



ÉDITION  
2021

# INCAPACITÉS PHYSIQUES

(INCLUANT DÉFICIENCES AUDITIVES ET VISUELLES)

---

DE L'INFORMATION EN SANTÉ DE QUALITÉ SÉLECTIONNÉE PAR VOS BIBLIOTHÈQUES

---



Bien informé, mieux vivre.

## À PROPOS

Biblio-Santé est un programme de l'Association des bibliothèques publiques du Québec, qui regroupe les bibliothèques publiques québécoises. L'ABPQ est constituée de plus de 179 municipalités et corporations membres, pour un total de plus 317 bibliothèques autonomes. Biblio-Aidants est disponible dans plus de 780 bibliothèques publiques et de santé partout au Québec. Pour vérifier si votre bibliothèque participe au programme, consultez notre site Web.

## REMERCIEMENTS

Biblio-Santé est une initiative des bibliothèques de Charlemagne, L'Assomption et Repentigny qui a d'abord vu le jour sous le nom de Biblio-Aidants. L'Association des bibliothèques publiques du Québec tient à remercier ces trois villes de lui avoir permis d'étendre le programme au reste du Québec en cédant leurs droits d'auteur.

## COORDINATION – ASSOCIATION DES BIBLIOTHÈQUES PUBLIQUES DU QUÉBEC

Clémence Tremblay-Lebeau, chargée de projet

## RECHERCHE BIBLIOGRAPHIQUE

Gabrielle C. Beaulieu, chargée de projet

Audrey Scott, bibliothécaire stagiaire

Clémence Tremblay-Lebeau, chargée de projet

## RÉVISION DE CONTENU ET LINGUISTIQUE

Sandra Cliche-Galarza, bibliothécaire stagiaire

Fannie Labonté, coordonnatrice services aux membres et événements

Clémence Tremblay-Lebeau, chargée de projet

## MISE EN PAGE ET GRAPHISME

Steve Poutré DGA

## VISITEZ NOTRE SITE WEB

Vous y trouverez tous les cahiers Biblio-Santé et des informations complémentaires.

**[bibliosante.ca](http://bibliosante.ca)**

Toutes les données informatives suggérées précédemment ne peuvent remplacer un diagnostic ou un examen médical par un médecin ou un professionnel de la santé qualifié. Le contenu de ce cahier a été vérifié au printemps 2021 et sera mis à jour annuellement.

Le slogan *Bien informé, mieux vivre.*® est enregistré au Registre canadien des droits d'auteur.

© 2021 Association des bibliothèques publiques du Québec

Dépôt légal – Bibliothèques et Archives nationales du Québec, 2021

ISBN 978-2-925031-59-8

Association des bibliothèques publiques du Québec

1453, rue Beaubien Est, bureau 215, Montréal (Québec) H2G 3C6

[info@abpq.ca](mailto:info@abpq.ca) | [www.abpq.ca](http://www.abpq.ca)

# TABLE DES MATIÈRES

## RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

|                                                 |           |
|-------------------------------------------------|-----------|
| <b>ORGANISMES ET ASSOCIATIONS</b>               | <b>7</b>  |
| Ressources génériques                           | 7         |
| Incapacités physiques                           | 8         |
| Déficiences auditives                           | 12        |
| Déficiences visuelles                           | 14        |
| <b>RESSOURCES WEB</b>                           | <b>17</b> |
| <b>PORTAILS D'INFORMATION DE SANTÉ</b>          | <b>24</b> |
| <b>BASES DE DONNÉES EN SANTÉ</b>                | <b>25</b> |
| Bases de données en libre accès                 | 25        |
| Bases de données avec accès réservé aux abonnés | 26        |

## SUGGESTIONS DE LECTURE

|                                                          |           |
|----------------------------------------------------------|-----------|
| <b>DOCUMENTAIRES</b>                                     | <b>29</b> |
| Ouvrages généraux                                        | 29        |
| Accompagnement de l'adulte ayant une incapacité physique | 30        |
| Accompagnement de l'enfant ayant une incapacité physique | 31        |
| Douleurs chroniques                                      | 34        |
| Déficiences auditives                                    | 35        |
| Déficiences visuelles                                    | 37        |
| Amour et sexualité                                       | 38        |
| Accessibilité                                            | 39        |
| <b>RÉCITS DE VIE, BIOGRAPHIES ET TÉMOIGNAGES</b>         | <b>40</b> |
| <b>ROMANS</b>                                            | <b>45</b> |
| <b>BANDES DESSINÉES</b>                                  | <b>49</b> |
| <b>OUVRAGES JEUNESSE</b>                                 | <b>51</b> |

## SUGGESTIONS DE FILMS, SÉRIES ET ÉMISSIONS

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| <b>FICTION</b>                    | <b>66</b> |
| <b>DOCUMENTAIRES</b>              | <b>70</b> |
| Incapacités physiques             | 70        |
| Déficiences auditives             | 79        |
| Déficiences visuelles             | 81        |
| Sexualité et relations amoureuses | 84        |
| Accessibilité                     | 85        |
| Accessibilité du Web              | 86        |

## PRENDRE PART À SES SOINS DE SANTÉ

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| <b>ORGANISMES ET ASSOCIATIONS</b> | <b>88</b> |
| Information juridique             | 88        |
| <b>RESSOURCES WEB</b>             | <b>91</b> |
| Ressources génériques             | 91        |
| Information juridique             | 97        |
| <b>SUGGESTIONS DE LECTURE</b>     | <b>98</b> |

## COMMENT SÉLECTIONNONS-NOUS L'INFORMATION ?

Chaque document ajouté aux cahiers Biblio-Santé est évalué avec impartialité, selon les pratiques bibliothéconomiques en vigueur dans les bibliothèques publiques et en s'appuyant sur de nombreux critères généraux de sélection.

D'abord, les cahiers sont développés de manière à répondre prioritairement aux besoins et intérêts des usagers du système de santé ainsi que des proches aidants. Chaque titre est évalué selon la pertinence et la qualité du contenu en regard d'une clientèle grand public, en contexte québécois. À valeur égale, les ouvrages québécois sont toujours favorisés. La crédibilité et la notoriété de l'auteur, du créateur, de l'illustrateur, de l'éditeur ou du producteur sont aussi d'une grande importance. De plus, une attention particulière est portée à l'actualité et la pérennité du sujet ainsi qu'à l'exactitude des informations diffusées.

En ce qui a trait spécifiquement aux documentaires, les ouvrages écrits par des professionnels de la santé (médecins, infirmiers, ergothérapeutes, psychologues, etc.) sont privilégiés. Toutefois, les titres qui s'appuient sur le savoir profane ou expérientiel ne sont pas rejetés d'emblée, surtout lorsque ceux-ci traitent de l'accompagnement d'un proche.

Finalement, chaque cahier est considéré dans sa globalité pour respecter la diversité des sujets couverts et assurer l'équilibre des points de vue exprimés. Pour en savoir plus sur les critères de sélection Biblio-Santé, visitez le [bibliosante.ca/criteres](http://bibliosante.ca/criteres)



**PROCHES  
AIDANTS**

### CAHIER PROCHES AIDANTS

Ce cahier est complémentaire à tous les cahiers du programme Biblio-Santé. Il met en valeur les ressources utiles pour soutenir les proches aidants.



## AUTRES CAHIERS DISPONIBLES



**AÎNÉS ET  
VIEILLISSEMENT**



**CANCER**



**DÉFICIENCE  
INTELLECTUELLE**



**DEUIL**



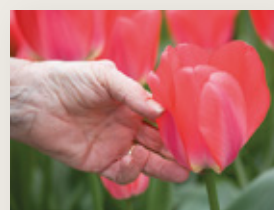
**DIABÈTE**



**INCAPACITÉS  
PHYSIQUES**



**MALADIE  
D'ALZHEIMER**



**MALADIE  
DE PARKINSON**



**MALADIES  
DU CŒUR**



**MALADIES  
PULMONAIRES**



**SANTÉ  
MENTALE**



**SCLÉROSE  
EN PLAQUES**



**SOINS DE  
FIN DE VIE**



**TROUBLES  
DU SPECTRE  
DE L'AUTISME**

---

# RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

---

# ORGANISMES ET ASSOCIATIONS

## Ressources génériques

### **CONFÉDÉRATION DES ORGANISMES DE PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC (COPHAN)**

**Téléphone** 514 284-0155  
**Site Web** [www.cophan.org](http://www.cophan.org)

La COPHAN est un regroupement d'action communautaire autonome de défense collective des droits. Elle réunit maintenant une soixantaine d'organismes et regroupements régionaux et nationaux de personnes ayant des limitations fonctionnelles et leurs proches. La COPHAN représente tous les types de limitations fonctionnelles : motrices, organiques, neurologiques, intellectuelles, visuelles, auditives, troubles d'apprentissage, du langage, du spectre de l'autisme et de santé mentale.

### **L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS**

**Téléphone sans frais**  
**(Service Info-Aidant)** 1 855 852-7784  
**Site Web** [www.lappui.org](http://www.lappui.org)

Présent dans chacune des 17 régions du Québec, l'Appui travaille étroitement avec les organismes locaux pour élargir l'offre de services disponibles pour les proches aidants. Sa mission : contribuer à améliorer leur qualité de vie ! L'Appui, c'est aussi Info-aidant, un service confidentiel et gratuit disponible au 1 855 852-7784 ou à [info-aidant@lappui.org](mailto:info-aidant@lappui.org). Des conseillers spécialisés sont là pour vous écouter, vous informer et vous orienter vers les ressources disponibles près de chez vous et adaptées à vos besoins. Le site Web de l'Appui propose également une foule de renseignements, de conseils et de ressources pour les proches aidants et leur entourage. Vous y retrouverez notamment un répertoire dans lequel vous pourrez rechercher des ressources (répit, transport, aide à domicile, etc.), selon vos besoins et votre région. Le site Web propose aussi un répertoire dans lequel vous pouvez faire des recherches par région et par type de besoin (répit, soutien psychosocial, etc.).

## REGROUPEMENT DES AIDANTS NATURELS DU QUÉBEC (RANQ)

**Téléphone** 514 524-1959  
**Site Web** [www.ranq.qc.ca](http://www.ranq.qc.ca)

Le Regroupement des aidants naturels du Québec (RANQ) est composé d'une soixantaine d'organismes et d'associations qui offrent des services directs aux proches aidants du Québec : centres d'action bénévole, regroupements d'aidants régionaux, etc. Vous trouverez la liste complète des organismes par région dans le site Web du Regroupement.

## Incapacités physiques

### AMPUTÉS DE GUERRE

**Téléphone** 1 800 250-3030  
**Site Web** [www.amputesdeguerre.ca](http://www.amputesdeguerre.ca)

Les Amputés de guerre offrent une diversité de services et programmes à tous les amputés du Canada, particulièrement du soutien aux enfants et à leur famille.

### ASSOCIATION DE PARALYSIE CÉRÉBRALE DU QUÉBEC

**Téléphone** 1 800 311-3770  
**Site Web** [www.paralysiecerebrale.com](http://www.paralysiecerebrale.com)

L'Association défend et promeut les droits des personnes vivant avec la paralysie cérébrale ou autres déficiences motrices. Elle offre des services d'information et d'orientation vers des ressources, de prêt d'équipements spécialisés, d'aide financière et un camp d'été. Vous pourrez également accéder aux numéros du Journal de l'Association sous l'onglet « Publications ».

### ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES TRAUMATISÉS CRANIENS

**Téléphone** 514 274-7447  
**Site Web** <https://www.aqtc.ca/>

L'AQTC propose ses services à toute personne ayant subi un traumatisme craniocérébral (TCC) et à leurs proches.



## ASSOCIATION MULTI-ETHNIQUE POUR L'INTÉGRATION DES PERSONNES HANDICAPÉES

**Téléphone** 514 272-0680  
**Téléphone sans frais** 1 866 318-0680  
**Site Web** [www.ameiph.com](http://www.ameiph.com)

L'Association soutient les personnes handicapées de différentes origines ethnoculturelles dans leurs démarches d'intégration à tous les niveaux. Elle les oriente vers les ressources qui répondent à leurs besoins. Elle offre entre autres des activités sociales et des séances d'information.

## ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE LA DOULEUR CHRONIQUE

**Téléphone** 514 355-4198  
**Téléphone sans frais** 1 855 230-4198  
**Site Web** [www.douleurchronique.org](http://www.douleurchronique.org)

La mission de l'AQDC est d'améliorer la condition et de réduire l'isolement des personnes atteintes de douleur chronique au Québec. Leur site Web offre de l'information ciblée sur les maladies et la gestion de la douleur ainsi que des ressources pertinentes.

## LIGNE D'INFORMATION ET DE SOUTIEN 1 855 DOULEUR (1 855 368-5387)

Ligne d'information et de soutien pour les personnes vivant avec la douleur chronique. Disponible du lundi au vendredi de 8 h 00 à 16 h 30.

## CENTRE DE RÉPIT PHILOU

**Téléphone** 514 739-4861  
**Site Web** [www.centrephilou.com](http://www.centrephilou.com)

Le Centre Philou, situé à Montréal, offre différents services aux enfants de 0 à 12 ans lourdement handicapés physiques : répit, soutien psychosocial et aide familiale, camp d'été de jour de stimulation, ateliers de stimulation et services « À la carte ». La section « Le coin des parents » du site Web propose une liste complète de ressources pour les familles.

## **DAGOBERT ET CIE (TDC-QUÉBEC)**

**Téléphone** 819 829-0594  
**Site Web** [www.tdcquebec.ca](http://www.tdcquebec.ca)

Dagobert et Cie est une association qui a pour mission d'offrir un soutien aux personnes vivant avec un trouble de l'acquisition de la coordination (TAC) et leurs proches aidants. Nous souhaitons également offrir conseils et outils pour ces personnes et l'entourage personnel, scolaire et professionnel.

## **DYSTROPHIE MUSCULAIRE CANADA**

**Téléphone** 1 800 567-2873  
**Site Web** [www.muscle.ca/fr/](http://www.muscle.ca/fr/)

Dystrophie musculaire Canada a pour mission d'améliorer la vie des personnes atteintes de maladies neuromusculaires en fournissant des services et en assurant un soutien constant. Sur le site Web, on peut trouver de l'information sur la maladie, sur la défense des droits et sur des programmes de soutien personnalisés.

## **FONDATION MIRA – CHIEN GUIDE**

**Téléphone** 450 795-3725  
**Site Web** [www.mira.ca](http://www.mira.ca)

Depuis quelques années, des chiens Mira sont entraînés pour venir en aide aux personnes handicapées. Le programme est accessible aux jeunes et aux adultes.

## **FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE D'ÉQUITATION THÉRAPEUTIQUE**

**Site Web** [www.fqet.org](http://www.fqet.org)

La Fédération québécoise d'équitation thérapeutique a pour mission de contribuer au mieux-être des personnes ayant des besoins spéciaux, en faisant la promotion de l'utilisation du cheval comme outil thérapeutique auprès de la clientèle ciblée. Le site de la Fédération offre de l'information sur l'hippothérapie, plus précisément les bienfaits et les clientèles cibles, et présente la liste des centres membres.

## FONDATION PAPILLON – CAMP PAPILLON

**Téléphone** 514 937-6171  
**Téléphone sans frais** 1 877 937-6171  
**Site web** [www.fondationpapillon.ca/camps-et-sejours/camp-papillon-2/](http://www.fondationpapillon.ca/camps-et-sejours/camp-papillon-2/)

Le Camp Papillon de la Fondation Papillon offre aux jeunes ayant un handicap physique et/ou intellectuel la possibilité de participer à un camp de vacances où ils pourront vivre à la fois une expérience unique et sécuritaire.

## KÉROUL

**Téléphone** 514 252-3104  
**Site Web** [www.keroul.qc.ca](http://www.keroul.qc.ca)

Kéroul est un organisme qui informe, représente, développe et fait la promotion du tourisme et de la culture accessibles. Consultez le site Web afin de vous renseigner sur une diversité d'aspects concernant le tourisme accessible (tourisme hors-Québec, transport, associations, etc.) et de chercher des établissements adaptés.

## L'ASSOCIATION CANADIENNE DE SPORTS POUR PARALYTIQUES CÉRÉBRAUX

**Téléphone** 613 748-1430  
**Téléphone sans frais** 1 888 752-2772  
**Site Web** [www.ccpsa.ca/fr/](http://www.ccpsa.ca/fr/)

Cette association cherche à aider toute personne ayant une paralysie cérébrale ou un handicap connexe à accéder à des activités sportives et récréatives de qualité. Pour ce faire, elle propose des programmes, formations, activités de promotion et partenariats.

## MŒLLE ÉPINIÈRE ET MOTRICITÉ QUÉBEC

**Téléphone** 514 341-7272  
**Téléphone sans frais** 1 877 341-7272  
**Site Web** [www.moelleepiniere.com](http://www.moelleepiniere.com)

Groupe d'information, de défense de droits et d'activités de loisirs. L'association travaille activement à promouvoir et faciliter l'intégration sociale et professionnelle des personnes blessées à la mœlle épinière.

