

Bilan positif pour les JQLM 2016

Du 10 au 22 septembre dernier avait lieu la deuxième édition des Journées québécoises des lésions médullaires. Nous sommes heureux de voir que cette année encore nos membres et leur famille ont répondu à l'appel et ont participé en grand nombre aux diverses activités proposées à travers le Québec.

Les JQLM 2016 ont débuté le 10 septembre au Saguenay avec une randonnée de quad. Deux jours plus tard, c'est l'ensemble du Québec qui a pu assister à notre webconférence sur la prévention des plaies. Les gens du Bas-Saint-Laurent-Gaspésie, quant à eux, se sont rassemblés à Sainte-Flavie pour un souper le 14 septembre. À Québec, c'est le 17 septembre que ça s'est passé avec le Salon du voyage accessible. Pour tout savoir sur les chiens d'assistance à la mobilité, il fallait regarder notre webconférence du 19 septembre (si vous l'avez manquée, sachez que toutes nos webconférences sont disponibles sur notre **chaîne YouTube**). Le 21 septembre, c'est à Montréal que la fête se déroulait avec la deuxième édition de la Soirée sur roues. Finalement, les JQLM 2016 se sont terminées le 22 septembre avec deux webconférences sur la sexualité des personnes lésées médullaires.

Sommaire

JQLM 2016	1
Soirée sur roues	2
Randonnée de vélo	3
Webconférences	3
Salon du voyage accessible	4
Souper à Sainte-Flavie	4
Randonnée en VTT	4
Club de cuisine	5
Recherche	6
Collaborateurs JQLM 2016	7
Partenaires	8

Pour questions ou commentaires,
contactez-nous :

atremblay@moelleepiniere.com
www.moelleepiniere.com

Rejoignez-nous aussi sur
Facebook et Twitter pour avoir
accès à nos nombreuses mises à
jour

Pour en savoir plus sur les JQLM 2016, allez lire les pages suivantes et ne manquez surtout pas notre prochain magazine Paraquad.



Laurent Morissette (RAPLIQ), un membre du RAPLIQ, Daniel Bourbonnais (REPAR-FRQS) et Steven Laperrière (RAPLIQ)

JQLM 2016 : La soirée sur roues en images et en mots

C'est le 21 septembre dernier, dans le cadre des Journées québécoises des lésions médullaires, qu'avait lieu la deuxième édition de la Soirée sur roues à la très belle salle La Chapelle de la Providence située dans le quartier Centre-Sud à Montréal.

Plus de 160 personnes ont pris part à cette soirée qui voulait cette année souligner le dynamisme et la détermination dont font preuve les personnes vivant avec une lésion médullaire. L'animateur de la Soirée, Benoît Racette, a ainsi invité quelques personnes présentes à témoigner et c'est sans contredit l'allocution de Dean Bergeron, ex-athlète olympique et membre du conseil d'administration de MÉMO-Qc qui en a inspiré plusieurs à prendre la parole afin de présenter une personne lésée médullaire inspirante, dynamique et déterminée.

Émanuelle Robitaille, qui prend part aux événements de MÉMO-Qc depuis déjà quelques années, était accompagnée de son pianiste Martin Bournival et le duo nous a offert des prestations musicales très appréciées tout au long de la soirée.

Le défi sur roues a été relevé par plusieurs participants qui ont...avec plus ou moins d'agilité il faut le dire... fait face aux obstacles du parcours!

Moelle épinière et motricité Québec remercie chaleureusement la Fondation Martin Matte, présentateur officiel de la Soirée ainsi que Domilia le commanditaire principal qui ont permis la tenue et la réussite de cette deuxième édition de la Soirée sur roues.



