain Lapierre, animateur

Pendant un mois, durant l'été 2009, INCA a offert une formation de perfectionnement en informatique à quatre adolescents ambitieux (François, Francis, Camille et Rosalie). Le présent article a pour but de présenter cette formation et de partager les impressions du formateur et de ses étudiants.

Mon nom est Alain Lapierre et je suis Spécialiste en technologies adaptées à INCA depuis 3 ans. Je donne des formations sur l'utilisation de l'ordinateur et des principaux logiciels tels que Windows et Word, avec Jaws et ZoomText.

La formation dont il est question ici s'est déroulée dans les bureaux d'INCA du 6 au 30 juillet 2009, à raison de 4 matinées par semaine, soit du lundi au jeudi de 9 h 00 à 12 h 00. Il est important de mentionner que la dernière journée était réservée pour le jeu. Cela m'a permis d'en découvrir plusieurs extrêmement intéressants pour les jeunes aveugles ou partiellement voyants.

Lors de cette formation, les jeunes participants ont appris comment bien utiliser Windows et Word, faire des recherches sur Internet en utilisant Google et sur le site de la bibliothèque d'INCA, et même comment créer des présentations Power Point. À la fin de la formation, ils sont repartis avec un CD contenant tout leur travail, des notes de cours et des photos souvenirs.

De plus, les participants ont également eu la chance de participer à une activité d'initiation à l'équitation et ont appris comment s'occuper des chevaux et les monter à la longe. Cette activité se déroulait au Ranch+ à Sainte-Anne-des-Plaines.

Cette formation s'est très bien déroulée à mon avis car tous les jeunes ont appris quelque chose en s'amusant. Rosalie (11 ans), la plus jeune des participants est celle qui a augmenté le plus ses connaissances. En effet, contrairement aux autres participants, elle a commencé la formation avec presque aucune connaissance et, à la fin, se disait très confortable avec l'ordinateur. Je suis très fière de ce qu'elle et les autres ont accomplis. Si je devais répéter l'expérience, j'aimerais le refaire avec des jeunes qui s'apprêtent à commencer leur secondaire comme Rosalie, car l'expérience en est d'autant plus enrichissante.

Je laisse maintenant la parole aux étudiants pour qu'ils vous donnent leurs impressions.

Un été bien informatisé !!!

Par Camille St-Laurent

Un été peut servir à beaucoup de chose. Comme par exemple : voyager, se reposer chez soi, faire des rencontres, mais surtout pour s'enrichir et acquérir des expériences de la vie. Pour moi, mes vacances estivales m'ont permis d'approfondir mes connaissances sur l'informatique à l'INCA et de vivre un mois chez une famille de l'AQPEHV. Donc, cet article vous fera part de mon agréable expérience que j'ai vécue chez Luc, Carolyne, Rosalie et François et de mes merveilleux cours d'informatique à l'INCA, animé par Alain Lapierre.
Bonne lecture !

Alain, François, Francis et Rosalie

Tout à commencer en juillet 2009, lors d'un dîner à St-Hilaire pour faire la rencontre de notre professeur d'informa-tique Alain Lapierre et après ce dîner sympathique, moi et ma famille som-

mes parti chez ma famille « pseudo adoptive » si je peux me le permettre. Depuis cette journée là, j'ai passé tout ce mois chez eux. J'ai vécu pleins de choses aussi attrayantes les unes que les autres. Par exemple, à chaque matin, je devais faire du vélo stationnaire pour faire de l'exercice. Aussi, pour la première fois de ma vie, j'ai passé un mois avec une chienne! C'est une adorable Golden Retriever de couleur caramel qui se nomme Caramelle. Je vous en parlerai plus en détail lors du passage sur «Une journée chez les Bellemare.»

François, Francis, Rosalie, Camille et grand-maman Bellemarre

Tout d'abord, je vais vous d'écrire un matin à l'INCA. Lorsqu'on arrive, on se dirige vers la salle de cours où il y a six ordinateurs (environ), ensuite on s'en prend un et on attend que le cours commence vers 9 h 00. Pendant notre enseignement, on apprend une multitude de choses, par exemple: des raccourcis sur Windows et sur Word, comment faire un PowerPoint, comment faire de bonnes recherches sur le Web, comment bien structurer un travail sur Word, comment faire des dossiers (en ajouter, en effacer, en compressant un dossier et en le décompressant (dossier compressé) etc. Grâce à notre merveilleux prof, j'ai acquis des connaissances sur ce sujet et maintenant, je suis capable de faire mes recherches sur Internet TOUTE SEULE! Je connais pleins de raccourcis aussi utiles les uns des autres. N'est-ce pas fantastique ça??? En plus, les cours m'ont beaucoup aidé à l'école, car je suis au P.É.I (Programme d'Éducation Internationale). Et oui, j'ai adoré tous les matins que j'ai passé à l'INCA à apprendre, car les cours étaient attrayants, pertinents, sympathiques, bref, tout simplement hors du commun et tout ça! Grâce à Alain.
« Merci infiniment prof pour ces cours enrichissants ».