## OFFICE DES PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC

**Téléphone sans frais** 1 800 567-1465  
**Téléscripteur** 1 800 567-1477  
**Site Web** [www.ophq.gouv.qc.ca](http://www.ophq.gouv.qc.ca)

L'Office des personnes handicapées offre du soutien, des conseils et de l'accompagnement aux personnes handicapées et à leur famille. Elle publie plusieurs guides à l'intention des proches aidants. Il est possible de les télécharger à partir de la section « Publications » du site Web.

## PARASPORTS QUÉBEC

**Téléphone** 514 252-3108  
**Site Web** [www.parasportsquebec.com](http://www.parasportsquebec.com)

Parasports Québec a pour mission la mise sur pied de programmes et le développement de projets favorisant l'épanouissement des personnes handicapées. L'organisme fait aussi la promotion des saines habitudes et est engagé dans le processus d'intégration des personnes vivant avec un handicap.

## Déficiences auditives

### ACOUPHÈNES QUÉBEC

**Téléphone** 514 276-7772  
**Téléphone sans frais** 1 877 276-7772  
**Site Web** [www.acouphenesquebec.org](http://www.acouphenesquebec.org)

Acouphènes Québec est un organisme d'entraide pour les personnes souffrant d'acouphènes. L'organisme offre un service d'écoute téléphonique, des rencontres d'entraide et d'information. Il est possible de devenir membre de l'organisme afin de profiter de tous les services.

### AUDITION QUÉBEC

**Téléphone** 438 806-9011  
**Site Web** [www.auditionquebec.org](http://www.auditionquebec.org)

La mission d'Audition Québec est de défendre les droits des malentendants et devenus sourds du Québec et de faciliter leur intégration dans la société. L'Association offre un service d'information et aide ses membres à développer des compétences en communication.

## ASSOCIATION DU QUÉBEC POUR ENFANTS AVEC PROBLÈMES AUDITIFS

**Téléphone voix et ATS** 514 842-8706  
**Site Web** [www.aqepa.org](http://www.aqepa.org)

Regroupement de parents qui ont des enfants vivant avec une surdité. L'Association est présente dans 11 régions du Québec. Sa mission est de contribuer à l'intégration scolaire et à l'inclusion sociale des enfants ayant des problèmes auditifs.

## FONDATION GROUPE FORGET

**Téléphone** 514 353-7029  
**Téléphone sans frais** 1 877 VOTREVIE (1 877 868-7384)  
**Site Web** [www.fondationgroupeforget.ca](http://www.fondationgroupeforget.ca)

La Fondation Groupe Forget est un organisme à but non lucratif qui a pour mission l'amélioration des conditions de vie des personnes malentendantes par l'attribution de dons et la sensibilisation du grand public. La fondation offre des programmes d'aide auditive et de suppléance à l'audition ainsi que des activités de formation ou des services professionnels. Vous trouverez les critères d'admissibilité et le formulaire de demande sous l'onglet « Soutien ».

## FONDATION DES SOURDS DU QUÉBEC

**Téléphone** 418 660-6800  
**Téléphone sans frais** 1 800 463-5617  
**Site Web** [www.fondationdessourds.net](http://www.fondationdessourds.net)

La Fondation des Sourds du Québec vient en aide aux personnes vivant avec une surdité et agit dans le développement personnel, professionnel et social de ces personnes.

## RÉSEAU QUÉBÉCOIS POUR L'INCLUSION SOCIALE DES PERSONNES SOURDES ET MALENTENDANTES (REQIS)

**Téléphone** 514 278-8703  
**Site Web** [www.reqis.org](http://www.reqis.org)

Anciennement le Centre québécois pour la déficience auditive, le ReQIS a pour mission de contribuer à l'amélioration de la qualité de vie et à la défense des droits des personnes sourdes et malentendantes, signeuses et oralistes. Vous trouverez sur le site Web de l'organisme, la liste des membres du Réseau, de l'information sur la surdité, les aides techniques et les modes de communication.

## Déficiences visuelles

### **ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES PARENTS D'ENFANTS HANDICAPÉS VISUELS**

**Téléphone** 450 465-7225  
**Téléphone sans frais** 1 888 849-8729  
**Site Web** [www.aqpehv.qc.ca](http://www.aqpehv.qc.ca)

L'Association regroupe les parents d'enfants handicapés visuels et leur offre des services complémentaires aux services publics. Vous pouvez télécharger gratuitement de nombreux guides et dépliants à partir de la section « Informations spécialisées » du site Web.

### **ASSOCIATION SPORTIVE DES AVEUGLES DU QUÉBEC**

**Téléphone** 514 252-3178  
**Site Web** [www.sportsaveugles.qc.ca](http://www.sportsaveugles.qc.ca)

L'Association sportive des aveugles du Québec promeut la pratique du sport et sensibilise le grand public à la situation des personnes vivant avec une déficience visuelle.

### **CENTRE D'INFORMATION SUR LE GLAUCOME**

**Téléphone** 514 340-8222, poste 24954  
**Site Web** [www.hgj.ca/soins-et-services/ophtalmologie/centre-dinformation-sur-le-glaucome/](http://www.hgj.ca/soins-et-services/ophtalmologie/centre-dinformation-sur-le-glaucome/)

Le Centre, situé à l'Hôpital général juif de Montréal, organise plusieurs fois par année des rencontres d'information sur le glaucome. Des experts sont présents pour répondre aux questions et fournir des explications. Le Centre est ouvert à tous. Téléphonnez ou consultez le site Web pour connaître les dates des rencontres. Il est possible de visionner en ligne la vidéo éducative « Je fais du glaucome », réalisée à l'intention des personnes atteintes et des professionnels de la santé (section DVD éducationnel du site). La section « Liens utiles » offre de nombreuses ressources en ligne supplémentaires.



## FONDATION DES AVEUGLES DU QUÉBEC

**Téléphone** 514 259-9470  
**Téléphone sans frais** 1 855 249-5112  
**Site Web** <https://fondationdesaveugles.org>

Le mandat de la Fondation est de soutenir les personnes aveugles et ayant une déficience visuelle dans les domaines de l'habitation, des loisirs et la vie communautaire. Elle offre entre autres des services de loisirs, des produits adaptés et de l'aide financière. Vous trouverez de nombreuses ressources et références pertinentes sous l'onglet « Nos services ».

## FONDATION MIRA – CHIEN GUIDE

**Téléphone** 450 795-3725  
**Site Web** [www.mira.ca](http://www.mira.ca)

Mira cherche à accroître l'autonomie des personnes handicapées de la vue et à favoriser leur intégration sociale en leur fournissant des chiens développés et entraînés pour répondre à leurs besoins. Tous les renseignements pour bénéficier du programme de chien-guide sont présentés dans le site Web de l'organisme.

## FONDATION INCA

**Téléphone sans frais** 1 800 465-4622  
**Site Web** [www.cnib.ca/fr](http://www.cnib.ca/fr)

INCA est un organisme qui fournit un soutien communautaire, des renseignements et une représentation nationale aux Canadiens aveugles ou ayant une vision partielle afin qu'ils puissent se réaliser pleinement dans la société. INCA offre également un service de bibliothèque pour le prêt de documents adaptés en anglais. La fondation offre plusieurs programmes pour outiller les personnes aveugles dans plusieurs sphères de leur vie, de même qu'un programme de chiens-guides.

## INCA QUÉBEC

**Téléphone** 514 934-4622  
**Téléphone sans frais** 1 800 465-4622  
**Site Web** [www.cnib.ca/fr/quebec](http://www.cnib.ca/fr/quebec)

Division nationale de l'organisme, INCA Québec offre du soutien aux personnes vivant avec une déficience visuelle en leur offrant des services d'aiguillage, des formations en technologies adaptées, du soutien technique et des services psychosociaux.

## **REGROUPEMENT DES AVEUGLES ET AMBLYOPES DU QUÉBEC**

**Téléphone** 514 849-2018  
**Téléphone sans frais** 1 800 363-0389  
**Site Web** [www.raaq.qc.ca](http://www.raaq.qc.ca)

Le Regroupement des Aveugles et Amblyopes du Québec (RAAQ) est une fédération réunissant 15 associations, dont 12 associations régionales qui rassemblent près de 3 000 Québécois handicapés visuellement. La liste des membres du Regroupement est accessible sur le site Web, sous l'onglet « Membres et partenaires ».

## **SERVICE QUÉBÉCOIS DU LIVRE ADAPTÉ**

**Téléphone** 514 873-4454  
**Ailleurs au Québec** 1 866 410-0844  
**Site Web** [www.banq.qc.ca/sqia](http://www.banq.qc.ca/sqia)

Ce service est offert par Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BAnQ) à tous les Québécois ayant une déficience perceptuelle. Il offre à ses usagers des collections en médias adaptés de langue française.

# RESSOURCES WEB

## Quelques pistes pour développer une lecture critique de l'information repérée sur le Web

### LE OU LES AUTEURS DE LA SOURCE D'INFORMATION

- Qui a créé le site repéré ?
- Est-il possible d'obtenir de l'information sur l'auteur ou sur le propriétaire du site ?
- S'agit-il d'un site gouvernemental, universitaire ou d'un organisme reconnu ?

### LA QUALITÉ DE LA SOURCE D'INFORMATION

- Quel est l'objectif poursuivi (informer ou vendre) ?
- Est-ce que les sources sont citées ?
- Existe-t-il des liens vers des sources similaires (pour vérifier l'exactitude et l'objectivité de l'information) ?
- Quelle est la fréquence de mise à jour de l'information ?

Gardez l'œil ouvert ! L'information se partage très vite, et les fausses nouvelles aussi. Il ne faut pas toujours se fier au contenu partagé en ligne, surtout sur les réseaux sociaux. Vous risquez d'y trouver des articles où l'information est fausse ou exagérée. Il est donc important de vérifier la qualité d'une information avant de la croire et de la partager.

## AUDITION QUÉBEC

### La revue *Sourdine*

[www.auditionquebec.org/sourdine](http://www.auditionquebec.org/sourdine)

La revue *Sourdine* est publiée par Audition Québec à l'intention de ses membres, de ses amis et de tous les professionnels de l'audition. Il est possible de consulter les numéros en ligne.

### Trouver une salle équipée d'un système d'aide à l'audition

[www.auditionquebec.org/repertoire](http://www.auditionquebec.org/repertoire)

Audition Québec offre un répertoire des salles de spectacles munies d'un système d'aide à l'audition.

## ASSOCIATION DU QUÉBEC POUR ENFANTS AVEC PROBLÈMES AUDITIFS

### Revue Entendre

<https://www.aqepa.org/category/revue-entendre/>

Revue de l'Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs, publiée par les publications Entendre, un service de l'AQEPa. Les numéros sont disponibles en ligne.

### Guide pratique à l'usage des parents : Votre enfant a une surdité ? Vous n'êtes pas seuls

[https://fd.dexero.com/repository/fds/files/public/site/guide\\_parents\\_v2017.pdf](https://fd.dexero.com/repository/fds/files/public/site/guide_parents_v2017.pdf)

Ce guide d'information et de ressources destiné aux parents constitue un outil de référence complémentaire aux services offerts par les différents professionnels actifs auprès des jeunes, de la naissance jusqu'à 21 ans.

## ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES PARENTS D'ENFANTS HANDICAPÉS VISUELS

### Guide d'accompagnement pour les parents : le plan d'intervention

[http://files.aqpehv.net/publications/spec/le\\_plan\\_d%27intervention.pdf](http://files.aqpehv.net/publications/spec/le_plan_d%27intervention.pdf)

Ce guide permet de se familiariser avec le plan d'intervention qui vise une meilleure intégration en milieu scolaire.

## ASSOCIATION SPORTIVE DES AVEUGLES DU QUÉBEC

### Publications

[www.sportsaveugles.qc.ca/publications/](http://www.sportsaveugles.qc.ca/publications/)

Cette section du site propose diverses publications de l'Association, notamment un *Manuel pour coureur non-voyant* et un document traitant de *L'activité physique et la déficience visuelle*.

## CANCHILD

[www.canchild.ca/fr](http://www.canchild.ca/fr)

L'organisme Canchild est une référence au Canada pour le trouble de l'acquisition de la coordination (TAC). Il s'agit d'un centre de recherche associé à l'Université McMaster, en Ontario. Le site de Canchild est en anglais; il propose tout de même des feuillets informatifs en français.

### Feuillelet informatif Les enfants présentant un trouble de l'acquisition de la coordination

<https://www.yumpu.com/fr/document/read/24024680/trouble-de-lacquisition-de-coordination-canchild-canchild->

### Dépliant Réussir à l'école : Des adaptations pour les étudiants ayant des difficultés de coordination

[https://www.canchild.ca/system/tenon/assets/attachments/000/000/272/original/dcd\\_succeeding\\_school\\_French.pdf](https://www.canchild.ca/system/tenon/assets/attachments/000/000/272/original/dcd_succeeding_school_French.pdf)

## CARTE ACCOMPAGNEMENT LOISIR

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

Ce site permet de se renseigner sur la Carte accompagnement loisir et de la commander sans frais. La carte assure l'accès gratuit (dans les institutions participantes) à l'accompagnateur d'une personne âgée d'au moins 12 ans ayant un handicap, une déficience physique ou intellectuelle ou un problème de santé mentale et qui nécessite une aide.

## CONFÉDÉRATION DES ORGANISMES DE PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC (COPHAN)

### Liste des membres de la COPHAN

<http://cophan.org/vie-associative/liste-des-membres/>

Cette page du site Web de la COPHAN présente tous les organismes membres de la Confédération ainsi que leurs coordonnées.

## **FONDATION DES AVEUGLES DU QUÉBEC – VISA POUR LA VUE**

<https://fondationdesaveugles.org/wp-content/uploads/2019/10/Visa-pour-la-vue.pdf>

Cette brochure regorge d'informations sur la santé de l'œil et sur la prévention quant aux maladies dont il peut être affecté.

## **FONDATION DES SOURDS DU QUÉBEC – COURS À DISTANCE SUR LA LANGUE DES SIGNES QUÉBÉCOIS (LSQ)**

[www.courslsq.net/ewac/main/login.php](http://www.courslsq.net/ewac/main/login.php)

La Fondation des Sourds du Québec offre gratuitement un cours à distance sur la langue des signes québécoise.

## **FONDATION INCA – FORMATIONS EN TECHNOLOGIES ADAPTÉES**

<https://cnib.ca/fr/programmes-et-services/techno/formations-en-technologies-adaptees-0?region=qc>

Cette page contient les formations en technologies adaptées offertes chez INCA. Elles permettent aux personnes vivant avec une déficience visuelle d'en connaître plus sur différents outils facilitant l'accessibilité aux technologies.

## **GOVERNEMENT DU CANADA – DÉDUCTIONS ET CRÉDITS D'IMPÔT POUR LES PERSONNES HANDICAPÉES**

<https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/segments/deductions-credits-impot-personnes-handicapees.html>

Trouvez de l'information à propos des déductions et crédits d'impôt disponibles pour les personnes handicapées, leurs proches aidants et les membres de leur famille.

## **HUDDOL**

[www.lereseauaidant.ca](http://www.lereseauaidant.ca)

Huddol est une plateforme sociale canadienne, entièrement consacrée aux proches aidants. Elle permet de mettre en relation les proches aidants entre eux, mais aussi avec un réseau grandissant de professionnels, d'intervenants et d'organismes.

## **KÉROUL - LE QUÉBEC POUR TOUS**

<http://lequebecpourtous.com>

Le Québec pour tous, c'est une base de données de plus de 1 700 entreprises touristiques évaluées par Kéroul et certifiées « totalement ou partiellement accessibles » et réparties dans 20 régions uniques. Vous êtes à la recherche d'une destination inspirante, authentique et accessible ? Ça tombe bien !

## **LACCOMPAGNATEUR.ORG**

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

L'Accompagnateur est un site Internet qui a été développé par les parents d'enfants handicapés dans le but de venir en aide à d'autres parents vivant la même situation.

## **OFFICE DES PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC - SECTION « SOUTIEN À LA PERSONNE »**

[www.ophq.gouv.qc.ca/joindre-loffice/soutien-a-la-personne.html](http://www.ophq.gouv.qc.ca/joindre-loffice/soutien-a-la-personne.html)

Dans la section « Soutien à la personne » du site Web de l'Office, vous trouverez les différents programmes de soutien offerts par l'Office.

## **RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC – PROGRAMMES D'AIDE**

[www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/programmes-aide/Pages/programmes-aide.aspx](http://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/programmes-aide/Pages/programmes-aide.aspx)

Vous trouverez sur cette page différentes formes d'aides offertes par la Régie, entre autres pour des déficiences auditives, visuelles et physiques.



## REVENU QUÉBEC – CRÉDITS D'IMPÔT

Ce site fournit de l'information à propos de divers crédits d'impôts ainsi que de soutien financier.