Roger Robidoux et sa conjointe, Marie Anne Dubois



Nicole Desjardins, administratrice de la Fondation Martin Matte et mère du célèbre humoriste



Émanuelle Robitaille nous offrant une superbe prestation musicale



Dean Bergeron, ex-athlète olympique et membre du conseil d'administration de MÉMO-Qc



Guylaine Beulac (membre du conseil d'administration de MÉMO-Qc) s'essayant au Défi sur roues



Alain Perreault et Sébastien Lepage de Kinova présentant JACO

JQLM 2016 : Randonnée de vélo

Dix personnes ont participé à la randonnée de vélo dans le cadre des JQLM 2016. Malgré la menace de pluie, les participants sont partis sur leur vélo, devançant simplement un peu le départ pour profiter du beau temps.

Luke Gingras, sportif d'expérience, est venu de Québec pour rouler sur son tout nouveau vélo avant de partir pour un marathon de 42 km à vélo à Berlin en Allemagne, où il a terminé 22e sur 125.

Cette année, il y avait plusieurs membres avec des vélos de compétition, dont le Force RX et le carbon-bike. Denis Nantel, membre paraplégique de MÉMO-Qc est venu faire une démonstration de son segway assis qu'il a fait venir d'Allemagne. Cet engin à deux roues à la technologie permettant à un paraplégique de se tenir en équilibre et de rouler sur plusieurs types de terrains en a impressionné plus d'un.



Les plus rapides ont ouvert la voie et tous se sont rejoints à la gare de Saint-Jérôme. Un gouter a ensuite été servi donnant lieu à un agréable temps d'échanges. C'était une belle gang d'aventuriers bravant le temps incertain afin de s'amuser, de repousser leurs limites et de partager un moment sur cette piste du P'tit Train du Nord. Un remerciement spécial à Mark Beggs, ancien athlète paralympique, pour sa participation, ainsi qu'à tous ceux présents à l'activité.

JQLM 2016 : Webconférences

Quatre webconférences ont été diffusées dans le cadre des JQLM 2016. Ces conférences présentées par des professionnel(le)s et diffusées sur Facebook ont abordé quatre sujets tout aussi différents qu'intéressants :

- la prévention des plaies de pression (CIUSSS de la Capitale-Nationale — installation IRDPQ)
- les chiens d'aide à la mobilité (Nicolas Messier, conseiller en intégration volet défense de droits chez MÉMO-Qc)
- la sexualité féminine des personnes lésées médullaires (Zoé Vourantoni, sexologue, clinicienne et psychothérapeute)
- la sexualité masculine des personnes lésées médullaires (Zoé Vourantoni, sexologue, clinicienne et psychothérapeute)

En tout, c'est presque 400 personnes qui ont regardé l'une ou l'autre des conférences. Pour voir ou revoir ces conférences, visitez notre **chaîne YouTube**.

JQLM 2016 : Salon du voyage accessible à Québec

La deuxième édition du salon du voyage accessible à l'IRDPO qui s'est tenu le 17 septembre dernier fut une belle opportunité pour nos membres d'en apprendre davantage sur les différentes possibilités s'offrant à eux pour voyager. Les participants ont fortement apprécié les présentations de nos partenaires présents à l'évènement. En plus des différents sujets abordés durant le salon tel que les croisières accessibles et les parcs nationaux accessibles au Québec, les visiteurs pouvaient échanger avec des membres sur leurs différents voyages à travers le monde. Ainsi, le salon a permis à nos membres de réaliser qu'il est possible de voyager malgré un handicap.