En plus de cela, chaque jeudi était consacré à un cours libre, c'est-à-dire, que nous étions libre de faire ce que l'on voulait sur l'ordi en autant que c'était acceptable. « Si vous voyez de quoi je veux en venir! » Cependant, il y a eu un seul jeudi, où à la place de rester à l'INCA pour faire de l'informatique, nous sommes allés à une sortie au Ranch faire du cheval! J'ai trouvé cette sortie très captivante, car on a fait une activité que moi j'aime énormément, donc on a passé une très bonne journée! On avait deux poses et pendant ce temps on pouvait jouer à l'ordinateur.

C'est maintenant le temps de vous relater une journée typique chez les Bellemare « pour ceux qui ne savent pas, c'est la famille avec qui j'ai passé un mois ». Donc la voici: On se lève vers 5 h 30 du matin « ou 6 h 00, je m'en rappelle plus », ensuite, on va faire du vélo stationnaire pendant 5 à 6 minutes. Après, je vais déjeuner vers 7 h 30. On part moi, François, Rosalie et leur grand-mère pour prendre l'autobus qui nous mènera à Montréal au bâtiment de l'INCA. Ensuite, on assiste à notre cours d'informatique qui se termine vers 12 h 00. Donc, après on retourne prendre l'autobus qui nous ramènera chez les Bellemare à Laval. Rendu là-bas, j'aide la grand-maman des deux enfants à préparer le dîner et ensuite je vais jouer avec Rosalie et François pendant le restant de l'après-midi. Le soir, Carolyne et Luc, les parents des deux enfants, arrivent et on soupe. Durant la soirée, je suis avec Rosalie et François et on joue à toute sorte de choses. Une fois, les parents et la grand-mère sont partis manger quelque part; donc, j'ai gardé Rosalie et François. J'ai aimé l'expérience et on c'est bien amusé. Bon revenons à nos moutons. Après avoir passé la soirée à jouer avec les

Camille monte à cheval

enfants, c'était l'heure de ce coucher, il était environ 20 h 30. Et voilà, c'était une journée typique chez les Bellemare. Maintenant, passons aux fameuses anecdotes, car un agréable mois sans anecdotes n'est pas un agréable mois « vous me comprenez bien » !

La première anecdote s'est passée un après-midi lorsque je jouais à la Barbie avec Rosalie. Nous sommes allés dans la chambre de cette dernière… et là devinez ce que j'ai vu ??? Caramelle, la Golden Retriever, a mangé la page couverture de mon livre sur Sully Erna (mon idole) et mes nouveaux écouteurs en forme d'abeille ! J'ai pleuré, mais aujourd'hui j'en ris ! La deuxième, pendant une soirée, on a décidé de partir en vélo et d'aller jusqu'à l'île Bizard en prenant le mini traversier. C'était la première fois que je faisais du vélo en ville et le soir venu, je pédalais à la noirceur, c'était une balade assez Rock n'Roll car j'avais de la difficulté à voir dans le noir. Inquiétez vous pas, je me suis rien cassé ! J'étais la seule avec un vélo « normal », car les autres étaient en vélos tandems, Rosalie et François ayant de la difficulté à en faire individuellement, à cause de leur vue. Tout ça pour dire que j'ai adoré cette soirée en vélo. Surtout, que je n'avais jamais été sur un traversier pour voiture et vélo.

Bref, j'ai adoré vivre cette expérience enrichissante et haute en couleur. Si c'était à refaire, je n'hésiterais pas une seconde, car j'ai appris beaucoup et pas juste par rapport à l'informatique, mais aussi j'ai appris de la vie. Une chose de plus à mettre dans mon CV.

Et vous ! Si vous auriez une telle chance pour vous enrichir informatiquement, l'auriez vous saisie ?

Je vous présente quelques photos que j'ai prises durant mon mois. Avant tout, je dois remercier sincèrement Luc, Carolyne, François et Rosalie pour m'avoir hébergé dans leur demeure. J'espère que mon article vous à plu !

Quand la réadaptation sort des sentiers battu !