### **Crédit d'impôt pour frais médicaux**

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-frais-medicaux/>

### **Crédit d'impôt pour personne aidante**

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-personne-aidante/>

### **Crédits d'impôt relatifs à la prime au travail**

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credits-dimpot-relatifs-a-la-prime-au-travail/>

### **Montant pour déficience grave et prolongée des fonctions mentales ou physiques**

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/montant-pour-deficience-grave-et-prolongee-des-fonctions-mentales-ou-physiques/>

### **Personne handicapée**

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/votre-situation/personne-handicapee/>

## SOCIÉTÉ CANADIENNE D'HYPOTHÈQUES ET DE LOGEMENT (SCHL)

[www.cmhc-schl.gc.ca/fr](http://www.cmhc-schl.gc.ca/fr)

Site Web qui vous donnera accès à des centaines de feuillets d'information sur de nombreux aspects à considérer lorsqu'on souhaite rendre accessible une habitation. Pour commencer votre recherche, vous pouvez inscrire la mention « votre maison une habitation accessible dès la conception » dans la boîte de recherche du site. Vous pouvez lire à l'écran, imprimer ou commander par la poste les informations qui vous intéressent.

### **Logements accessibles et adaptables**

[www.cmhc-schl.gc.ca/fr/developing-and-renovating/accessible-adaptable-housing](http://www.cmhc-schl.gc.ca/fr/developing-and-renovating/accessible-adaptable-housing)

La Société offre une aide financière pour permettre aux propriétaires-occupants et aux propriétaires-bailleurs de payer le coût des modifications apportées pour rendre leur propriété plus accessible aux personnes handicapées.

## **SOCIÉTÉ CANADIENNE DE RECHERCHE INTESTINALE**

<https://badgut.org/?lang=fr>

La mission de la Société GI est d'améliorer la vie des personnes atteintes d'affections gastro-intestinales et hépatiques, à appuyer la recherche, à préconiser l'accès adéquat des patients aux soins de santé et à promouvoir la santé gastro-intestinale et la santé hépatique. Vous trouverez des articles et de nombreuses ressources informatives traitant de ces aspects sur leur site. Vous trouverez également des brochures à imprimer ou à commander gratuitement dans la section « Publications ».

## **SURDITÉ.ORG – CENTRE DE COMMUNICATION ADAPTÉE**

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

Site Web dédié à la surdité sur lequel vous pouvez chercher des organismes présents dans votre région, avoir accès à de l'information sur la formation adaptée aux personnes sourdes ou malentendantes ainsi que connaître les services qui sont développés à travers le Québec. Surdité.org propose également l'Espace Francosourd, un réseau social pour les sourds.

## **VOYAGE AU CENTRE DE L'AUDITION**

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

La section « Grand public » présente de l'information sur tout ce qui touche à l'audition et à ses principales pathologies (surdités et acouphènes) et fournit des renseignements sur les dangers liés à une exposition aux sons trop intenses.

## **WEB ACCESSIBILITY INITIATIVE – OUTILS ET TECHNIQUES**

<https://www.w3.org/WAI/people-use-web/tools-techniques/fr#presentation>

Cette page introduit quelques techniques et outils que les personnes atteintes de handicaps utilisent pour interagir avec le Web : réglages de navigateurs, synthèse vocale, reconnaissance vocale et bien d'autres.

# PORTAILS D'INFORMATION DE SANTÉ

Des sources qui offrent de l'information fiable et de qualité sur la santé et les saines habitudes de vie.

## GOVERNEMENT DU CANADA – SANTÉ

[www.canadiensensante.gc.ca](http://www.canadiensensante.gc.ca)

Présente de l'information fiable et facile à comprendre sur la santé et la sécurité à l'intention des Canadiens.

## GOVERNEMENT DU QUÉBEC – SANTÉ

[www.quebec.ca/sante/](http://www.quebec.ca/sante/)

Propose une information simple, pratique et fiable pour aider à faire face à un problème de santé et à mieux utiliser les services de santé québécois.

## MEDLINEPLUS

[www.nlm.nih.gov/medlineplus/medlineplus.html](http://www.nlm.nih.gov/medlineplus/medlineplus.html)

*MedlinePlus* est un réseau qui fait autorité, offrant de l'information détaillée associée à une multitude de problématiques en santé, produit par la National Library of Medicine (Maryland, États-Unis). Bien que l'interface d'interrogation soit en anglais, il est possible de dénicher de l'information dans d'autres langues, notamment le français (<https://medlineplus.gov/languages/french.html>).

## PASSEPORTSANTÉ.NET

[www.passeportsante.net](http://www.passeportsante.net)

*PasseportSanté.net* offre au grand public une information factuelle pratique et objective sur la prévention de la maladie et l'acquisition de saines habitudes de vie. Avec la collaboration d'experts œuvrant dans le domaine, ce site francophone offre un contenu de qualité.

# BASES DE DONNÉES EN SANTÉ

## Bases de données en libre accès

Voici une sélection de ressources à consulter pour vous aider à trouver de la documentation pertinente. **Les bases de données ci-dessous sont accessibles gratuitement et sans abonnement.**

### CISMEF

[www.chu-rouen.fr/cismef](http://www.chu-rouen.fr/cismef)

Le Catalogue et Index des Sites Médicaux de langue Française (CISMeF) est un projet initié par le Centre Hospitalier Universitaire de Rouen en France. Il rend accessibles des ressources francophones provenant de plusieurs pays relativement à la médecine factuelle et à une information incontournable en santé destinée aux patients et au grand public.

### GERMAIN

<http://catalogue.iugm.qc.ca>

Germain est le catalogue de l'Institut universitaire de gériatrie de Montréal (IUGM) et couvre les domaines de la gériatrie et de la gérontologie. Il facilite le repérage et la localisation de plus de 17 000 documents, qui proviennent de sources fiables (instituts de recherche, organismes gouvernementaux, etc.). Il permet aussi d'accéder à de la littérature grise, produite en dehors des circuits commerciaux de l'édition. Germain est la plus importante source de références francophones en gériatrie et en gérontologie d'Amérique du Nord.

### LISSA

[www.lissa.fr](http://www.lissa.fr)

LiSSa est une base de données de littérature scientifique en santé développée par l'équipe du CHU de Rouen à l'origine de CISMeF. Elle comprend plus de 800 000 références. Plus de 80 000 résumés en français sont également proposés.

## PUBMED CENTRAL

[www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc)

PubMed Central (PMC) est un dépôt numérique d'articles scientifiques du domaine de la santé qui ont été soumis au processus d'évaluation par les pairs (activité collective des chercheurs qui jugent de façon critique les travaux d'autres chercheurs). Les articles sont libres d'accès. L'interface est en anglais, mais il est possible de repérer des articles rédigés en français.

## SANTÉCOM

<http://catalogue.santecom.qc.ca>

Le Réseau Santécom rassemble les collections documentaires de 35 bibliothèques spécialisées dans le domaine de la santé et des services sociaux, ainsi que les publications de plus de 50 organismes et groupes de recherche québécois. Santécom est géré par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) et par l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS).

## Bases de données avec accès réservé aux abonnés

Vous cherchez à approfondir votre recherche d'information en santé ? Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BAnQ) permet la consultation à distance de plusieurs bases de données en santé. Nous avons sélectionné celles qui s'adressent à un large public. Notez que certaines ressources sont en anglais uniquement. La langue de l'interface et la langue du contenu de la ressource sont identifiées à la fin de chaque descriptif.

**Pour accéder aux bases de données de BAnQ, vous devez être abonné aux services à distance. Pour vous abonner : [www.banq.qc.ca/formulaires/abonnement](http://www.banq.qc.ca/formulaires/abonnement)**

Pour consulter les ressources à votre disposition sur BAnQ numérique, connectez-vous d'abord à votre dossier en utilisant votre numéro d'abonné et votre mot de passe de la bibliothèque.

Des guides et une sélection des ressources essentielles sont disponibles pour vous accompagner dans vos premiers pas sur la plateforme : <http://numerique.banq.qc.ca/apropos/debuter.html>

## CONSUMER HEALTH COMPLETE

<http://numerique.banq.qc.ca/ressources/details/5278>

Base de données regroupant périodiques, ouvrages de référence et sources médicales de diverses natures rassemblés pour répondre aux besoins des utilisateurs et non des professionnels de la santé. Couvre des questions entourant la santé, notamment, la médecine, le cancer, les drogues, l'entraînement physique, la nutrition, la santé des enfants et également les médecines alternatives. Ressource en plusieurs langues.

## E-CPS (COMPENDIUM DES PRODUITS ET SPÉCIALITÉS PHARMACEUTIQUES EN LIGNE)

<http://numerique.banq.qc.ca/ressources/details/6020>

Cette base de données permet de consulter plus de 2 000 monographies de médicaments, de vaccins et de produits naturels offerts au Canada. On y trouve des renseignements tels que les indications, les contre-indications, les mises en garde, les effets indésirables, les interactions médicamenteuses et la posologie. Cette ressource comprend également des répertoires (centres antipoison, organismes de santé, fabricants), un outil d'identification des produits et des glossaires. Ressource bilingue.

## EM PREMIUM (EMC-CONSULT)

<http://numerique.banq.qc.ca/ressources/details/5297>

Base de données en texte intégral contenant l'ensemble des traités de *L'Encyclopédie médico-chirurgicale* sur les différentes spécialités médicales ainsi que des revues du domaine de la santé. Les traités et les titres des revues médicales disponibles sont identifiés par un carré vert. Interface et contenu en français.

---

# SUGGESTIONS DE LECTURE

---

VOTRE BIBLIOTHÈQUE NE  
POSSÈDE PAS LE LIVRE QUE  
VOUS AIMERIEZ CONSULTER ?

INFORMEZ-VOUS SUR LE SERVICE DE  
**PRÊT ENTRE BIBLIOTHÈQUES.**  
VOTRE BIBLIOTHÈQUE POURRAIT AINSI  
OBTENIR POUR VOUS LE DOCUMENT  
DÉSIRÉ D'UNE AUTRE BIBLIOTHÈQUE.

# DOCUMENTAIRES

## Ouvrages généraux



### AU-DELÀ DES LIMITES : L'HISTOIRE DES SPORTS EN FAUTEUIL ROULANT

**Judith Lussier et Donald Royer.** Montréal : Flammarion Québec, 2019

C'est en sachant d'où l'on vient que l'on peut décider où l'on va. Chantal Petitclerc reprend cet adage dans la préface de ce livre qui retrace l'histoire des sports en fauteuil roulant. Abondamment illustré de photos d'archives et d'inspirants portraits d'athlètes, l'ouvrage raconte comment les parasports se sont constitués. De l'exploit à la reconnaissance, il relate les efforts de personnes résolues à défier à la fois leurs propres limites et celles de la société.



Aussi disponible sur [prenumerique.ca](http://prenumerique.ca)



### LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

**Claude Hamonet.** Paris : PUF, 2015, 125 p.

Cet ouvrage présente une définition du handicap et explique les interactions entre santé, culture et société à travers différentes approches : médecine de rééducation, gériatrie, gérontologie, psychiatrie, etc. Livre spécialisé.



### LE HANDICAP

**Pierre Rabischong.** Paris : PUF, 2015, 125 p.

Ce livre adopte une approche pluridisciplinaire de la question du handicap, au croisement de connaissances sociales, médicales, architecturales, juridico-administratives et technologiques. Le handicap n'est pas la déficience, mais la situation dans laquelle cette déficience devient une gêne. Livre spécialisé.





## **L'IDENTITÉ DE LA PERSONNE « HANDICAPÉE »**

**Marcel Nuss.** Paris : Dunod, 2011, 212 p.

L'auteur partage différentes réflexions et propositions pour une meilleure autonomie et un respect du corps, de l'intimité, de la sexualité et de l'identité des personnes handicapées.

# Accompagnement de l'adulte ayant une incapacité physique



## **HANDICAP, PERTE D'AUTONOMIE : OSER ACCOMPAGNER AVEC EMPATHIE**

**Marcel Nuss.** Paris : Dunod, 2016, 175 p.

L'essayiste, atteint d'une amyotrophie spinale, partage ses réflexions sur les personnes handicapées, leurs choix de vie, leurs rapports aux autres et à leur corps, les limites de leur autonomie et l'éthique de leur accompagnement.



## **ACCOMPAGNER LES PERSONNES HANDICAPÉES À DOMICILE : UNE VIE NÉGOCIÉE**

**Yves Lacroix.** Lyon : Chronique sociale, 2008, 284 p.

Handicapé physique décédé en 2006, l'auteur propose un programme de formation pour les accompagnants se destinant à exercer un métier auprès des personnes en situation de handicap. Le livre comporte de nombreux renseignements utiles aux proches aidants (conjoint, frères, sœurs, etc.).



## EN TOUTE SÉCURITÉ : UN PLAN D'AVENIR PERSONNALISÉ EN SIX ÉTAPES À L'INTENTION DES PERSONNES HANDICAPÉES

**Al Etmanski.** Vancouver : Planned Lifetime Advocacy Network; Montréal : F. Breton : Réseaux pour l'avenir, 2007, 171 p.

Ouvrage qui permet aux parents et aux proches d'une personne vivant avec un handicap de se poser les bonnes questions quant à l'avenir de cette dernière et d'y apporter des pistes de réponses grâce à un cheminement en 6 étapes.



## Comment vivre avec un handicapé respiratoire

**Daniel Pignier et Nadine Desmazes-Dufeu.** Paris : J. Lyon, 2002, 269 p.

Les auteurs, respectivement kinésithérapeute et pneumologue, proposent un plan de vie dans lequel toute la vie quotidienne des handicapés respiratoires doit être repensée et les activités reprogrammées.

# Accompagnement de l'enfant ayant une incapacité physique



## LA DYSPRAXIE : 100 QUESTIONS-RÉPONSES. COMPRENDRE ET AIDER LES ENFANTS AYANT UN TROUBLE D'ACQUISITION DES COORDINATIONS

**Nathalie Franc et Jessica Nesensohn.** Paris : Ellipses, 2016, 127 p.

Ce livre fournit des renseignements aux parents, aux enseignants, à la famille et à l'entourage des enfants et adolescents confrontés à ce trouble.



## LA DYSPRAXIE DE L'ENFANT : VOS GRANDES QUESTIONS, NOS MEILLEURES RÉPONSES

**F. Léger et P. Dalcourt.** Sherbrooke : SOS Dyspraxie, 2012, 161 p.

Ce recueil de questions-réponses est destiné aux parents d'enfants dyspraxiques du Québec. Il répond aux nombreuses préoccupations des parents. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.



## LE MIROIR BRISÉ : L'ENFANT HANDICAPÉ, SA FAMILLE ET LE PSYCHANALYSTE

**Simone Sausse.** Paris : A. Fayard-Pluriel, 2011, 201 p.

À l'aide de nombreux témoignages, un psychanalyste aborde les questions cruciales soulevées par l'enfant handicapé : exclusion, peur, différence.



## APPRENDRE MALGRÉ LE HANDICAP OU LA MALADIE

**Béatrice Descamps-Latscha et Yves Quéré.** Paris : Jacob, 2010, 237 p.

Les aspects pratiques de l'expérience pédagogique de « Votre école chez vous », dont la mission est d'enseigner à domicile auprès d'enfants handicapés, physiques et comportementaux, sont exposés et agrémentés de témoignages. L'ensemble constitue une réflexion sur les valeurs humanistes de l'enseignement. Livre spécialisé.



## ÉDUIQUER UN ENFANT DIFFÉRENT : STRATÉGIES DE COACHING POUR PARENTS, ENSEIGNANTS ET INTERVENANTS

**France Hutchison.** Montréal : Béliveau, 2010, 160 p.

Dans ce livre, France Hutchison, mère d'une enfant hyperactive présentant des défis d'apprentissage et aux prises avec des troubles neurologiques, partage son vécu, les obstacles rencontrés, les victoires prometteuses ainsi que les techniques qui lui ont permis d'obtenir les services dont elle avait besoin.



## LE BONHEUR DE L'ENFANT HANDICAPÉ

**Maurice Ringler.** Paris : Dunod, 2009, 163 p.

Un retour d'expérience basé sur la rencontre d'enfants déficients qui éprouvent indiscutablement un plaisir à être eux-mêmes, et qui aiment la vie. Des enfants qui se montrent confiants dans leurs capacités personnelles et dans leurs relations avec les autres. L'auteur y analyse les relations avec leur entourage et leurs éducateurs.



## LA DYSPRAXIE, UNE APPROCHE CLINIQUE ET PRATIQUE

**Évelyne Pannetier.** Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine, 2007, 123 p.

L'auteure définit ce qu'est la dyspraxie et ce qui la distingue des autres pathologies du développement. Elle propose des outils d'évaluation simples pour les intervenants de première ligne dans le diagnostic et l'orientation des enfants et adolescents dyspraxiques. Enfin, elle décrit les différentes étapes de la prise en charge de ces enfants. Livre spécialisé.



## MON CERVEAU NE M'ÉCOUTE PAS : COMPRENDRE ET AIDER L'ENFANT DYSPRAXIQUE

**Sylvie Breton et France Léger.** Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine, Centre hospitalier universitaire mère-enfant, 2007, 178 p.