Plusieurs partenaires ont présenté leurs services lors du Salon du voyage accessible



Un petit groupe de personnes vivant avec une lésion médullaire se sont rassemblées lors du souper à Sainte-Flavie

JQLM 2016 : Souper à Sainte-Flavie

Le 14 septembre dernier, l'équipe de MÉMO-Qc à Québec est allée visiter nos membres de la région du Bas-Saint-Laurent et de la Gaspésie. Ceux-ci s'étaient donné rendez-vous à Sainte-Flavie à la porte d'entrée de la Gaspésie, dans un magnifique restaurant bordé par le fleuve Saint-Laurent. Ce fut un agréable moment de partage et de causeries. Comme plusieurs de nos membres l'ont dit : « On se revoit l'an prochain! »

JQLM 2016 : Randonnée de VTT à Saint-Ambroise

L'activité de VTT qui se déroulait au complexe socioculturel de Saint-Ambroise au Saguenay fut un bel évènement en nature pour nos membres de la région. Un superbe soleil nous a guidés au travers des sentiers de VTT aux splendides couleurs d'automne. Cette randonnée a été possible grâce au Club VTT de Saint-Ambroise et à l'un de nos bénévoles les plus dévoués. Merci, Jean-Pierre Gobeil, pour la superbe activité!



Bien du plaisir pour les participants de l'activité de VTT à Saint-Ambroise

Les Journées québécoises des lésions médullaires étaient une présentation de

 Moelle épinière
et motricité Québec
Réinventer l'autonomie

 fondationmartinmatte.com



Moelle épinière
et motricité Québec

Club de Cuisine

Avis aux intéressé-e-s!

Bienvenue à notre nouveau club de cuisine!

De nombreux trucs et astuces existent pour cuisiner plus facilement lorsque l'on vit avec une lésion médullaire. Venez les découvrir en cuisinant un bon repas avec nous.

Appelez-nous!

**Information et inscription auprès de Bethsa Leconte
au 514 527-4527, poste 2779**

ou à bleconte@moelleepiniere.com

Recrutement pour des recherches

Amélioration de la qualité de vie par l'exercice chez les adultes atteints d'une lésion médullaire : une démarche de télé-réadaptation

BUT DE LA RECHERCHE :

Examiner la relation entre l'activité physique et la qualité de vie au moyen d'une intervention visant la promotion de l'activité physique.

NOUS RECHERCHONS DES ADULTES QUI :

- 1) Ont au moins 18 ans;
- 2) Sont paraplégiques;
- 3) Ont subi une blessure au moins un an auparavant;
- 4) Ont l'intention de devenir physiquement actifs au cours des deux prochains mois ou qui ont été minimalement actifs (moins de deux fois par semaine) au cours des deux derniers mois;
- 5) Ont accès à un ordinateur qui a moins de 5 ans;
- 6) Parlent et comprennent le français ou l'anglais;
- 7) N'ont pas été avisés par un professionnel de la santé de ne pas pratiquer d'activité physique;
- 8) Ne reçoivent pas de services de réadaptation en établissement;
- 9) N'ont pas reçu de diagnostic de troubles de mémoire, de difficultés graves de communication ou de troubles visuels graves;
- 10) Ont besoin d'une aide à la mobilité (fauteuil roulant, canne).



CE QUE NOUS VOUS DEMANDONS :

- On vous demandera également de prendre 30 minutes pour remplir un questionnaire à trois moments au cours d'une période de 10 semaines.
- Vous serez placé au hasard dans l'un des deux groupes.
- On demandera à un groupe (groupe d'intervention) de participer à des séances de counseling en activité physique à raison d'une séance par semaine pendant huit semaines. Au cours de ces séances, vous discuterez de diverses façons de devenir actif physiquement, soit à la maison ou au sein de votre collectivité. Ces séances seront présentées en ligne sur Internet au moyen d'un logiciel de vidéoclavardage, ce qui signifie que vous participerez à l'intervention dans le confort de votre foyer.
- On demandera à l'autre groupe (groupe témoin) de maintenir sa routine quotidienne. Si vous faites partie de ce groupe, vous aurez toutefois accès à une séance de counseling en activité physique d'une heure une fois l'étude terminée.

VOUS RECEVREZ :

Une indemnité compensatoire pour remplir les trois questionnaires et pour les inconvénients ou les contraintes que pourrait occasionner votre participation à l'étude.

POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS :

N'hésitez pas à communiquer avec l'équipe de recherche (Shane Sweet, Ph.D, chercheur principal).

Numéro de téléphone : 514 398-4184, poste 0481
Courriel : tielabstudy.kpe@mcgill.ca



McGill
UNIVERSITY



JOURNÉES QUÉBÉCOISES DES LÉSIONS MÉDULLAIRES

10 au 22 septembre 2016

La réalisation des JQLM 2016 a été rendue possible grâce à la collaboration de



Surmonter les obstacles, c'est possible!



Je suis tétraplégique depuis 1988 et je me déplace en fauteuil roulant motorisé. En 2013, la technologie du bras robotisé JACO a changé ma vie. Il m'apporte une autonomie, mais tout aussi important, un sentiment de sécurité. Je peux maintenant me servir à boire et déguster mon breuvage sans paille, ramasser des objets lorsqu'ils tombent au sol sans attendre la venue de quelqu'un pour les ramasser, appuyer sur les boutons d'ascenseur souvent trop haut dans les lieux publics, etc. 25 ans après mon accident, je bois enfin à nouveau mon café matinal sans paille et sans aide!

Il y a donc beaucoup moins d'inquiétude pour moi et pour mon entourage lorsque je me retrouve seule dans mon appartement ou que je sors. JACO n'est pas qu'une technologie, il est devenu un compagnon... Je le surnomme d'ailleurs affectueusement Junior!

Isabelle Ducharme

Contactez-nous pour un essai gratuit

Nos supports de bras s'utilisent sur votre fauteuil roulant, poste de travail, table de cuisine et autres. Ils compensent pour le poids de votre bras, vous permettant ainsi de manger, boire, utiliser l'ordinateur, écrire, jouer, cuisiner et plus encore.

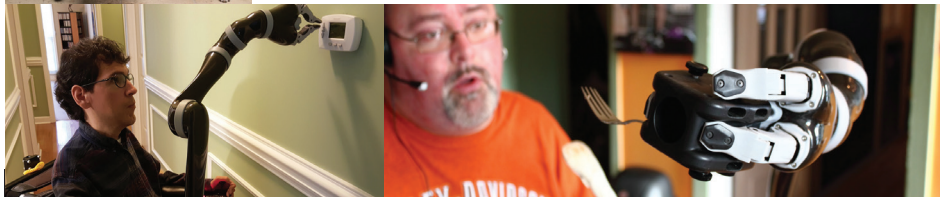


Kinova offre une gamme d'aides techniques pour les personnes vivant avec des limitations fonctionnelles dues à une diminution de mobilité des membres supérieurs. Que ce soit grâce à nos supports de bras ou à notre bras robotisé, vous pourrez dorénavant atteindre, saisir et manipuler des objets dans toutes les sphères de votre vie.

Notre bras robotisé, le JACO, s'installe sur votre fauteuil roulant motorisé et vous permet entre autres de manger, boire, utiliser le téléphone, se raser, se maquiller, etc. Vous le manipulez via votre système de fauteuil.

Grâce à nos aides techniques, votre autonomie fonctionnelle peut sensiblement augmenter. N'hésitez pas à nous contacter pour un essai gratuit.

Informez-vous sur le service de prêt de bras robotisé JACO de la Fondation le Pont Vers l'Autonomie au: www.fondationpva.com ou au: 819 260-3989



KINOVA
ROBOTICS

6110, Doris-Lussier, Boisbriand, Qc, Canada, J7H 0E8
Courriel: info@kinova.ca Tel.: 514-277-3777

Merci à nos principaux partenaires privés!



Contactez-nous !

Amélie Tremblay

atremblay@moelleepiniere.com

Rédaction, révision et mise en page

6020, rue Jean-Talon Est, bureau 400
Montréal (Québec) H1S 3B1
514 341-7272 1 877 341-7272 (sans frais)
www.moelleepiniere.com