Par Danielle Harvey

Spécialiste en réadaptation en déficience visuelle

La semaine dernière, Julie (nom fictif) 23 ans, me faisait parvenir le courriel suivant. « … j'aimerais bien que tu me téléphones pour que je puisse discuter avec toi…mon responsable de stage me conseille de changer d'orientation. Il dit que je ne suis pas réaliste… toi, tu me donneras l'heure juste, tu me connais bien…». L'année dernière, lors d'une rencontre informelle, Julie me demandait qui consulter pour avoir de l'aide psychologique; elle vivait des moments difficiles.

Julie a participé à la toute première édition du « Camp Ados » en 2002. Celui-ci a été mis sur pied par l'équipe de réadaptation en déficience visuelle du Programme enfants / adolescents de l'IRDPQ en partenariat avec la Fondation Élan (fondation de l'IRDPQ) et le Camp Tékakwitha afin de permettre aux jeunes de 11 à 18 ans ayant une basse vision de se rencontrer afin de partager un vécu commun.

Un peu d'histoire

Pour ceux et celles qui en ont jamais entendu parler, cette belle activité a vu le jour à la suite d'un bien triste événement, soit le suicide d'un adolescent de 17 ans ayant une basse vision. Un tel événement n'avait pas été sans nous interpeler comme personne, mais aussi comme intervenant. Il va sans dire que nous avions eu alors plusieurs échanges autour de cette tragédie. Qu'aurions-nous pu faire ? Que pourrions-nous faire ?

Nos échanges nous avaient permis de dégager quelques éléments. En plus de vivre la crise identitaire qu'amène la transition normale de l'enfance à la vie adulte, l'adolescent ayant une déficience visuelle doit se questionner sur sa propre situation, ses manières de réaliser ses habitudes de vie et tenter de se projeter dans le futur. Ce double défi peut s'avérer psychologiquement difficile puisque les réponses ne viennent pas toujours aisément.

Pourtant, les demandes de consultations à cet âge sont très rarement d'ordre psychologique; elles sont

plutôt d'ordre fonctionnel (effectuer un trajet dans un nouvel environnement, adapter un poste de travail, être plus efficace pour prendre ses notes de cours…) et ce malgré le fait que des psychologues compétents soient disponibles dans nos services pour répondre à leurs besoins. Vers qui se tournent-ils donc pour recevoir de l'aide psychologique lorsque nécessaire ? Jusqu'à quel point pouvons-nous croire qu'un jeune en détresse psychologique s'adressera aux intervenants du centre de réadaptation pour aller chercher de l'aide ?

Force était de constater que la plupart du temps, c'est d'abord vers un de ses semblables que l'adolescent va chercher un soutien psychologique. Or, la majorité de la clientèle du programme vit dans son milieu naturel et ne connaît pas d'autres jeunes ayant une basse vision. Les occasions de rencontre avec d'autres jeunes vivant les mêmes difficultés qu'eux étaient pratiquement inexistantes dans la région de Québec particulièrement à cette époque. Plusieurs des jeunes inscrits dans notre programme vivaient et vivent une problématique de taille : l'isolement social.

Il nous fallait donc sortir des sentiers battus pour trouver une approche originale qui aurait comme impact de « provoquer » cette rencontre d'adolescents tout en créant un rapprochement intervenants-adolescents. C'est ainsi que l'idée d'une randonnée pédestre a germé et que le « Camp Ados » a vu le jour.

Des activités agréables et adaptées

Le « Camp Ados » est en fait une semaine d'activités qui se déroule à la fin août sur le site du camp Tékakwitha. Ce dernier est situé sur le bord du majestueux lac Androscogin dans l'État du Maine, aux États-Unis. Les jeunes sont accompagnés par des intervenants de l'IRDPQ et l'animation se fait en partenariat avec l'équipe du camp Tékakwitha qui est reconnue pour ses qualités humaines et sa grande expérience auprès des jeunes. Depuis 9 ans, cette extraordinaire équipe nous accueille avec toute l'ouverture et la souplesse dont nos jeunes ont besoin et ce, après leur saison régulière de camp.

Deux groupes de jeunes sont constitués : un premier, les Explorateurs (11-13 ans) et un second les Pionniers (14-18 ans). Les activités qui s'y déroulent sont celles que l'on retrouve habituellement dans les camps d'été : le tir à l'arc, le tir à la carabine, l'escalade, le kayak, la voile, le canot, la baignade, l'hébertisme, l'entretien ménager et la cuisine ! Et oui, certaines corvées peuvent être très agréables en groupe !