Un livre-guide pour mieux comprendre ce handicap peu connu et aider l'enfant atteint à maximiser son potentiel. Livre spécialisé.



Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)



## COMPRENDRE L'ENFANT HANDICAPÉ ET SA FAMILLE

**Maurice Ringler.** Paris : Dunod, 2004, 192 p.

Cet ouvrage met en lumière l'importance du contexte affectif dans le développement de l'enfant handicapé. L'auteur analyse tous les obstacles et les embûches à franchir pour finalement adopter une attitude juste envers ces enfants qui n'aspirent qu'à vivre normalement, au sein de leur famille et de leur communauté. Livre spécialisé.

## Douleurs chroniques



### **SE CHOISIR, POUR MIEUX VIVRE AVEC LA DOULEUR CHRONIQUE : ACCEPTER LA DOULEUR OUVRE LA PORTE AU BONHEUR**

**Nathalie Godin.** Québec : La [R]oupille, 2018, 394 p.

Grâce à son approche accessible et personnelle, l'auteure, elle-même atteinte de douleur chronique causée par la fibromyalgie, partage avec nous ses recherches, apprentissages et expériences des vingt dernières années. Elle nous propose une foule d'astuces pour apprivoiser la souffrance au quotidien et apprendre à s'en faire une alliée.



### **LES DOULEURS CHRONIQUES ET REBELLES**

**Suzy Soumaille et Valérie Piguet** (coll.). Genève : Planète santé, 2018, 199 p.

Explique ce que sont les douleurs rebelles et comment mieux les gérer en combinant des approches médicales, corporelles, psychologiques et sociales.



### **LA DOULEUR REPENSÉE : CE N'EST PAS PARCE QU'ON A MAL QU'ON DOIT NÉCESSAIREMENT SOUFFRIR**

**Dr Gaétan Brouillard.** Montréal : Éditions de l'Homme, 2017, 242 p.

La douleur peut s'immiscer dans notre vie de diverses façons et bouleverser notre quotidien. Lorsqu'elle devient chronique, elle peut nous faire souffrir autant physiquement que moralement. Le but de cet ouvrage est de remonter jusqu'aux racines de la douleur, sous toutes ses formes, pour mieux la comprendre et ainsi mieux la traiter et la soulager. Puisant dans sa vaste expérience auprès de milliers de patients, le Dr Brouillard y livre des explications éclairantes sur les causes physiques et psychologiques de la douleur. Surtout, il présente un éventail d'avenues possibles pour s'en libérer, des plus récentes percées médicales aux approches complémentaires, sans oublier les solutions naturelles, applicables à la maison.



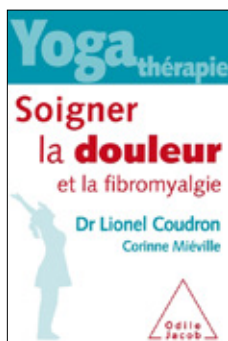
Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)



## LA DOULEUR NE ME LÂCHE PAS: COMPRENDRE LA DOULEUR CHRONIQUE POUR S'EN DÉTACHER

Jacques Grisart et Anne Berquin. Bruxelles: Mardaga, 2017, 198 p.

Après avoir présenté le rôle de la douleur dans le corps humain et l'impact de son installation chronique dans le quotidien du malade, les auteurs présentent les thérapies qui existent et leur adaptation à chaque cas en soulignant l'importance du contexte relationnel du malade.



## SOIGNER LA DOULEUR ET LA FIBROMYALGIE

Dr Lionel Coudron et Corinne Miéville. Paris: Odile Jacob, 2016, 208 p.

Des exercices de yoga en pas à pas et des conseils d'hygiène de vie pour apaiser les douleurs articulaires, inflammatoires, chroniques, intestinales ou encore liées à la fibromyalgie.



Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)



## LA DOULEUR: DE LA SOUFFRANCE AU MIEUX-ÊTRE

Marie-Josée Rivard et Denis Gingras (coll.). Paris: Librairie générale française, 2014, 249 p.

Guide pratique à destination des personnes en situation de souffrance chronique et de leur entourage, cet ouvrage explique les origines psychologiques et physiologiques de la douleur, informe sur les nouvelles approches thérapeutiques et donne des conseils pour la gérer au quotidien.

## Déficiences auditives



## RÉÉNTENDRE... ENFIN: LE GUIDE DE L'AUDITION POUR TOUS

Charles Butor. Paris: Dauphin, 2015, 239 p.

La baisse de l'acuité auditive est souvent considérée comme une fatalité, et ses conséquences mal connues n'incitent pas à sa prise en charge. Pourtant, dès que l'audition est altérée toute la vie sociale peut s'en trouver affectée. Ce guide pratique grand public est destiné à tous ceux dont l'ouïe commence à diminuer et à leur entourage.





## **VOTRE ENFANT A UNE SURDITÉ ? VOUS N'ÊTES PAS SEULS ! : GUIDE PRATIQUE À L'USAGE DES PARENTS**

**Charles Gaucher et Louise Duchesne.** Fondation des sourds du Québec et Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs, 2015, 122 p.

Guide pratique pour aider les parents auxquels on vient d'annoncer que leur enfant vivra avec une surdité à traverser les différentes étapes qui les attendent. Il s'agit d'un ouvrage qui rend compte à la fois de ce que vivent les parents à travers des témoignages et d'un outil qui contient des informations accessibles et compréhensibles. Il a pour but de briser l'isolement des parents qui, dès que le diagnostic de surdité leur est annoncé, s'engagent dans une aventure à laquelle peu d'entre eux sont préparés.



## **APPRENDRE À ÉCOUTER ET À PARLER : LA DÉFICIENCE AUDITIVE CHEZ L'ENFANT**

Sous la direction d'**Elizabeth Fitzpatrick et Suzanne P. Doucet.** Ottawa : Presses de l'Université d'Ottawa, 2013, 293 p.

Cet ouvrage porte sur la communication auditive-verbale chez l'enfant ayant une déficience auditive. Il s'adresse à la fois aux parents, aux enseignants et aux intervenants appelés à travailler auprès de ces enfants. Il offre une base pratique et théorique dans les domaines du langage, de la parole, des habiletés auditives et de la littératie.



Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)



## **L'AUDITION : GUIDE COMPLET**

Journée Nationale de l'Audition. Paris : J. Lyon, 2012, 311 p.

Ouvrage rédigé par un groupe de spécialistes qui aborde le thème de l'audition dans son ensemble : les sons et niveaux sonores, le système auditif, l'audition suivant les âges, les pathologies, les aides auditives, la protection de l'audition, les textes réglementaires, etc.

# Déficiences visuelles

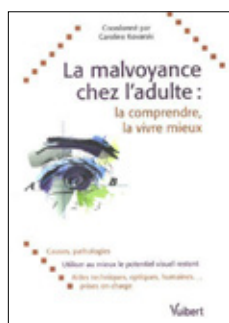


## L'ACCOMPAGNEMENT AU QUOTIDIEN DES PERSONNES DÉFICIENTES VISUELLES

**Josiane Heyraud et Christianne Almendros.** Toulouse : Érès, 2013, 227 p.

Cet ouvrage s'adresse aux parents d'enfants aveugles ou malvoyants et aux professionnels s'occupant de déficients visuels. Il donne les clés pour dépasser les difficultés du quotidien, connaître et transmettre les automatismes qui permettront aux malvoyants de gagner en autonomie et de s'intégrer plus facilement dans la vie sociale.

 Aussi disponible sur [prenumerique.ca](http://prenumerique.ca)



## LA MALVOYANCE CHEZ L'ADULTE : LA COMPRENDRE, LA VIVRE MIEUX

**Caroline Kovarski.** Paris : Vuibert, 2007, 399 p.

Synthèse des connaissances sur la réduction de la vision : ses causes, sa prise en charge, les aides techniques, humaines et optiques, la rééducation, etc. Le point sur les avancées médicales et techniques.



## COMMENT VIVRE AVEC UN AVEUGLE : DE LA NAISSANCE AU 4<sup>E</sup> ÂGE

**Antoinette Berveiller.** Paris : J. Lyon, 2004, 191 p.

S'adresse à l'entourage qui a besoin de conseils concrets pour aider la personne aveugle, pour un guidage matériel, pratique mais aussi psychologique. Après avoir différencié la cécité congénitale et la cécité tardive, le livre développe les étapes qui jalonnent la vie : l'enfant aveugle et l'adulte.



# Amour et sexualité



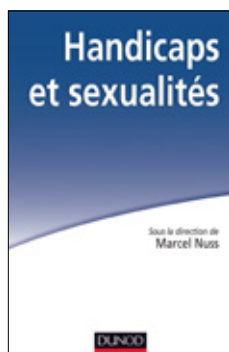
## **CORPS À CŒUR : INTIMITÉ, AMOUR, SEXUALITÉ ET HANDICAP**

**Sous la direction de Yves Jeanne.** Toulouse : Érés, 2014, 150 p.

Dans cet ouvrage, des personnes en situation de handicap disent leurs aspirations concernant leur droit à l'intimité et à la sexualité et témoignent des entraves qui y font obstacle. En écho, des sociologues, anthropologues, philosophes, sexologues et des professionnels engagés dans leur accompagnement éclairent les déterminants culturels ou sociaux qui leur bloquent l'accès à l'autonomie. Livre spécialisé.



Aussi disponible sur [prenumerique.ca](http://prenumerique.ca)



## **HANDICAPS ET SEXUALITÉS**

**Marcel Nuss.** Paris : Dunod, 2014, 274 p.

Témoignages et analyses de personnes et professionnels concernés par la question de la sexualité des personnes handicapées. Avec une proposition de dispositif d'accompagnement sexuel préparé par un collectif d'associations.



## **SEXUALITÉ ET HANDICAPS : ENTRE TOUT ET RIEN...**

**Catherine Agathe Diserens.** Saint-Maurice : Éd. Saint-Augustin, 2013, 225 p.

L'étude présentée dans ce livre montre que la satisfaction des besoins affectifs et sexuels contribue, entre autres, à une meilleure affirmation de soi et permet à ceux qui vivent avec un handicap de mieux se développer et de communiquer. Livre spécialisé.

## Accessibilité



### **GUIDE DES HANDI-VOYAGEURS : VOYAGES ADAPTÉS DANS LE MONDE, CONSEILS ET BONS PLANS**

**Dominique Auzias et Jean-Paul Labourdette.** Paris : Nouvelles éditions de l'université, 2014, 191 p.

Un guide de voyages aux quatre coins du monde privilégiant l'aspect de l'accessibilité. Avec des astuces et des conseils pratiques pour bien réussir son séjour à l'étranger malgré son handicap, qu'il soit moteur, auditif, visuel ou mental.

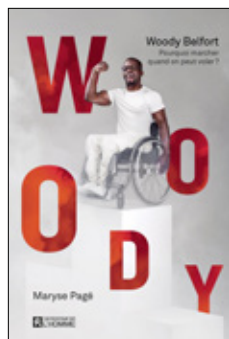


### **UNE MAISON ADAPTÉE : DES IDÉES ET DES ASTUCES POUR AMÉLIORER LE CADRE DE VIE DES PERSONNES DÉPENDANTES**

**Cécile Luquet.** Paris : Marabout, 2004, 127 p.

Handicap International et Leroy Merlin sélectionnent chaque année au Concours national des papas bricoleurs les 20 meilleures idées pour améliorer la vie quotidienne des enfants ou adultes handicapés. Cet ouvrage réunit une centaine de réalisations à faire soi-même, des projets et des idées d'aménagement du cadre de vie, organisés pièce par pièce. Avec une liste d'adresses (France) et de sites Internet.

# RÉCITS DE VIE, BIOGRAPHIES ET TÉMOIGNAGES



## WOODY BELFORT : POURQUOI MARCHER QUAND ON PEUT VOLER ?

**Maryse Pagé.** Montréal : les Éditions de l'Homme, 2020, 172 p.

Malgré un syndrome de Little, une forme de paralysie cérébrale infantile qui le prive en partie de l'usage de ses jambes, le jeune homme est membre de l'équipe de basketball du Québec en fauteuil roulant, participe à des compétitions de culturisme et s'entraîne en callisthénie. Il fréquente quotidiennement le métro de Montréal, utilisant ses bras aux muscles bien définis pour transporter son fauteuil et grimper les marches des escaliers interminables, tout en militant pour une meilleure accessibilité des personnes à mobilité réduite. Du haut de ses 23 années, Woody démontre d'éclatante façon que la sagesse et la détermination ne sont pas uniquement conditionnées par l'âge, mais aussi par une volonté à toute épreuve de faire mentir le destin.



Aussi disponible sur [prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



## TOUT EST POSSIBLE ! : ANDRÉ LECLERC, FONDATEUR DE KÉROUL

**René Kirouac.** Montréal : Kéroul, 2020, 404 p.

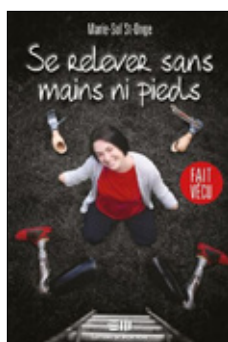
Découvrez l'histoire d'un homme déterminé ayant la paralysie cérébrale qui a changé le visage du tourisme accessible au Québec.



## CROIRE SANS VOIR

**Vincent Michel.** Paris : Les Éditions de Cerf, 2020, 327 p.

Non voyant de naissance, l'auteur raconte son parcours, de son enfance dans les années 1950 à la naissance de ses enfants en passant par ses études et son engagement social et politique. Chaque étape de sa vie révèle les difficultés qu'il a rencontrées et la façon dont il appréhende le monde.



## SE RELEVER SANS MAINS NI PIEDS

**Marie-Sol St-Onge.** Boucherville : Éditions de Mortagne, 2020, 272 p.

Chaque matin, Marie-Sol se réveille sans mains ni pieds. Puis, chaque soir, elle doit enlever ses prothèses de bras et de jambes pour dormir. La terrible perte de ses quatre membres aurait pu démolir ses rêves et ses objectifs, mais l'histoire s'est avérée tout autre. Quelques années plus tard, bénéficiant d'un certain recul sur les événements, cette artiste peintre passionnée, déterminée et persévérante raconte son quotidien singulier. On découvre tout l'optimisme qui l'habite, mais aussi les combats qu'elle a menés.

 Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](https://pretnumerique.ca)



## LES TOUT PETITS BONHEURS : LA LEÇON DE VIE D'UN JEUNE HOMME QUI CROIT QUE CHAQUE JOUR PEUT ÊTRE UN BON JOUR

**Henry Fraser.** Paris : Larousse, 2018, 159 p.

Le témoignage d'Henry Fraser, ancien rugbyman anglais paralysé de la nuque aux pieds depuis un accident de plongée à l'âge de 17 ans, et qui peint aujourd'hui des tableaux avec sa bouche. Il partage ici sa philosophie positive qui consiste à se concentrer sur ses possibilités plutôt que sur ses limites.

 Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](https://pretnumerique.ca)



## MARTHA : LES FORCES CACHÉES

**Steven Laperrière.** Saint-Lambert : Éditions La [R]oupille, 2018, 199 p.

Histoire d'inspiration avant tout, ce récit autobiographique présente la détermination, le courage, l'audace et la résilience de Martha Twibanire, femme immigrante, handicapée et monoparentale qui a su oser le changement pour modifier le courant de sa vie.



## VERS LA NUIT

**John Hull.** Paris : Éditions du Sous-sol, 2017, 221 p.

Le professeur de théologie a perdu la vue après plusieurs interventions chirurgicales. Il raconte ici son expérience de la cécité : la réalité quotidienne d'un aveugle, sa perception du monde et des autres.



Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)



## ALLER VOIR AILLEURS : DANS LES PAS D'UN VOYAGEUR AVEUGLE

**Jean-Pierre Brouillaud.** Paris 14 : Points, 2016, 264 p.

Placé dans un institut pour malvoyants, l'auteur décide de dépasser les limites imposées par son handicap et la société. Il part visiter le monde et voyage en Asie, en Afrique et en Amérique latine. Il décrit comment ce parcours initiatique lui a permis de se construire en tant qu'homme.



Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)



## SUR MES DEUX OREILLES

**Jacques Bardin.** Paris : Impliqués éditeur, 2015, 117 p.

Comment surmonter la surdité et les obstacles qu'elle met sur votre chemin ? Alternant humour et moments d'émotion, anecdotes et réflexions, l'auteur raconte les aventures et les mésaventures, les difficultés et les cocasseries du handicap.



## EN DÉPIT DU BON SENS : AUTOBIOGRAPHIE D'UN TÊTARD À TUBA

**Marcel Nuss.** Noisy-sur-École : Édition de l'éveil, 2015, 511 p.

Atteint d'amyotrophie spinale infantile, Marcel Nuss raconte sa vie de grand handicapé, les contraintes et les risques de sa maladie, son quotidien, ses joies et ses souffrances ainsi que son combat face aux limites et aux incohérences des systèmes de soins et administratifs sur la prise en charge du handicap.