L'Édition 2009

Cette année, les Explorateurs étaient accompagnés par Dominique Trudel psychologue de l'IRDPQ ainsi que Marianne et Gabriel tous deux animateurs du camp. En plus des activités régulières mentionnées ci-haut, ils ont réalisé une courte randonnée pédestre ainsi qu'une nuit de camping sur le site même.

Quant aux Pionniers, ils étaient accompagnés par Liane Belleau spécialiste en réadaptation en déficience visuelle, moi-même ainsi que par Geneviève et Justine, animatrices au camp. Une randonnée pédestre de 3 jours dans le majestueux sentier des Appalaches (Appalachian Trail) faisait partie du programme de la semaine. À chaque année, le groupe des Pionniers fait l'ascension d'une montagne différente. En 2002, c'était Saddleback, en 2007, Avery Peak et en 2009 ce devait être les Balpates sauf que… nous avons dû apporter quelques changements à notre programme.

Notre première journée de marche a débuté sous une chaleur humide d'environ 29°C. Notre sac semblait un peu plus lourd qu'à l'habitude mais nos jeunes marcheurs étaient gonflés à bloc pour relever le défi soit d'atteindre le sommet. Peu à peu les nuages se sont faits plus denses et la pluie qui a suivi a apporté le rafraîchissement dont chacun avait tant besoin. Mais l'averse s'est malheureusement transformée en orage puis en ouragan, Bill pour les plus intimes. Un vrai déluge quoi ! Nous étions trempés à l'os comme le dit l'expression. C'est comme si nous avions plongé dans un lac à la différence que nous avions des bottes aux pieds et un sac de 10 kg sur le dos ! Toute une expérience que de marcher dans de telles conditions quand on a une basse vision.

Après avoir monté les tentes et pris un bon repas chaud, nous (tout le groupe) avons pris la décision de ne pas accéder au sommet le lendemain puisqu'il y avait un risque élevé que la température soit la même. Il ne fallait pas mettre la sécurité des jeunes en

péril. Marcher sous la pluie, en pleine forêt, diminue considérablement l'éclairage et réduit la visibilité. Sans compter que les pierres, racines et sol mouillés étaient très glissant. La prudence nous indiquait donc de redescendre sans avoir vu le sommet.

Il en fut à peu près de même pour notre journée à la mer, qui a été (et c'est le cas de le dire) « à l'eau » puisque l'ouragan faisait encore des siennes. Les vagues étaient si grosses qu'il n'y avait plus de plage! Du jamais vu paraît-il. Mais quel spectacle!

De retour au camp, pas question de se laisser abattre par la pluie; profitons plutôt d'elle! C'est sous cette belle douche naturelle que les jeunes ont appris à « danser sous la pluie » pendant près d'une heure à notre retour au camp. Alex y est allé de son rap, Samuel (noms fictifs) de son hip hop et Liane de son disco! Un autre moment inoubliable!

Jusqu'à maintenant, 43 jeunes de la région de Québec ont participé au camp. La grande majorité d'entre eux ont participé plus d'une fois.

Vendredi dernier j'ai longuement parlé avec Julie de son orientation scolaire. J'aime croire que sa participation au camp en 2002 nous a rapprochées.

Soucieux de connaître les effets reliés à la participation des jeunes au camp d'été et de connaître leur satisfaction de cette activité, l'équipe de la Direction de l'Enseignement et du Soutien Scientifique de l'IRDPQ a mené une étude sur le sujet. Un questionnaire a été transmis à 35 jeunes qui ont participé au camp d'été entre 2002 et 2006. Au total, 24 jeunes ont complété le questionnaire. Deux groupes de discussion auprès des parents ont eu lieu (14 parents). Une analyse des fiches d'observation complétées par les intervenantes durant le camp (2007) a été effectuée. Un rapport a été déposé en juillet 2008 et est disponible à l'adresse courriel suivante : rachel.bilodeau@irdpq.qc.ca

Des journées d'échanges enrichissantes!

Par Roland Savard

En 2009, l'AQPEHV a tenue deux journées d'échanges, l'une à Québec le 21 février et l'autre à Montréal le 7 novembre. Ces deux activités sont réalisées dans le cadre du projet « Un plus pour la vie! » de l'AQPEHV et financées par le Programme d'action communautaire pour les enfants de l'Agence de santé publique du Canada. La formule interactive des conférences, la qualité du contenu des conférences et le professionnalisme des conférenciers sont des éléments qui reviennent majoritairement dans les évaluations des participants. La période de deux heures pour le repas du midi est une formule qui favorise les échanges entre parents.

M. Maurice Bhérer

Le 21 février

En tout 35 personnes étaient présentes à ces deux conférences.

La conférence du matin était donnée par M. Maurice Bhérer, psychologue et formateur à l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec (IRDPQ). Il nous fait un exposé sur le plan d'intervention et l'implication des parents. Très bon vulgarisateur, M. Bhérer a su capter son auditoire et de nombreuses questions lui ont été adressées. Le but de cet atelier-conférence était d'aider les parents à prendre davantage conscience de tous les enjeux et de constater comment toute cette relation est très sensible et évolutive.

En après-midi nous avons eu une conférence donnée par Mmes Cindy Bouchard et Danielle Bouchard de l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec. Mme Cindy Bouchard est optométriste en basse-vision et Mme Danielle

Mmes Cindy et Danielle Bouchard

Bouchard est ergothérapeute auprès de la clientèle jeune. Le sujet portait sur le développement de la vision et l'utilisation des autres sens en complément de la vision. Le but de la conférence était d'aider les parents à mieux comprendre la dynamique de la vision chez l'enfant et aussi de faire découvrir tout le potentiel qu'offre le développement des autres sens pour compenser les problèmes visuels selon différentes situations et contextes de la vie quotidienne.

Le 7 novembre

En tout 68 personnes étaient présentes à ces deux conférences.

La journée a débuté avec la présentation de M. André Dubois de Humanware qui a traité de l'évolution des technologies pour l'accès à l'information. Il a démontré une très grande disponibilité pour répondre aux questions. Les gens ont beaucoup apprécié son dynamisme et son sens de l'humour. M. Dubois est une personne fonctionnellement aveugle, administrateur externe du conseil d'administration de l'AQPEHV et président du regroupement des aveugles et amblyopes du Québec (RAAQ). Après un court exposé, les participants et participantes ont rencontré les exposants d'équipements spécialisés et d'aides visuelles; Aroga, Optelec et Humanware. Ils ont été en mesure de faire des essais et de poser des questions aux représentants.

M. André Dubois

En après-midi, nous avions l'agréable plaisir d'accueillir à nouveau le Dr. Patrick Hamel, ophtalmologiste pédiatrique et spécialiste de l'Hôpital Sainte-Justine. Il a traité du développement de l'œil et les dommages causés par

Dr. Patrick Hamel

différentes pathologies. On lui reconnaît un talent inné pour la vulgarisation d'informations scientifiques et les parents apprécient sa très grande accessibilité.

Nous en profitons pour remercier Yves Deschênes pour sa commandite, soit le don de son temps et le prêt des équipements audiovisuels pour la journée. Yves fait partie de l'équipe de moniteurs de la Fondation des aveugles du Québec, lesquels accompagnent nos jeunes lors des sorties. Son adresse internet est le www.yvesdeschesnes.ca et son téléphone est le (514) 582-5413.

Beaucoup de plaisir pour les jeunes de l'AQPEHV lors des sorties récréatives !

Par Roland Savard

Le bilan de participation et les commentaires reçus confirment que les jeunes apprécient beaucoup les activités qui leurs sont offertes. Ils ont beaucoup de plaisir à s'amuser et à fraterniser. Tout cela est rendu possible grâce à la Fondation des aveugles du Québec (FAQ) qui prend à sa charge l'organisation logistique de ces rencontres et en fournit gratuitement son équipe de moniteurs bénévoles. Cette équipe du Service des loisirs de la FAQ est entraînée et expérimentée. Chapeau à toute cette belle équipe !

Au cours de l'année 2009, nous avons effectué trois sorties qui ont permis aux parents d'avoir une journée de répit.

Le 21 février :

Lors de la journée d'échanges tenue à Québec à l'Hôtel Clarion, c'est un groupe de 28 jeunes et 13 moniteurs qui prenaient place dans l'autobus pour aller passer une journée aux Galeries de la Capitale. En matinée, le groupe a visionné un film au cinéma IMAX. Par la suite, ils se sont restaurés sur place

Jeunes en autobus

avec des boîtes à lunch. En après-midi, ce fut un vrai tourbillon d'émotions fortes dans les manèges du Méga-Parc. Les autos tamponneuses ont été très populaires…

Jeunes au Méga-Parc

Jeunes au Méga-Parc

Jeunes au Méga-Parc

Le 6 juin :

Lors de la Rencontre familiale annuelle tenue à Rivière-du-Loup à l'Hôtel Universel, c'est un groupe de 42 jeunes et 19 moniteurs et accompagnateurs qui prenaient place à bord de deux autobus afin de passer une journée à la ferme Gijamika. Le ratio d'encadrement a été augmenté à cause du terrain accidenté et de la nature des activités. Les jeunes de tous les âges ont pu faire de l'équitation dans un chapiteau intérieur sous supervision. Pour les petits il y avait des poneys. Par groupe, ils ont fait le tour des bâtiments pour visiter des animaux, les toucher et apprendre comment on les soigne, participer à des jeux communautaires et faire de l'escalade de manière sécuritaire. Le soir, le souper à la ferme était composé d'un menu santé très apprécié.