## ET TU DANSES, LOU

**Pom Bessot et Philippe Lefait.** Paris : Stock, 2014, 204 p.

Il y a dix-sept ans, un hasard génétique a fait que l'enfant Lou présente des troubles du langage et des difficultés associées. La mère fait des livres et le père travaille à la télévision. Ce récit familial raconte les errances hospitalières, les complications liées aux prises en charge, une sœur aux petits soins, de bonnes rigolades, la question de la transmission.



## FRÈRES ET SŒURS DE PERSONNES HANDICAPÉES : LE HANDICAP EN VISAGES

**Charles Gardou.** Toulouse : Erès, 2012, 184 p.

Recueil de textes écrits par des personnes vivant ou côtoyant le handicap au quotidien. Ils y expriment leurs sentiments, leurs attitudes, leurs réactions, leurs faiblesses et leurs forces, leurs attentes.



## PARENTS D'ENFANT HANDICAPÉ : LE HANDICAP EN VISAGES

**Charles Gardou.** Toulouse : Érés, 2012, 179 p.

Recueil d'écrits émanant de parents côtoyant le handicap au quotidien. Ils y expriment leurs sentiments, leurs attitudes, leurs réactions, leurs forces et faiblesses, leurs attentes.



## JE SERAI TOUJOURS LÀ POUR TOI : DES PARENTS D'ENFANTS HANDICAPÉS TÉMOIGNENT

**Renée Turcotte.** Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine, 2008, 92 p.

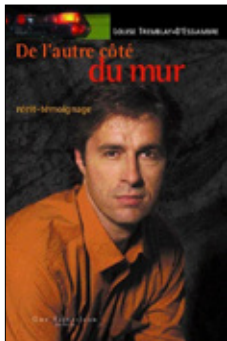
Dans le présent ouvrage, des parents témoignent de ce lien plus fort que tout, qui doit emprunter parfois des chemins différents, au-delà des mots, au-delà de la différence. On y fait la rencontre de mères et de pères qui vivent au quotidien cette réalité.



## **HANDICAPS : PAROLES DE FRÈRES ET SŒURS**

**Maria Carrier.** Paris : Autrement, 2005, 169 p.

Les frères et sœurs sont à la fois ce même et cet autre par rapport auquel chacun se construit. L'ouvrage s'interroge sur ce qu'il advient quand ce frère, ou cette sœur, présente un handicap physique ou mental. Une dizaine de personnes, femmes, hommes ou jeunes adolescents, entre 13 et 70 ans, témoignent de la vie qu'ils partagent ou ont partagée avec un frère ou une sœur handicapés.



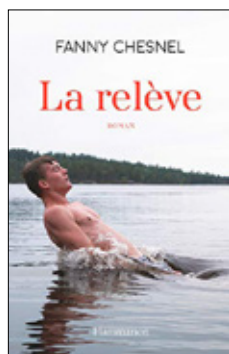
## **DE L'AUTRE CÔTÉ DU MUR**

**Louise Tremblay-D'Essiambre.** Laval : G. Saint-Jean, 2001, 208 p.

Beau et jeune, Gilles Morin avait tout pour lui. À 19 ans, alors qu'il revenait en moto, il frappe un mur de roc qui le laisse paraplégique. Ce livre dit sa révolte mais avant tout, Morin réussit à nous faire vivre le drame de ses proches.



## ROMANS

**LA RELÈVE**

**Fanny Chesnel.** Paris : Flammarion, 2020, 258 p.

César, 15 ans, se réveille un matin sans pouvoir bouger ses jambes. Affolée, sa famille lui fait faire des examens médicaux qui ne révèlent rien. L'affliction de César reste mystérieuse au sein d'un milieu familial qui tolère difficilement les fausses notes.



Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](https://pretnumerique.ca)

**JAZZ À L'ÂME**

**William Melvin Kelly.** Paris : Delcourt, 2020, 251 p.

Dans le Sud des Etats-Unis, Ludlow Washington, né aveugle, vit une enfance chaotique et solitaire. Doté d'un talent indéniable, il est accueilli à bras ouverts dans le monde du jazz où Bud Rodney le prend sous son aile. Lassé de jouer le même répertoire, Ludlow s'installe à New York et crée un nouveau style d'avant-garde. Les démons de son enfance ne tardent pas à le rattraper.

**LA BELLE LUMIÈRE**

**Angélique Villeneuve.** Paris ; New York : Le Passage, 2020, 236 p.

Alabama, 1880. Kate Keller met au monde Helen, destinée à devenir célèbre bien qu'elle soit aveugle, sourde et muette. Le récit porte sur cette mère restée dans l'ombre, parfois perçue comme une femme incapable.





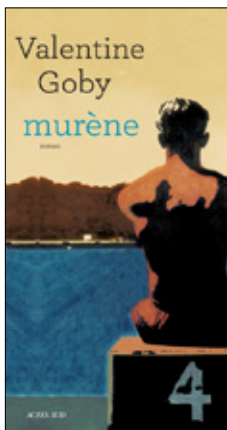
## PARCE QUE LES FLEURS SONT BLANCHES

**Gerbrand Bakker.** Paris : Bernard Grasset, 2019, 277 p.

Suite à un accident de voiture, la vie d'une famille bascule. L'un des enfants, Gerson, est blessé. Lorsqu'il sort du coma, il réalise qu'il a perdu la vue. L'adolescent ne parvient pas à accepter sa cécité et refuse toute aide. Les vacances d'été dans la maison des grands-parents sont l'occasion d'envisager un nouveau départ.



Aussi disponible sur [prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



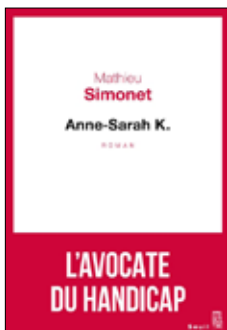
## MURÈNE

**Valentine Goby.** Arles : Actes Sud, 2019, 379 p.

Durant l'hiver 1956, François, 22 ans, perd ses bras dans un accident. Un jour, par-delà la vitre d'un aquarium, une murène lui réinvente un avenir et le propulse dans une aventure singulière, celle des balbutiements du handisport.



Aussi disponible sur [prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



## ANNE-SARAH K.

**Mathieu Simonet.** Paris : Seuil, 2019, 184 p.

L'avocat narre son amitié avec Anne-Sarah Kertudo, camarade d'études atteinte d'une maladie génétique affectant gravement sa vue et son ouïe. Lui-même homosexuel, ils se retrouvent en marge des normes sociales et apprennent tous deux à lutter pour la reconnaissance de leurs pairs.



## LA FORME DE L'EAU

**Guillermo Del Toro et Daniel Kraus**; traduit de l'anglais (États-Unis) par Isabelle Troin. Paris : Bragelonne, 2018, 375 p.

En 1963, dans le contexte de la guerre froide, Elisa Esposito, une femme de ménage muette, travaille au centre Occam de recherche aérospatiale. Elle découvre, caché dans une cuve, un homme amphibie capturé en Amazonie. Fascinée par la créature, elle établit avec elle une communication en langue des signes, mais Richard Strickland entend la faire disséquer avant que les Russes ne s'en emparent.



## LEÇONS DE GREC

**Han Kang**. Paris : Le Serpent à plumes, 2017, 183 p.

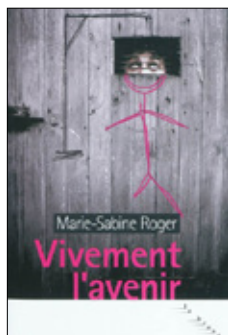
Une femme et un homme se rencontrent dans un cours de grec ancien. Elle perd sa voix, lui perd sa vue. Angoissés et isolés par leurs difficultés, ils cachent tous les deux leur handicap.



## LA VILLE HANDICAPÉE

**Steven Laperrière**. Saint-Lambert-de-Lauzon : Éditions La Roupille, 2016, 374 p.

Josianne Gagnon doit faire le deuil de sa brillante carrière de danseuse et affronter sa nouvelle réalité : la vie en fauteuil roulant. Les nombreux deuils imposés par ses limitations physiques succèdent aux soucis psychologiques. Comment faire face à la discrimination, à cette impression d'être « de trop » ? Comment vivre avec l'attitude des gens qui semblent la considérer comme un boulet pour la société ? Pire encore... comment réagir devant ces regards empreints de pitié ?



## VIVEMENT L'AVENIR

**Marie-Sabine Roger**. Arles : Actes Sud, 2016, 326 p.

Dans une petite ville de province, trois trentenaires paumés vont se rencontrer et prendre en charge un jeune homme handicapé physique et mental, considéré par tous comme un monstre.



Aussi disponible sur [prenumerique.ca](http://prenumerique.ca)



## L'ÉTRANGE PETIT MONDE DE MILO

**Virginia Macgregor.** Saint-Victor-d'Épine : Terra nova, 2014, 348 p.

À 9 ans, Milo est en train de perdre la vue : il ne voit plus que par un petit point de jour. Pourtant, quand sa grand-mère part en maison de retraite, il est le seul à s'apercevoir que quelque chose ne va pas dans l'établissement. Seul le cuisinier le croit. Accompagnés du cochon Hamlet, ils tentent de découvrir et de contrarier les plans de l'infirmière en chef.



## LES YEUX BANDÉS

**John Mikhaïl Asfour.** Montréal : Éditions du Noroît, 2014, 94 p.

Poésie. Dans une suite de poèmes parcourue d'une même thématique, l'auteur se sert de la métaphore du bandeau pour dévoiler à ceux qui voient, mais demeurent aveuglés, des sentiments complexes faits d'étrangeté, d'émotions et de pressions exercées par la société. Ces textes racontent la perte, l'abandon, l'aliénation vécus non seulement par les handicapés mais par tous les « hors-normes » de ce monde.



Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)



## MALENTENDUS

**Bertrand Leclair.** Arles : Actes Sud, 2013, 315 p.

Mêlant l'histoire intime à la cause collective autour de la surdité de son enfant, le narrateur mène l'enquête sur un drame familial, ses ambivalences inconscientes et ses non-dits dévastateurs.



Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)

# BANDES DESSINÉES



## L'ACCIDENT DE CHASSE

**David L. Carlson et Landis Blair** (ill.). Paris : Sonatine éditions, 2020, 437 p.

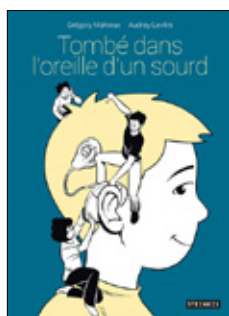
Chicago, 1959. A la suite du décès de sa mère, Charlie Rizzo part vivre chez son père Matt, qui a perdu la vue au cours d'un accident de chasse. Après avoir reçu la visite impromptue d'un officier de police, Matt raconte la véritable cause de sa cécité à son fils. Membre de la mafia des années auparavant, il a participé à un vol à main armée qui a mal tourné.



## CONCERTO POUR MAIN GAUCHE

**Yann Damezin**. Saint-Avertin : La Boîte à bulles, 2019, 112 p.

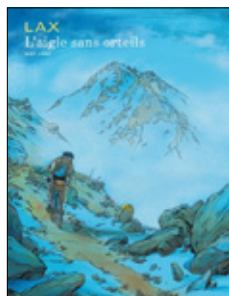
Le pianiste Paul Wittgenstein (1887-1961) perd son bras droit au cours de la Première Guerre mondiale. Il poursuit cependant sa carrière de concertiste.



## TOMBÉ DANS L'OREILLE D'UN SOURD

**Audrey Levitre et Grégory Mahieux** (ill.). Paris : Steinkis, 2017, 189 p.

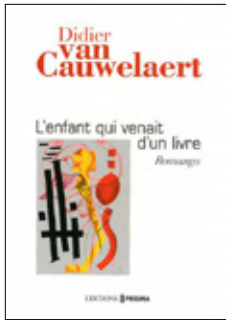
Grégory et Nadège ont deux garçons jumeaux, Charles et Tristan. Ils se rendent compte que Tristan ne réagit pas au bruit de la même façon que son frère vers l'âge de 6 mois. C'est pour eux le début d'un long parcours, du diagnostic de la surdité au choix de la langue des signes ou de l'implant, en passant par la communication avec lui et sa scolarisation.



## L'AGLE SANS ORTEILS

**Lax**. Marcinelle : Dupuis, 2012, 78 p.

Amédée est l'un des soldats charriant le matériel nécessaire à la construction de l'observatoire du Pic du Midi. Il y rencontre Camille, passionné du Tour de France. En hiver, revenu dans son village, Amédée veut s'acheter un vélo mais il est amputé des orteils qui ont gelé. Malgré tout, au fil des courses, il se hisse au côté des plus grands.



## L'ENFANT QUI VENAIT D'UN LIVRE : ROMANGA

**Didier van Cauwelaert, Patrice Serres (ill.) et Soÿ (ill.).**

Paris : Prisma, 2011, 160 p.

Louise, hôtesse d'accueil dans un salon du livre, est abordée par un petit garçon perdu. Quand elle lui demande son nom, il lui montre un manga, Zédérem, dont le héros lui ressemble. Qui est-il ? Louise s'efforce de découvrir le secret de cet enfant inconnu. Quelle vérité fuit-il dans l'imaginaire ? A-t-il, comme il le prétend, le pouvoir de guérir par la peinture une maladie orpheline ? Combine un roman et un manga.



## UNE CHANCE SUR UN MILLION

**Miguel A. Giner Bou et Cristina Durán (ill.).** Bruxelles : Dargaud Benelux, 2010, 126 p.

À la naissance de leur enfant, Cris et Miguel apprennent que Laia est atteinte d'une paralysie cérébrale infantile. Entre allaitement, massages et rééducation thérapeutiques, le récit de parents confrontés au diagnostic du handicap.

# OUVRAGES JEUNESSE



**3 À 6 ANS**

## LES OISEAUX D'ADEL

**Fatima Sharafeddine et Sara Sanchez** (ill.). Paris : Gallimard jeunesse, 2018, 23 p.

Adel est un petit garçon plein d'idées et de talents. Quand il fabrique des oiseaux en pliant de jolis papiers colorés, aucun bruit n'est susceptible de le déranger, pas même les rires des enfants qui jouent à l'extérieur, la sonnerie du téléphone et le vacarme de la machine à laver, qui résonne dans la cave. Lorsque sonne l'heure du repas, il raconte toutefois ses exploits à sa famille en utilisant uniquement ses mains.



**À PARTIR DE 3 ANS**

## Y'A DE LA VISITE !

**Isabelle Goupil et Julie Miville** (ill.). Montréal : les Jaseurs Bohèmes, 2018, 29 p.

La visite inattendue d'un dragon, Algo, qui crache et pète le feu selon ses humeurs, vient bouleverser la petite maisonnette. Dans ce huis clos familial, maman et enfant affronteront tous les imprévus qu'impose la présence de cette créature surprenante chez eux. À travers les prout ! prout ! d'étoiles et les crachats enflammés, la famille arrivera-t-elle à cohabiter avec ce nouvel intrus ?



**À PARTIR DE 3 ANS**

## ET ENCORE À L'ENVERS ! : L'AUTRE HISTOIRE DE DAGOBERT...

**Christine Teruel et Julie Eugène** (ill.) Prayssas : Arphilvolis, 2008, 32 p.

Le jeune roi Dagobert est très maladroit et très distrait : il perd toujours son chemin, s'emmêle les crayons, oublie ses affaires, et met même sa culotte à l'envers. Un vieux sage nommé Sintéloi se met en tête de l'aider. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.



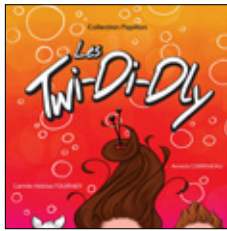
**4 À 6 ANS**

## VEUX-TU LIRE AVEC MOI ?

**Lawrence Schimel et Thiago Lopes** (ill.). Paris : Circonflexe, 2018, 21 p.

Antonio aimerait qu'on lui lise une histoire. Mais toutes les grandes personnes qu'il sollicite sont très occupées. Et voilà qu'il croise au bas de son immeuble un vieux monsieur aveugle. Et si, cette fois, c'était Antonio qui se mettait à lire ?




**4 À 9 ANS**

## LES TWI-DI-DLY

**Annick Corriveau et Camille-Héloïse Fournier** (ill.). Saint-Lambert : Éditions la Roupille, 2020, 32 p.

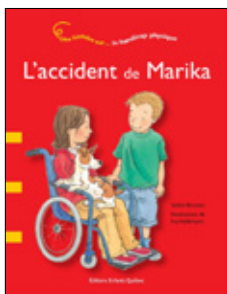
Jérôme, un enfant en fauteuil roulant, Sabine et le chat Henri vivent un moment de rire et de joie contagieuse à tenter de rattraper tous les petits Twi-Di-Dly qui se sont échappés d'un chapeau. Un outil pour les parents et éducateurs qui ont envie de sensibiliser les petits à la réalité des enfants handicapés.