Jeunes à la ferme

Jeunes à la ferme

Jeunes à la ferme

Le 7 novembre :

Lors de la journée d'échanges du 7 novembre tenue à Montréal à l'Hôtel Gouverneur de la Place Dupuis, c'est un groupe de 44 jeunes et de 16 moniteurs qui prenaient place à bord de deux autobus pour se rendre à deux activités. La première s'est déroulée au Biodôme de Montréal. Avant la visite des lieux, les jeunes étaient reçus dans une salle où l'on avait amené des animaux vivants et empaillés afin de pouvoir les faire découvrir par le toucher aux non voyants. Une visite guidée a par la suite eu lieu à travers les écosystèmes du Biodôme. Le dîner a été pris dans une salle sur place. En après-midi, ce fut un autre moment fort, où les jeunes ont eu droit à des leçons de manipulation de tambours, djembés et tamtams à l'école de percussion Samajam. Au son des rythmes endiablés, ils se sont improvisés comme orchestre d'un jour.

Jeunes au Biodôme

Départ des jeunes pour le Biodôme

Les moniteurs de la FAQ

Jeunes à l'école de percussion Samajam

Viviane Forest, toute une athlète !

Du goalball aux sommets des montagnes !

Par Pascale Marceau, agente de liaison
Association sportive des aveugles du Québec (ASAQ)

Vivian Forest - Ski sourire

« Durant la nuit et toute la journée, il est tombé plus de 1 mètre de neige. Ce n'est vraiment pas évident quand on ne voit pas le relief ! Pendant la période de réchauffement, il m'est arrivé à plusieurs reprises d›être complètement désorienté. Aucun repaire visuel, que du blanc. C'est vraiment une drôle de sensation de ne plus savoir où sont le ciel et le sol… et la même chose à l'horizontal ! C'est la première fois que j'étais contente de tomber. Tu te dis : Enfin je sais où je suis : à terre ! » - Viviane Forest, athlète canadienne de ski para alpin, Grand Slalom 2008, Pitzal en Autriche.

À 29 ans et après seulement une année à skier au niveau Nor-Am, Viviane Forest course aujourd'hui en Coupe du monde avec l'élite du ski para alpin. Et comme si ce n'était pas assez de se lancer à grande vitesse sur des pistes enneigées avec seulement 4% de vision, elle gagne. En fait, elle rafle médailles sur médailles et pousse même la perfor-mance jusqu'à conclure sa première saison de Coupe du monde avec quatre globes de cristal. Elle a remporté celui de la descente, du super géant, du super combiné et surtout, le plus prestigieux d'entre tous, celui du cumulatif de toutes les disciplines.

L'aisance dont fait preuve Viviane sur les pistes d'Autriche, comme de la Corée du sud, de l'Italie ou encore de l'Espagne, résulte de plusieurs années d'entrainement de haut niveau. Avant le ski, cette athlète a été double médaillée d'or paralympique (2000 et 2004) en goalball ce qui, selon elle, a grandement contribué à ses performances *« Il est clair que mes habiletés athlétiques ont été transposées dans le ski. Les aspects comme la concentration et la gestion du stress font aussi de moi une meilleure skieuse. »*

Elle a décidé de quitter le goalball, sport qu'elle pratiquait depuis l'âge de 14 ans, à cause des nombreuses commotions cérébrales subies au fil des ans. Après une période de repos, et ne tenant plus en place selon certains de son entourage, Viviane a essayé le tandem en paracyclisme, la natation et ensuite le ski alpin, son coup de cœur.

Viviane Forest fait partie de cette catégorie d'athlètes qui n'a pas peur de mettre les efforts nécessaires et qui vise toujours plus haut. On n'a pas fini de voir cette performeuse sur les sommets, ceux des montagnes tout comme ceux des podiums !

Ce rêve d'accéder aux plus hauts sommets est accessible à toutes et tous, qui veut y mettre l'énergie, le temps et les efforts nécessaires.

Slalom 22 janvier 2009 – Crédit ACA

MÉLI-MÉLO

Retour de Audrey Charland

Audrey Charland, notre intervenante accueil et soutien est de retour de son congé de maternité depuis le 11 janvier. Elle a un fils qui aura un an le 5 janvier. On lui souhaite un bon retour. Un merci à sa remplaçante Céline Carreau pour tout le travail accompli !

Groupe de jeunes 12 à 16 ans pour projet de conférences téléphoniques de l'INCA

Ce projet permet à des jeunes ayant une déficience visuelle (12 à 16 ans de toutes les régions) d'échanger avec d'autres jeunes sur divers sujets qui les préoccupent et de se créer un réseau d'amis.

Il n'y a aucun frais à débourser car l'INCA défraie les coûts des conférences téléphoniques. Une conseillère psychosociale accompagne le groupe dans la démarche pour favoriser les échanges et préparer les réunions.

Chaque rencontre dure une heure et les sessions sont de huit semaines. Un groupe peut démarrer à la fin janvier s'il y a suffisamment d'inscriptions. Pour le moment il est prévu que les conférences se dérouleront en français.

Pour information et/ou inscription: Larissa Klymkiw, conseillère psychosociale INCA/CNIB, Téléphone (514) 934-4622, poste 225

Les sorties de la FAQ, un bonheur pour les jeunes !

Le calendrier des activités récréatives de la Fondation des aveugles du Québec pour l'hiver 2010 vous mets l'eau à la bouche. Il y a un calendrier pour enfants 6-12 ans et un calendrier pour les ados 13-19 ans. Vous pouvez consulter le calendrier et accéder aux formulaires d'inscription par le biais du site Internet à www.aveugles.org/calendrier.php. Plus on est de fous, plus on rit ! Rires, joies et surprises sont au rendez-vous. Vous pouvez communiquer par téléphone avec Louis-Philippe Chrétien au Service des loisirs au numéro de téléphone (514) 259-9470.

L'optimiste de l'année au district centre du Québec !

C'est à nouveau un membre du Club Optimiste Les Yeux de la Montérégie, Roland Savard, qui a reçu le titre d'optimiste de l'année du District Centre du Québec lequel regroupe 111 clubs répartis en 18 zones. Roland est directeur général de l'AQPEHV et il a occupé les fonctions de vice-président aux activités jeunesse 2008-2009 au Club Optimiste Les Yeux de la Montérégie. L'an dernier c'est Michelle Brûlé du même Club qui a remporté cet honneur.

Jeux pour les enfants ayant une déficience visuelle

Sur le site Internet www.enfant-aveugle.com vous avez accès à une série de jeux informatiques pour les enfants ayant une déficience visuelle. Vous y trouvez aussi des conseils pour les jeux achetés dans le commerce, les jeux à fabriquer, à adapter, jeux de groupe et jeux de rôles. Aller y jeter un petit coup d'œil.

N'oubliez pas que le Club Optimiste Les Yeux de la Montérégie adapte différents jeux du commerce pour jeunes et adultes. Pour éviter les frais d'appel vous pouvez appeler à l'AQPEHV. Pour le Club Optimiste la personne à contacter est Micheline Théberge à Longueuil (450) 651-8127. Son courriel est le: m.theberge@videotron.ca

La rencontre sur le braille abrégé, un beau succès !

Dans le but de susciter des échanges entre les principaux concernés par le braille, l'Association Québécoise pour l'Utilisation, la Promotion et l'Évolution du Braille (AQUPEB), en collaboration avec l'Association québécoise des parents d'enfants handicapés Visuels (AQPEHV) et le Regroupement des Aveugles et Amblyopes du Québec (RAAQ) ont organisé une rencontre portant sur le braille abrégé, le samedi 14 novembre à l'Hôtel Sandman de Longueuil. Le financement de l'activité a été assuré par une subvention de l'Office des personnes handicapées du Québec.

Durant cette journée, des experts et des individus de divers horizons sont venus partager leurs points de vue sur l'avenir du braille abrégé. Utilisateurs, enseignants, intervenants du milieu de la réadaptation, producteurs et diffuseurs ont été mis à contribution pour que les participants puissent discuter en toute connaissance de cause sur les divers scénarios pouvant faire l'objet de la poursuite des travaux par les experts de la francophonie.

À cette rencontre, il y avait environ cent vingt personnes en provenance de plusieurs régions. Un consensus s'est dégagé de la rencontre à l'effet de poursuivre les travaux visant à réduire le nombre d'abréviations brailles pour susciter davantage l'intérêt des lecteurs et lectrices et de favoriser son apprentissage dans un temps plus court. Plusieurs hypothèses de travail ont été émises.

Centre d'équitation thérapeutique et adapté

Le Centre Equi-Sens, est disponible pour répondre aux besoins des personnes vivant avec des limitations fonctionnelles et/ou les personnes handicapées. Equi-Sens a pour mission d'aider ses personnes dans leur développement et dans leur cheminement. L'équithérapie ou l'équitation thérapeutique repose sur 4 volets: Le sport, le loisir, l'éducation ou rééducation et la thérapie.