**4 À 9 ANS**

## LES MAINS QUI PARLENT : LA SURDITÉ

**Brigitte Marleau.** Terrebonne, Québec : Boomerang, 2014, 25 p.

Au camp de jour, Léanie se lie d'amitié avec Rosalie, une fillette atteinte de surdité. Avec l'aide de Colette, une interprète, Léanie apprend quelques mots en langage des signes et répète une comptine avec sa nouvelle copine. Un bel outil d'intervention abordant avec simplicité et délicatesse la surdité. La déficience auditive et la surdité (signes, causes, dépistage, traitement) sont présentées en début d'ouvrage tandis que la dernière page propose une idée d'activité ainsi que des pistes pour exploiter l'album et approfondir le sujet traité.


**4 À 9 ANS**

## L'ACCIDENT DE MARIKA

**Stefen Boonen.** Saint-Lambert : Enfants Québec, 2007, 25 p.

Durant l'été, Marika a été victime d'un accident qui l'a rendue paraplégique. Désormais en fauteuil roulant, elle appréhende son retour à l'école. Cette histoire raconte comment, avec l'aide de son frère et de ses parents, Marika trouve le courage de vivre sa vie d'enfant malgré ses difficultés.


**4 À 9 ANS**

## MA GRANDE SŒUR AUDREY : LA PARALYSIE CÉRÉBRALE

**Brigitte Marleau.** Terrebonne : Boomerang, 2006, 24 p.

Timothée adore sa grande sœur Audrey avec laquelle il s'amuse follement, bien qu'elle soit atteinte de paralysie cérébrale. Aussi, lorsqu'un garçon ose lui dire au centre commercial que sa sœur n'est pas normale, il s'empporte et s'empresse de lui démontrer que sa sœur, même dans son fauteuil, gagne toutes les courses à pied.



5 À 9 ANS

## MA GARDIENNE EST SOURDE

**Noémie Forget.** Montréal : Québec Amérique jeunesse, 2011, 32 p.

Aglaré adore sa gardienne, Mimi. Avec elle, les journées ne sont jamais ordinaires. Pourquoi ? Parce qu'elle est enjouée, pleine d'idées et très gentille ? Oui, mais pas seulement ça... Mimi n'est pas une gardienne comme les autres. Elle est sourde. Cela n'empêche pas Aglaré de s'amuser toute la journée avec elle et son chien, Cowboy ! En compagnie de ce joyeux trio, l'univers mystérieux de la surdité nous est révélé. Et surtout, on découvre une chouette histoire d'amitié.

 Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)



6 À 9 ANS

## LES YEUX FERMÉS

**Catherine Latteux et Céline Guiné** (ill.). Sherbrooke : D'Eux, 2020, 33 p.

Mœ et Lily veulent aider un lapin à retrouver sa famille. Comment faire ? Un texte plein de poésie qui surprend à la toute fin, et qui donne une autre angle à la relecture.



6 À 9 ANS

## VIVRE AVEC UN HANDICAP

**Catherine Dolto, Colline Faure-Poirée et @obin** (ill.). Paris : Gallimard jeunesse, 2019, 25 p.

Plusieurs enfants vivent avec des handicaps physiques ou mentaux. Même s'ils rencontrent des difficultés, il leur est possible de mener leur vie à leur manière avec l'aide de leur entourage.



6 À 9 ANS

## LE LOUP QUI CHERCHAIT SA LOUPE

**Christian Oster et Thomas Baas** (ill.). Paris : Gallimard Jeunesse 2019, 30 p.

Un loup myope a entrepris l'écriture d'un livre sur la chasse aux lapins mais il doit s'arrêter afin de chercher sa loupe, qu'il a perdue. Lorsque son livre disparaît également, il part à sa recherche, notamment dans une prairie bibliothèque fréquentée par de nombreux lapins

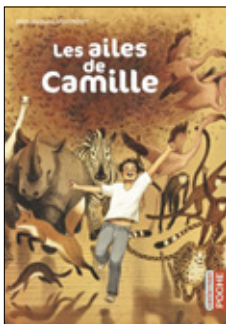



**6 À 9 ANS**

## LE RÊVE D'ÉLIOT

**France Quatromme.** Paris : L'Apprimerie, 2019, 45 p.

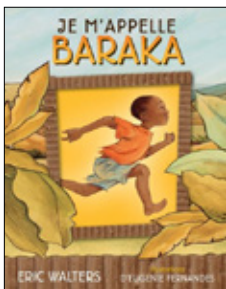
Eliot n'a ni pieds ni jambes mais il a deux amis dont il est inséparable. Sa grand-mère et son grand-père, le plus vieil ours de la forêt, lui prodiguent amour et conseils tandis qu'avec ses compagnons il décide de construire une machine volante extraordinaire pour aller au bout de ses rêves. Avec une version numérique animée et interactive disponible en ligne.


**6 À 9 ANS**

## LES AILES DE CAMILLE

**Jean-Jacques Marimbert et Sibylle Delacroix** (ill.). Bruxelles : Casterman, 2015, 54 p.

À travers l'histoire de Camille, 9 ans, sourd depuis qu'il a eu les oreillons, ce récit analyse les sentiments d'un jeune enfant handicapé, son isolement et son angoisse.


**6 À 9 ANS**

## JE M'APPELLE BARAKA

**Eric Walters et Eugénie Fernandes** (ill.). Toronto, Ontario : Éditions Scholastic, 2015, 30 p.

Cette histoire raconte la vie d'un jeune garçon kenyan nommé Baraka atteint d'une incapacité physique. Baraka habite avec sa grand-mère et ses huit cousins dans un petit village pauvre. Sa grand-mère s'occupe d'eux et les aime tendrement, mais il n'y a jamais assez d'argent pour bien les nourrir et les vêtir. Baraka est très jeune et sa grand-mère est fatiguée et trop âgée pour prendre soin de lui. C'est avec tristesse qu'elle décide de le confier à un orphelinat.


**6 À 9 ANS**

## FERME LES YEUX

**Victoria Pérez Escrivá et Claudia Ranucci** (ill.). Paris : Syros, 2014, 27 p.

Deux frères discutent, l'un voyant l'autre non. Ce dialogue montre avec tendresse que le monde peut se ressentir de diverses manières.



6 À 9 ANS

## L'HISTOIRE DE MANOU : LE SINGE DYSPRAXIQUE

**Ginette Legendre.** Lévis : Éditions de la Francophonie, 2011, 24 p.

On suit le parcours d'un jeune singe atteint de dyspraxie. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.



6 À 9 ANS

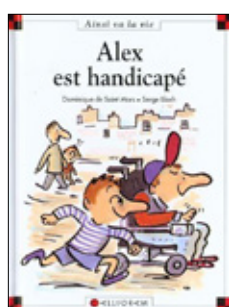
## UN BAISER POUR JULOS

**Christiane Duchesne et Mylène Pratt (ill.)** Saint-Lambert : Dominique et compagnie, 2010, 31 p.

Julos n'est pas comme les autres. Il est plus petit. Il ne court pas, ne nage pas et ne joue pas au ballon, mais il a un cheval du nom de Nero. Lola est nouvelle dans la classe. Elle a remarqué Julos et fait le chemin avec lui. Elle constate qu'il ne court pas. Celui-ci lui confie que ses jambes sont momentanément malades. Nero vient à leur rencontre et galope avec, sur son dos, un Julos heureux et une Lola qui pique d'invisibles baisers dans le dos de son cavalier.



Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)



6 À 9 ANS

## ALEX EST HANDICAPÉ

**Dominique de Saint Mars.** Fribourg : Calligram, 1998, 45 p.

Max a un nouveau copain de classe, Alex. Il est en fauteuil roulant. Tous deux apprennent à se connaître et deviennent de bons amis. Évidemment, des ajustements sont nécessaires comme dans quelque amitié que ce soit.


**6 À 9 ANS**

## MAX EST MALADROIT

**Dominique de Saint Mars et Serge Bloch** (ill.) Fribourg : Calligram, 1996, 45 p.

Avec ses amis, Max construit une cabane dans la forêt. Mais très vite sa maladresse exaspère les autres qui l'éjectent. Son grand cousin, à la maison pour le week-end, va l'aider, le conseiller, lui montrer les bons gestes... Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.


**6 À 10 ANS**

## MISSION BONHEUR T.5: COURAGE, LAURA!

**Jessie Williams**. Paris : Pocket jeunesse, 2018, 149 p.

Laura tente de s'habituer à la perte de sa vue. Ses parents l'ont inscrite à la Petite Ferme, où sa rencontre avec Peluche la petite chatte pourrait l'aider.



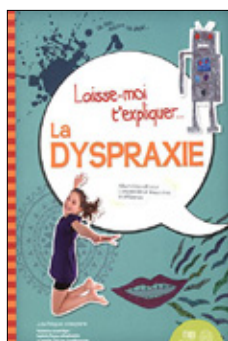
Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](https://pretnumerique.ca)


**À PARTIR DE 6 ANS**

## LA PETITE CASSEROLE D'ANATOLE

**Isabelle Carrier**. Vineuil : Bilboquet, 2009, 32 p.

Anatole traîne derrière lui une petite casserole, et au lieu de s'intéresser à ses qualités, les gens qui le croisent regardent surtout sa casserole... Sur le handicap et l'acceptation de la différence. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.


**7 À 12 ANS**

## LA DYSPRAXIE: ALBUM ÉDUCATIF POUR COMPRENDRE ET MIEUX VIVRE LA DIFFÉRENCE

**Julie Philippon**. Québec : Midi trente éditions, 2015, 39 p.

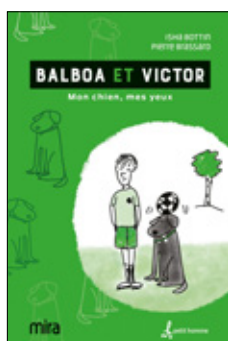
Destiné aux enfants d'âge scolaire et à leurs parents, cet album documentaire présente, un peu à la manière d'un scrapbook réalisé par un enfant, l'histoire de Camille, qui est dyspraxique. Cet ouvrage de vulgarisation explique aux enfants, dans leurs mots, ce qu'est la dyspraxie. Camille y aborde les difficultés et les questionnements liés à son intégration scolaire, à sa vie de famille et aux divers défis psychosociaux qu'entraîne sa condition. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.

**7 À 12 ANS**

## MON PRINCE EN CARROSSE

**Sophie Rigal-Goulard.** Paris : Rageot, 2014, 44 p.

Lorsque Paul arrive dans leur classe en fauteuil roulant, Maïlys et son amie Eulalie n'ont qu'une envie : faire que sa vie soit encore plus gaie. Bien dans sa peau, le petit garçon semble s'intégrer facilement. À l'occasion des Olympiades, des épreuves sportives qui opposent leur école à une autre, tous croient que Paul va rester spectateur. Mais il cache un secret que les autres vont finir par découvrir...

**8 À 9 ANS**

## BALBOA ET VICTOR : MON CHIEN, MES YEUX

**Isha Bottin et Pierre Brassard** (ill.). Montréal : Petit homme, 2020, 150 p.

Depuis qu'il a perdu la vue, Victor ne rêve que d'une chose : recommencer un jour à jouer au soccer. Impossible de jouer au soccer quand on est un non-voyant ? Pas quand on a comme chien-guide un superbe labernois nommé Balboa !

**8 À 9 ANS**

## LA LETTRE MYSTÉRIEUSE

**Véronique Massenot.** Montréal : Bayard jeunesse Canada, 2013, 48 p.

Lorsqu'il a appris qu'une maladie des os le contraindrait à se déplacer en fauteuil roulant pendant de longs mois, Martin a senti son univers s'écrouler, lui qui est un champion de gymnastique. Pour se donner du courage, il se promet que, s'il réussit à guérir, il réalisera son rêve : s'envoler vers la Chine.


**8 À 9 ANS**

## **VAS-Y! : HANDICAP OU PAS**

**Sylvie Baussier.** Paris : Syros, 2001, 62 p.

Une invitation aux gens dits « normaux » d'oublier les étiquettes et de découvrir chez les handicapés les aptitudes qu'ils ont développées et les richesses qu'ils ont. Une approche en quinze conseils et autant d'histoires illustrées avec humour.



Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)


**8 À 9 ANS**

## **VIVRE ENSEMBLE, LES DIFFÉRENCES : GUIDE POUR UN ENFANT CITOYEN**

**Laura Jaffé et al.** Paris : Bayard, 2000, 53 p.

Trois leçons; la première traite de la différence liée à un handicap; la deuxième, de la différence liée à sa nationalité d'origine, à ses coutumes, sa religion, etc.; la troisième, de la différence de son statut par rapport à celui des autres.


**9 À 12 ANS**

## **À LA DÉCOUVERTE DU BRAILLE : HISTOIRES ET USAGES**

**Marc Angelier, Marie Oddoux et Mélie Lychee (ill.).** Paris : Circonflexe, 2020, 95 p.

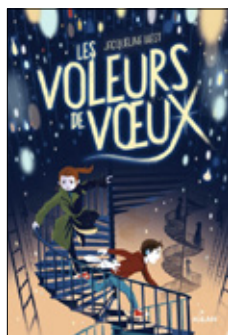
Ce guide pratique présente le braille en expliquant sa conception, son but, son histoire, son développement, sa diffusion et ses applications dans la vie courante.

**9 À 12 ANS**

## KIDNAPPING À LA CONFITURE

**Marie Lenne-Fouquet et Églantine Ceulemans** (ill.). Paris : Sarbacane, 2019, 204 p.

Trois enfants de 11 ans, Césarine, malvoyante, Chris, atteint de forte myopie, et Darian, timide maladif, trouvent toujours de drôles d'idées pour s'occuper comme tartiner de beurre la maison d'un voisin. Arrêtés par les gendarmes, ils écopent de travaux d'intérêt général dans une maison de retraite. Ils y rencontrent trois vieux cascadeurs loufoques et un infirmier intimidant surnommé le King.

**9 À 12 ANS**

## LES VOLEURS DE VŒUX

**Jacqueline West**; traduit de l'anglais (États-Unis) par Leslie Damant-Jeandel. Toulouse : Milan, 2019, 420 p.

Van, un jeune garçon malentendant, vit dans un monde où tous les vœux se réalisent. Mais une mystérieuse société secrète, les Collectionneurs, les vole. Van tente de les en empêcher. Prix d'excellence du Schneider family book award.

 Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](https://pretnumerique.ca)

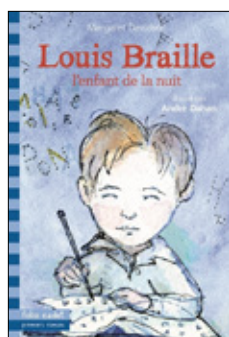
**9 À 12 ANS**

## GROS SUR LA TOMATE

**Dominique Brisson**. Paris : Syros, 2014, 81 p.

Bob est un petit garçon qui confond, déforme et mélange tout. Heureusement, il a Anna pour compagne de jeu, et sa mère pour le consoler. Une histoire pour en savoir plus sur les troubles dyslexiques, dysgraphiques ou dysphasiques. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.




**9 À 12 ANS**

## LOUIS BRAILLE, L'ENFANT DE LA NUIT

**Margaret Davidson et André Dahan** (ill.) Paris : Gallimard jeunesse, 2014, 99 p.

Roman qui retrace la vie de Louis Braille, qui devint aveugle à la suite d'un malheureux accident durant sa petite enfance, dans l'atelier de cuir de son père, mais pour qui ses parents et le père Palluy firent tout en leur pouvoir pour qu'il puisse s'instruire. Louis Braille est alors envoyé à Paris où il promet d'inventer un langage codé qui permettra aux aveugles de lire comme les autres écoliers.


**9 À 15 ANS**

## LA JEUNE FILLE ET LE SOLDAT

**Aline Sax et Ann de Bode** (ill.). Genève : La Joie de lire, 2017, 110 p.

Dans un pays en guerre, une jeune fille aveugle aime s'asseoir sur un banc, devant l'auberge où elle vit. Un jour, un soldat africain s'assoit près d'elle et lui parle de son pays, de sa femme et de son fils. La jeune fille évoque alors son père, parti pour le front. Une amitié naît au fur et à mesure de leurs discussions mais, un jour, le soldat ne vient plus. Elle part à sa recherche.


**9 À 15 ANS**

## LA SEULE FAÇON DE TE PARLER

**Cathy Ytak.** Paris : Nathan, 2015, 130 p.

Nine déteste le collège et souffre chaque matin de haut-le-cœur à l'idée de s'y rendre. Amoureuse d'Ulysse, le surveillant, elle entreprend de se rapprocher du frère de celui-ci, Noah. Elle s'aperçoit cependant que celui-ci est sourd. Avec des liens de sites Internet pour en savoir plus sur la langue des signes.



**9 À 15 ANS**

## HANDICAP : LE GUIDE DE L'AUTONOMIE

**Sylvie Allemand-Baussier.** Paris : Éditions de La Martinière jeunesse, 2008, 104 p.

Guide destiné aux adolescents handicapés traitant des grands thèmes de l'adolescence tels que les relations avec la famille, la vie affective, les relations amicales, les études, les loisirs, l'avenir, et apportant des informations, des témoignages, des réflexions et des conseils pour apprendre à surmonter la différence.

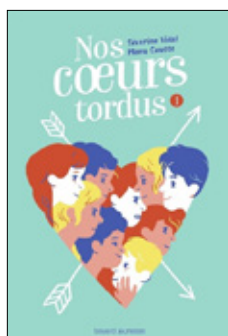
**10 À 14 ANS**

## SALE NUIT POUR LES TERREURS

**Gary Ghislain.** Paris : Seuil, 2018, 263 p.

Lorsqu'ils apprennent que Frank Goolz, un célèbre écrivain de livres d'épouvante, vient d'emménager juste à côté de chez eux, Harold et sa mère sont aussitôt obnubilés à l'idée de le rencontrer. Le hic, c'est que Harold se déplace en fauteuil roulant, et s'il a parfaitement adapté son mode de vie à son handicap, il n'est pas du genre à aller à la rencontre des gens, surtout depuis qu'il est devenu la cible d'une bande de vauriens de son école.

 Aussi disponible sur [prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)

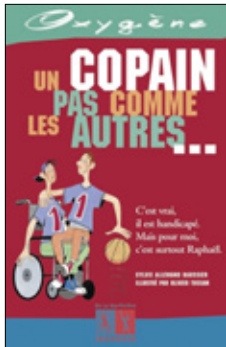
**10 À 14 ANS**

## NOS CŒURS TORDUS T.1

**Séverine Vidal et Manu Causse.** Montrouge : Bayard jeunesse, 2017, 223 p.

Vladimir, dit Vlad, est handicapé de naissance et nouvel élève au collège Georges-Brassens. Il est également passionné de cinéma et possède une personnalité attachante. Lou est séduite et Vlad tombe amoureux de la jeune fille, mais celle-ci sort déjà avec Morgan.

 Aussi disponible sur [prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)


**12 À 15 ANS**

## UN COPAIN PAS COMME LES AUTRES

**Sylvie Allemand-Baussier.** Paris : Éditions de La Martinière jeunesse, 2000, 105 p.

Devant les difficultés liées à l'attitude à adopter face aux personnes handicapées, l'auteure répond aux multiples interrogations des adolescents qui se trouvent confrontés de près ou de loin à cette situation. Elle leur explique comment communiquer avec ces personnes, comment les aider et ne pas les blesser tout en se protégeant.


**12 À 17 ANS**

## UNE VIE EN MILONGA

**Fanny Chartres.** Paris : L'École des loisirs, 2020, 199 p.

Angelo est sourd depuis l'âge de 5 ans suite à une méningite sévère qui a failli lui coûter la vie. Malgré les réticences de ses parents, Angelo a appris la langue des signes. Sa mère, qui a toujours espéré que son fils soit entendant, compte sur la pose des implants cochléaires pour réaliser son souhait. Angelo ne veut rien savoir d'entendre de nouveau, lui qui trouve les appareils inconfortables. Face au refus de sa mère, qui désire qu'il intègre une classe d'entendants dans sa ville, le garçon ne voit qu'une solution pour se faire enfin entendre : prendre la fuite.


**12 À 17 ANS**

## LES MOTS D'HÉLIO

**Nancy Guilbert.** Paris : Magnard jeunesse. 2019, 253 p.

À 15 ans, Hélio est passionné de sciences. À cause d'un accident, il subit un traumatisme crânien et perd l'usage de la parole, mais ses capacités de réflexion restent intactes. Sa mère étant elle aussi en état de choc, il est confié à une famille d'accueil. Ses hôtes finissent par s'ouvrir peu à peu en confiant leurs doutes et leurs espoirs.



12 À 17 ANS

## ET PLUS SI AFFINITÉS

**Sara Barnard et Cécile Leclère** (trad.). Varennes : AdA, 2018, 438 p.

Steffi a été une muette sélective pendant la plus grande partie de sa vie – elle est restée silencieuse pendant si longtemps qu'elle se sent complètement invisible. Mais Rhys, le nouveau garçon de l'école, la voit. Il est sourd, et à cause de sa connaissance de la langue des signes de base, elle est chargée de s'occuper de lui. Pour Rhys, cela lui importe peu que Steffi ne parle pas; ils trouvent des moyens différents pour communiquer. Steffi trouve qu'elle a une voix, et elle tombe amoureuse de la seule personne qui lui fait sentir assez courageuse pour l'utiliser.

 Aussi disponible sur [prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



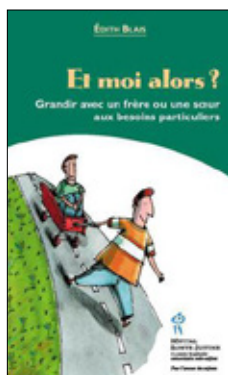
12 À 17 ANS

## LE VIEUX MONDE EST DERRIÈRE TOI

**Sylvie Baussier**. Paris : Fleurus, 2018, 239 p.

Quand Joël et Madeleine se rencontrent, les barrières et tes étiquettes volent en éclat. Pourtant tout devrait les séparer. Lui est aveugle, un peu écrasé par un frère très sûr de lui. Elle est l'énergie même, rêve d'être journaliste et protège son jeune frère Bruno, aveugle lui aussi. Ils apprennent à s'approprier et à résister aux préjugés, tandis que leurs parents organisent une association pour les aider à mieux vivre au quotidien. Ensemble, ils vont se battre pour exister comme les autres.

 Aussi disponible sur [prenumerique.ca](https://prenumerique.ca)



12 À 17 ANS

## ET MOI ALORS? : GRANDIR AVEC UN FRÈRE OU UNE SŒUR AUX BESOINS PARTICULIERS

**Édith Blais**. Montréal : Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, 2002, 107 p.

Cet ouvrage a pour objectif de donner aux enfants les moyens d'exprimer les émotions complexes et ambivalentes à l'égard de leur frère ou sœur qui a des besoins particuliers.


**15 À 17 ANS**

## DIS-MOI SI TU SOURIS

**Eric Lindstrom.** Paris : Nathan, 2016, 392 p.

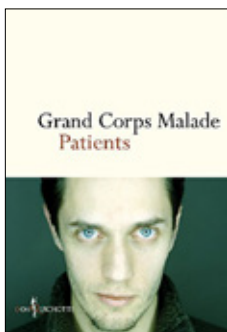
Parker est une jeune fille de 16 ans qui est aveugle. Pour communiquer avec les autres, elle a établi des règles. Depuis la trahison de Scott, son petit copain, elle a du mal à faire confiance aux gens et a décidé de ne plus donner de seconde chance à qui que ce soit. Mais la réapparition de Scott dans sa vie va chambouler tous ses principes.


**15 À 17 ANS**

## FREAK CITY

**Kathrin Schrocke.** Genève : La Joie de lire, 2013, 273 p.

Léa est une jolie fille, sourde de naissance. Mika tombe amoureux d'elle et apprend la langue des signes. Son entourage est sceptique et lui aussi commence à douter, le monde des sourds étant très différent du sien. Un roman sur l'amour et le handicap.


**15 À 17 ANS**

## PATIENTS

**Grand corps malade.** Paris : Don Quichotte, 2012, 163 p.

Le slammeur revient sur l'année qu'il a passée en centre de rééducation suite à l'accident dont il garde les séquelles. À vingt ans, les vertèbres déplacées après un plongeon dans une piscine peu profonde, il perd l'usage de ses jambes et les médecins lui annoncent qu'il restera probablement paralysé à vie.



Aussi disponible sur [prenumerique.ca](http://prenumerique.ca)

---

# SUGGESTIONS DE FILMS, SÉRIES ET ÉMISSIONS

---

## LE SAVIEZ-VOUS ?

LES BIBLIOTHÈQUES POSSÈDENT DE RICHES  
COLLECTIONS DE DVD ET BLU-RAY DISPONIBLES  
POUR LE PRÊT ET DONNENT ACCÈS À DES FILMS,  
SÉRIES ET ÉMISSIONS EN LIGNE. INFORMEZ-VOUS  
AUPRÈS DE VOTRE BIBLIOTHÈQUE.

# FICTION



G

## MERVEILLEUX

**Stephen Chbosky.** 2017, 113min. (v.o. : Wonder)

Drame (États-Unis). August Pullman est né avec une malformation du visage. Jusqu'à maintenant, sa mère lui a toujours fait l'école à la maison, mais c'est désormais le temps pour Auggy d'affronter la réalité et de fréquenter une école primaire normale. Comme ses parents le craignaient, le garçon est rapidement victime d'intimidation de la part de ses camarades de classe. L'enfant persévérera malgré les difficultés et finira par influencer positivement tous les gens qui graviteront dans son cercle. Parce qu'il faut parfois s'efforcer de voir au-delà de ce que nos yeux peuvent nous montrer.

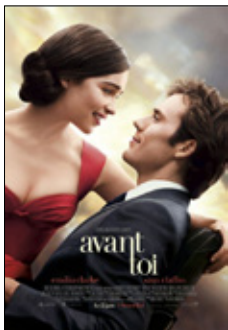


13+

## LA FORME DE L'EAU

**Guillermo del Toro.** 2017, 123 min. (v.o. : The shape of water).

Fantastique, Drame, Romance (États-Unis). En 1963, dans le contexte de la guerre froide, Elisa Esposito, une femme de ménage muette, travaille au centre Occam de recherche aérospatiale. Elle découvre, caché dans une cuve, un homme amphibie capturé en Amazonie. Fascinée par la créature, elle établit avec elle une communication en langue des signes, mais Richard Strickland entend la faire disséquer avant que les Russes ne s'en emparent.



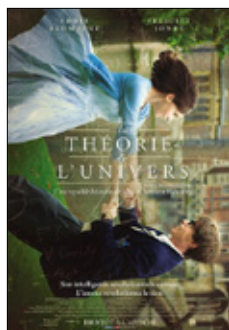
G

## AVANT TOI

**Thea Sharrock.** 2016, 110 min. (v.o. : Me Before You)

Drame (États-Unis). Récemment mise au chômage, Louisa Clarke, 26 ans, doit trouver un travail pour soutenir sa famille, puisque son père est lui aussi sans emploi. Cette jeune femme extravertie et souriante est rapidement engagée par Mme Traynor pour tenir compagnie à son fils William, paralysé depuis un accident de la route survenu deux ans auparavant.

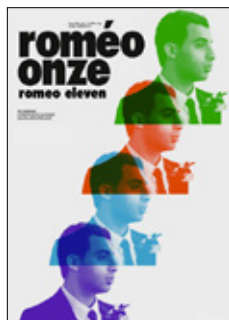




## LA THÉORIE DE L'UNIVERS

**James Marsh.** 2014, 123 min. (v.o. : The Theory of Everything)

Drame biographique (Grande-Bretagne). Stephen Hawking, brillant étudiant en cosmologie à l'Université de Cambridge, entend bien percer les mystères entourant la création de l'univers. Pendant ses études, il tombe follement amoureux de Jane Wilde, une étudiante en art. Alors que tout semble sourire au jeune couple, Hawking apprend, à l'âge de 21 ans, qu'il est atteint d'une terrible maladie qui doit le paralyser progressivement et le tuer en moins de deux ans. Malgré tout, Stephen et Jane décident d'unir leurs vies, de fonder une famille et de faire face à leur destin.



## ROMÉO ONZE

**Ivan Grbovic.** 2011, 89 min.

Drame (Québec). Affligé d'une atrophie musculaire aux jambes, Rami claudique. Complexé, désireux d'échapper au destin tracé par son étouffante famille d'immigrants libanais, le jeune homme sèche les cours au cégep et s'invente sur l'Internet un avatar, Romeo Onze, qui en mène large et voyage de par le monde. Lorsque par ce biais il attire l'attention d'une fille de rêve, Rami hésite à la rencontrer, craignant qu'elle ne le rejette une fois découvert le mensonge de son identité.

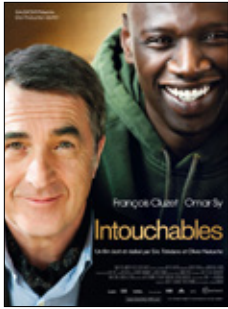


## LES YEUX NOIRS

**Nicola Lemay.** 2011, 14 min.

Film d'animation (Canada). Avec beaucoup d'inventivité, ce court métrage raconte l'histoire du jeune Mathieu, qui n'a jamais peur du noir parce qu'il y vit toujours, et se plaît à jouer au détective lorsque vient le jour de son anniversaire.





## INTOUCHABLES

**Eric Toledano et Olivier Nakache.** 2011, 112 min.

Comédie dramatique (France). À la suite d'un accident de parapente, Philippe, riche aristocrate, engage comme aide à domicile Driss, un jeune de banlieue tout juste sorti de prison. Bref, la personne la moins adaptée pour l'emploi. Deux univers vont se télescoper, s'approprier, pour donner naissance à une amitié aussi dingue, drôle et forte qu'inattendue, une relation unique qui fera des étincelles et qui les rendra... Intouchables.



## LA LIGNE DROITE

**Régis Wargnier.** 2011, 102 min.

Mélodrame (France). Leïla, ancienne athlète de haut niveau, a retrouvé la liberté après cinq années de prison. Elle rencontre Yannick, jeune athlète, qui vient de perdre la vue dans un accident. Malgré son handicap, Yannick peut continuer la course, mais avec un guide auquel il est attaché par un fil. Leïla va devenir sa guide et les projets de compétition vont les aider à se reconstruire, l'un avec l'autre...



## L'HOMME DE CHEVET

**Alain Monne.** 2009, 93 min.

Drame sentimental (France). Carthagène, Colombie. Léo, ex-boxeur quinquagénaire et sans-le-sou, décroche un boulot de cuisinier et de préposé aux soins de Muriel, une jeune Française au caractère difficile, devenue quadraplégique à la suite d'un accident. Contrairement à toutes les jeunes femmes qui l'ont précédé dans ses fonctions, Léo s'accroche malgré l'intransigeance de la patronne.



## DÉFI EN CHAISE ROULANTE

**Kaveh Nabatian.** 2005, 26 min.

Docufiction (Canada). Marc, qui est atteint de spina-bifida, est un expert au hockey-luge, sport que pratiquent avec vigueur d'autres jeunes qui, comme lui, n'ont pas l'usage de leurs jambes. Mathieu est un fan de hockey traditionnel, et il trouve bien difficile de vivre et de faire du sport sans ses jambes. À travers son expérience en fauteuil roulant, Mathieu découvre qu'un handicap physique peut être une occasion de s'épanouir autrement.

## DOCUMENTAIRES

### Incapacités physiques



#### **ÇA NE SE DEMANDE PAS... À DES JEUNES VIVANT AVEC UN HANDICAP**

**Ça ne se demande pas, AMI-Télé.** 2020, 25 min 20 s.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/ca-ne-se-demande-pas/media/ca-ne-se-demande-pas-a-des-jeunes-vivant-avec-un-handicap>

Ils ne sont pas encore entrés dans l'âge adulte, mais ils ont un regard très lucide sur la société et le monde qui les entoure. Être un enfant handicapé, c'est accepter tôt dans la vie les limitations de son corps. 9 jeunes en situation de handicap répondent aux questions du public.



#### **ÇA NE SE DEMANDE PAS... À DES PERSONNES ALBINOS**

**Ça ne se demande pas, AMI-Télé.** 2020, 22 min 55 s.

En ligne : [mitele.ca/category/ca-ne-se-demande-pas/media/ca-ne-se-demande-pas-a-des-personnes-albinos](https://www.mitele.ca/category/ca-ne-se-demande-pas/media/ca-ne-se-demande-pas-a-des-personnes-albinos)

Peu nombreux, l'apparence physique des personnes albinos les distingue d'entre tous. Bien au-delà de l'absence de couleur des cheveux, l'albinisme est un handicap sérieux.



#### **CRIP CAMP : LA RÉVOLUTION DES ÉCLOPÉS**

**James Lebrecht et Nicole Newnham.** 2020, 108 min. (v.o. : Crip Camp : A Disability Revolution)

Un camp d'été révolutionnaire galvanise un groupe d'ados handicapés et les incite à bâtir un mouvement, forgeant ainsi un chemin vers une plus grande égalité.



## ENGAGEZ-MOI

**Ici Tou.tv.** 2020.

En ligne : <https://ici.tou.tv/engagez-moi>

Engagez-moi suit 10 personnes avec des handicaps physiques ou intellectuels à travers leurs processus de recherche d'emploi et d'insertion sur le marché du travail.



## GROS PLAN : AVOIR UN ENFANT LOURDEMENT HANDICAPÉ

**Urbania.** 2020, 5 min 13 s.

En ligne : <https://urbania.ca/article/gros-plan-avoir-un-enfant-lourdement-handicape>

Avoir un enfant, c'est un boulot à temps plein. Être parents d'un enfant handicapé, c'est avoir plusieurs montagnes à gravir en même temps et c'est impossible d'y arriver tout seul.