Nous offrons ces séances 4 saisons par année puisque nous disposons de manèges intérieur et extérieur. Nous sommes situés à Mirabel au 20, 292 rue Charles. Vous pouvez communiquer avec nous via notre site web au www.equi-sens.org ou par téléphone au 450-434-7817.

Vidéotron propose un service de vidéodescription adapté aux personnes non voyantes ou ayant une déficience visuelle

Vidéotron est heureuse d'informer tous les responsables des organisations et regroupements œuvrant auprès des personnes non voyantes et ayant une déficience visuelle qu'elle prêtera gratuitement un terminal numérique illico à ses abonnés aveugles ou ayant une déficience visuelle reconnue. Ce service leur permettra d'accéder à la vidéodescription des services de programmation offerts par Vidéotron.

La vidéodescription, ou description sonore, transmet toutes les scènes d'action et le texte à l'écran, comme par exemple le générique, qu'on peut retrouver dans un document vidéo, une émission de télévision, un document multimédia dans Internet ou un film, par l'entremise d'un narrateur qui décrit ce qui se passe et lit le texte.

Les abonnés de Vidéotron qui n'ont pas accès à la vidéodescription et qui désirent obtenir le service doivent communiquer avec le Service à la clientèle de Vidéotron à l'un des numéros suivants afin de prévoir l'installation du terminal numérique par un technicien. Les clients devront présenter à Vidéotron l'une des preuves suivantes pour se prévaloir du service de vidéodescription :

- Un certificat pour crédit d'impôt (le formulaire TP-752-0-14 du gouvernement provincial ou le formulaire T2201 du gouvernement fédéral) ou;
- Une attestation du handicap visuel et de son degré par un médecin ayant le droit de pratiquer au Canada.

Tous les documents communiqués à Vidéotron seront traités en conformité avec la Politique sur la protection des renseignements personnels en vigueur.

Montréal : (514) 281-1711
Québec : (418) 847-4410
Saguenay (418) 545-1114
Outaouais (819) 771-7715
Ailleurs au Québec : 1-888-VIDEOTRON

Les membres du conseil d'administration 2009-2010

De gauche à droite :

1re rangée : Pierre Brousseau (secrétaire-trésorier), Francis Ouellet (président), Brigitte Roy, Carolyne Roussel, André Gélinas (2e vice-président) et Julie Trudeau.

2e rangée : Stéphane Lambert, Stéfan Bourassa, Julie Pelland (1re vice-présidente), Roland Savard (directeur général), André Dubois et Marc St-Onge.

L'AQPEHV FÊTE SES 30 ANS !

30 ans AQPEHV

Le 5 juin 2010 à l'Hôtel des Seigneurs de Saint-Hyacinthe
Spectacle de l'humoriste Sylvain Larocque en soirée
Visite chez Mira au programme
Plusieurs choix d'activités pour les jeunes
Garderie Les p'tits soleils pour les (0 à 5 ans)

Les membres du conseil d'administration 2009-2010

Nom	Fonction	Région
Francis Ouellet	Président	Bas-Saint-Laurent
Julie Pelland	1re Vice-présidente	Montérégie
André Gélinas	2e Vice-président	Montérégie
Pierre Brousseau	Secrétaire-Trésorier	Lanaudière
Brigitte Roy	Administratrice	Bas-Saint-Laurent
Stéphane Lambert	Administrateur	Montérégie
Julie Trudeau	Administratrice	Montérégie
Carolyne Roussel	Administratrice	Laval
Stéfan Bourassa	Administrateur	Montérégie
André Dubois	Administrateur externe	Centre-du-Québec
Marc St-Onge	Administrateur externe	Montérégie

Les employé(e)s

Nom	Fonction
Roland Savard	Directeur général
Audrey Charland	Intervenante accueil et soutien
Jessie Côté	Agente de bureau

Ce bulletin est produit et distribué par l'Association québécoise de parents d'enfants handicapés visuels. Des versions du bulletin en format PDF et en format WORD sont disponibles pour téléchargement gratuit sur le site Internet de l'AQPEHV.

Association québécoise des parents d'enfants handicapés visuels
10, boul. Churchill, bureau 203
Longueuil (Québec) J4V 2L7
Téléphone: (450) 465-7225
Télécopieur: (450) 465-5129
Sans frais: 1 888 849-8729
Courriel: info@aqpehv.qc.ca

Dépôt légal 2010 : ISSN 1708-9093