## LA FORCE DU RIRE

**André Roy.** 2020, 46 min.

En ligne : <https://ici.tou.tv/la-force-du-rire>

Ce documentaire présente trois gars qui parlent de leurs différences et de leur cheminement dans la création d'un spectacle d'humour. Pierre Lambert est aveugle, Martin Saulnier est atteint de dystrophie musculaire et Christian « Kit » Goguen est atteint du syndrome de Gilles de la Tourette.



## LA LONGUE REMONTÉE

**AMI-Télé.** Saison 1, 2020.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/2949/season>

Suivez la réadaptation de quatre personnes dont le quotidien a été chamboulé et dont la vie a été complètement changée du jour au lendemain, à la suite d'un accident ou d'un grave trouble de santé. Ces personnes doivent composer avec des séquelles, réapprendre à marcher, accepter un nouveau corps qui n'est plus comme avant, recevoir l'aide des autres, apprendre à utiliser un fauteuil roulant ou réajuster leurs plans d'avenir.



## LES CAS LOURDS DE SURDICÉCITÉ

**Les diplômés de Mira** (épisode), **Unis TV**. 2020, 24 min.

En ligne : <https://www.tv5unis.ca/videos/les-diplomes-mira/saisons/1/episodes/1>

Dans cet épisode, nous suivons en parallèle Kayak et Bass, deux chiens Mira exceptionnels qui ont été dressés pour venir en aide à des personnes ayant un multihandicap en plus d'en apprendre plus sur le quotidien de ces personnes.



## PASSAGE À L'ÂGE ADULTE

**AMI-Télé**. 2020, 52 min.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/passage-a-lage-adulte-documentaires/media/passage-a-lage-adulte>

Passer de l'école à la vie active quand on est en situation de handicap est la réalité à laquelle se préparent Riley, Hayden et Cassia, trois jeunes Franco-Manitobains. Suivez-les pendant un an dans leur quête d'autonomie et du passage obligé vers l'âge adulte.



## PLAN LARGE

**AMI-Télé**. Saison 1, 2020.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/2953/season>

Plan large présente des reportages originaux rassemblés sous un même thème lié aux incapacités physiques et animé par Jessie Archambault.



## SOULEVER DES MONTAGNES !

**Cochon dingue** (segment), **Télé-Québec**. 2020, 3 min 51 s.

En ligne : <https://squat.telequebec.tv/publications/9242>

Ce n'est pas parce qu'on vit avec un handicap qu'on ne peut pas soulever des montagnes ! Dans l'épisode de ce soir, Laurie-Ève vient nous parler de son quotidien en fauteuil roulant.



## VIVRE AVEC LE SYNDROME D'ARLEQUIN

**Format familial** (segment), **Télé-Québec**. 2020, 6 min 32 s.

En ligne : <https://formatfamilial.telequebec.tv/emissions/117/avoir-un-enfant-atteint-d-un-syndrome-rare/476/vivre-avec-le-syndrome-d-arlequin>

Bianca discute avec les parents de Gabriel, atteint du syndrome d'Arlequin.



## 3, 2, 1... ON BOUGE !

**AMI-Télé**. Saison 1, 2019.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/2916/season>

Cette série met de l'avant l'activité physique adaptée, afin d'encourager les personnes ayant un handicap à avoir un mode de vie plus actif et à expérimenter de nouveaux sports.



## AVOIR UN ENFANT QUI A DES MALFORMATIONS PHYSIQUES

**Format familial** (segment), **Télé-Québec**. 2019, 6 min 32 s.

En ligne : <https://formatfamilial.telequebec.tv/emissions/89/avoir-un-enfant-qui-a-des-malformations-physiques/476/avoir-un-enfant-qui-a-des-malformations-physiques>

Bianca rencontre les parents de la petite Romy et discute autant des défis d'avoir une enfant différente que de notre rapport à l'image.



## ÇA NE SE DEMANDE PAS... À DES PERSONNES AMPUTÉES

**Ça ne se demande pas**, **AMI-Télé**. 2019, 24 min 54 s.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/ca-ne-se-demande-pas/media/ca-ne-se-demande-pas-a-des-personnes-amputees>

Leur corps est différent, leur handicap est visible. Le regard des autres, ils le connaissent. À travers les réponses à des questions qui nous feront rire autant qu'elles nous toucheront, on découvre des personnes sensibles et déterminées.



## ÇA NE SE DEMANDE PAS... À DES PERSONNES EN FAUTEUIL ROULANT

**Ça ne se demande pas, AMI-Télé.** 2019, 22 min 57 s.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/ca-ne-se-demande-pas/media/ca-ne-se-demande-pas-a-des-personnes-en-fauteuil-roulant>

Ils vivent sur deux roues. Ils voient le monde à hauteur de fauteuil. Ils sont confrontés chaque jour à l'accessibilité des lieux, des transports, des loisirs. Ils vous diront ce qu'ils en pensent en répondant aux questions anonymes du public. 8 personnes en fauteuil roulant, 8 situations différentes, mais une chose qui les unit : le fauteuil.



## DES FAMILLES COMME LES AUTRES

**AMI-Télé.** Saison 1, 2019.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/2925/season/1>

Guyline Guay reçoit des familles dont l'un des membres est en situation de handicap. Ensemble et accompagnés de spécialistes, ils explorent leur réalité, leurs défis et leurs bonheurs dans la différence.



## ENTREVUE AVEC MARTIN HOULE

**Deux hommes en or** (segment À deux, c'est mieux), **Télé-Québec.** 2019, 10 min.

En ligne : <https://video.telequebec.tv/player/28842/stream?assetType=episodes>

Martin Houle est le père de Mélodie, 17 ans, lourdement handicapée. Il est porte-parole de Parents pour toujours, un organisme qui soutient les parents d'enfants d'âge majeur, aux prises avec de lourds handicaps. Ce regroupement mène une bataille pour que l'État permette à ces familles de continuer de s'occuper de leurs enfants. Rien n'est prévu pour eux dans le premier budget de la CAQ.



## MÈRE QUADRAPLÉGIQUE

**Format familial** (segment) **Télé-Québec.** 2019, 6 min 15 s.

En ligne : <https://formatfamilial.telequebec.tv/emissions/103/mere-quadruple-gique>

Solène est devenue quadraplégique lors d'un accident à l'âge de 15 ans. Aujourd'hui, forte et résiliente, elle est mère de deux jeunes filles.





## TABLE RONDE : HANDICAP ET EMPLOI

**Les francs-tireurs** (segment), **Télé-Québec**. 2019, 17 min 46 s.

En ligne : <https://lesfrancstireurs.telequebec.tv/episodes/48911>

Les personnes vivant avec un handicap sortent enfin de l'ombre! Ils veulent des services, du respect, mais ils veulent surtout contribuer à la société active. Benoît rencontre trois personnes au parcours inspirant.



## JEUNES HANDICAPÉS : UNE VIE EN CHSLD

**Banc public**, **Télé-Québec**. 2018, 23 min.

En ligne : <https://bancpublic.telequebec.tv/emissions/emission-62/jeunes-handicapes-une-vie-en-chsld>

Lorsque les soins requis deviennent trop importants, beaucoup de Québécois aux prises avec un handicap n'ont d'autre choix que de se tourner vers un CHSLD. Alors que l'offre de soins de longue durée est de plus en plus dirigée vers les personnes âgées, est-ce que les jeunes handicapés peuvent espérer atteindre une certaine qualité de vie dans un tel environnement? Les CHSLD sont-ils vraiment la seule alternative?



## LES DÉFIS D'AVOIR UN ENFANT LOURDEMENT HANDICAPÉE

**Format familial** (segment) **Télé-Québec**. 2018, 5 min 48 s.

En ligne : <https://video.telequebec.tv/player/30754/stream?assetType=episodes>

Bianca rencontre Léa, et ses parents Sara et Chris qui partagent leurs défis d'avoir une enfant lourdement handicapée.



## QUELS SONT LES DÉFIS À RELEVER AFIN DE GAGNER SA VIE LORSQU'ON A UN HANDICAP PHYSIQUE IMPORTANT ?

**L'indice McSween** (segment), **Télé-Québec**. 2018, 4 min 55 s.

En ligne : <https://lindicemcsween.telequebec.tv/emissions/100487145/residence-pour-personnes-agees-se-qualifier-pour-le-rap/40580/quels-sont-les-defis-a-relever-afin-de-gagner-sa-vie-lorsqu-on-a-un-handicap-physique-important>

Alexandre Poce, tétraplégique, parle de son parcours professionnel et des défis à relever afin de gagner sa vie lorsqu'on a un handicap physique.



## **SPORTS SANS LIMITES**

**AMI-Télé.** Saison 1, 2018.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/sports-sans-limites/media/sports-sans-limites-8-juillet-2018>

Cette émission mensuelle couvre des événements sportifs amateurs, brosse des portraits d'athlètes, discute d'enjeux importants et donne des trucs et conseils pertinents. Elle s'adresse à tous, et particulièrement aux personnes en situation de handicap.



## **#HANDICAP**

**Format familial** (segment #sansfiltre), **Télé-Québec.** 2018, 3 min 48 s.

En ligne : <https://formatfamilial.telequebec.tv/emissions/79/la-fratrie/1269/handicap>

Les enfants rencontrent Julien, tétraplégique, et Chéryline, amputée.



## **AVOIR DES ENFANTS MALGRÉ UN HANDICAP**

**Format familial** (segment), **Télé-Québec.** 2017, 5 min 32 s.

En ligne : <https://formatfamilial.telequebec.tv/emissions/39/famille-et-handicap/476/avoir-des-enfants-malgre-un-handicap>

Bianca rencontre Geneviève et Alexandre, parents d'une petite famille; lui est atteint du spina-bifida. Ils discutent de leurs défis et de leurs réussites.



## **ÇA ME REGARDE**

**AMI-Télé** (série). (2017-)

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/%C3%A7a-me-regarde>

L'unique magazine de service sur le handicap. Chaque semaine, les animateurs des acteurs du changement et des experts du milieu du handicap dans le but de construire une société toujours plus inclusive. L'équipe de chroniqueurs s'agrandit avec notamment une nouvelle spécialiste en technologie accessible qui présentera toutes sortes d'applications et de conseils technos utiles au quotidien.



## LA FAMILLE POUR TOUS

**AMI-Télé.** Saison 1, 2017.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/2371/season>

Série documentaire qui aborde la vie au sein des familles dont un ou plusieurs membres – parents et/ou enfants – vivent en situation de handicap ou avec une condition de santé particulière.



## PAREIL PAS PAREIL

**AMI-Télé.** Saison 1, 2017.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/pareil-pas-pareil>

Magazine hebdomadaire qui présente, à travers une série de portraits, la réalité quotidienne des personnes handicapées, tant dans leur vie professionnelle que personnelle.



## INTÉGRATION OU INCLUSION ?

**Second regard, Radio-Canada.** Benoît Livernoche. 2016, 9 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/second-regard/2015-2016/segments/reportage/6800/integration-eleves-ecoles-handicaps>

Le Nouveau-Brunswick est une terre précurseur de l'inclusion de jeunes handicapés ou en retard d'apprentissage dans les classes ordinaires. On croit que pour bien intégrer un jeune handicapé ou en retard d'apprentissage, on doit inclure tout le monde pour que cela soit un succès.



## NOUS AVONS LE REGRET DE VOUS INFORMER...

**Heidi Janz et Eva Colmers.** 2015, 11 min.

En ligne : [https://www.nfb.ca/film/nous\\_avons\\_le\\_regret\\_de\\_vous\\_informer/](https://www.nfb.ca/film/nous_avons_le_regret_de_vous_informer/)

Dans une société qui met tout dans des cases et qui nous divise dans des catégories bien définies, où se situe une personne avec un esprit fort et un corps affaibli ? En suivant Heidi Janz dans sa vie quotidienne, avec sa série unique de responsabilités, d'occasions et de défis, *Nous avons le regret de vous informer* pose un regard sans pathos et sans complexe sur ce que ça signifie d'être à la fois « handicapé » et « productif ».



## UN « DERMOSQUELETTE » POUR RETROUVER LA LIBERTÉ DE MARCHER

**Le téléjournal, Radio-Canada.** Vincent Maisonneuve. 2015, 7 min.

En ligne : <http://ici.radio-canada.ca/nouvelle/736636/dermosquelette-amplificateur-force-jambes-b-temia>

La prothèse que l'ex-militaire Raymond Levasseur met à l'essai amplifie la force des jambes de ceux qui peinent à marcher.



## L'ÉCOLE HÔPITAL

**Écoles à l'examen, Télé-Québec.** 2013, 46 min.

Documentaire (Québec). L'école Victor-Doré accueille des enfants lourdement handicapés pour qui l'intégration à une école normale est impensable. Dans une des classes de maternelle, Maryse Chalifoux-Pressault, enseignante en adaptation scolaire fraîchement diplômée, met tout en œuvre pour favoriser l'épanouissement des six enfants qui lui ont été confiés. À quelques jours de la fin du mois de juin, c'est avec le cœur gros qu'elle laisse partir ses tout premiers élèves pour les vacances d'été.



## ALPHÉE DES ÉTOILES

**Hugo Latulippe.** 2012, 82 min.

Documentaire (Québec). Ce long métrage suit Alphée, une fillette atteinte d'une maladie génétique rare. Quand, par intuition, ses parents refusent son entrée dans une école spécialisée, toute la petite famille part s'installer en Europe pendant une année. Son papa, le cinéaste Hugo Latulippe, en profite alors pour favoriser les apprentissages de sa petite fée. Émouvante déclaration d'amour d'un père à sa fille, ce film relève aussi d'un pari, celui de voler un an à la vie et de renverser le cours des choses.



## LA WII COMME OUTIL THÉRAPEUTIQUE

**Découverte, Radio-Canada.** André Bernard. 2009, 2 min.

En ligne : <https://www.youtube.com/watch?v=2ZpEQEwYTgg>

D'abord conçue pour faire bouger les enfants, la console de jeu Wii est en voie de transformer la réadaptation des personnes accidentées ou handicapées. Faciles à utiliser, les outils thérapeutiques virtuels ouvrent un pan de la mémoire affective et cognitive, facilitent la réadaptation à travers le jeu et transforment la perception des séances de réadaptation. Aujourd'hui, la Wii devient un outil de thérapie un peu partout au Canada et aux États-Unis.



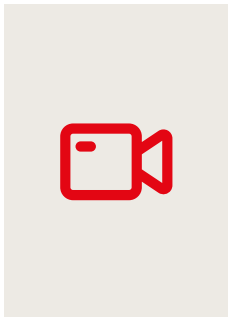
## SANS HONTE : L'ART D'ÊTRE HANDICAPÉ

**Bonnie Sherr Klein.** 2006, 71 min.

En ligne : [www.onf.ca/film/sans\\_honte\\_lart\\_detre\\_handicape/](http://www.onf.ca/film/sans_honte_lart_detre_handicape/)

Documentaire (Canada). Ce long métrage sur l'art, le militantisme et les personnes vivant avec un handicap propose un portrait de cinq artistes étonnants, y compris la réalisatrice Bonnie Sherr Klein. Avec un humoriste, une poétesse, un danseur et un sculpteur, Klein se rend dans diverses provinces canadiennes et aux États-Unis afin de créer des autoportraits aux multiples facettes. Un regard sur la passion de l'art et la vie avec un handicap, ses complications et ses richesses inattendues.

## Déficiences auditives



### ÇA NE SE DEMANDE PAS... À DES PERSONNES SOURDES

**Ça ne se demande pas, AMI-Télé.** 2019, 25 min 9 s.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/ca-ne-se-demande-pas/media/ca-ne-se-demande-pas-a-des-personnes-sourdes>

Ils ont un handicap invisible. 8 personnes vivant avec un handicap auditif ont accepté de répondre aux questions anonymes du public !



### DEAF U : LE CAMPUS EN LANGUE DES SIGNES

**Nyle DiMarco.** (2020-)

Dans cette série, un groupe uni d'étudiants raconte ses histoires et explore le quotidien à l'université Gallaudet, une université pour sourds et malentendants.



## LES OREILLES

**C'est une question de santé, Savoir média.** 2020, 27 min.

En ligne : <https://savoir.media/cest-une-question-de-sante-saison-3/clip/les-oreilles>

Le Dr Nadim Korban, otorhinolaryngologiste et chirurgien cervico-facial à l'Hôpital Notre-Dame, parle d'otite du baigneur, des acouphènes et des problèmes d'audition induits par le port prolongé d'écouteurs. Sourde de naissance, Marie-Pierre Petit nous parle de son quotidien, alors que l'avenir de la science explore la thérapie génique contre la surdité.



## MONDE DES SOURDS

**Banc Public** (segment), **Télé-Québec.** 2017, 17 min 31 s.

En ligne : <https://bancpublic.telequebec.tv/emissions/emission-40/31401/monde-des-sourds>

Les sourds partagent le monde en deux catégories : ceux qui communiquent à l'aide de la parole et ceux qui communiquent à l'aide des signes. Selon ce point de vue, la surdité est une différence culturelle et non un handicap. Guylaine rencontre Véro Leduc qui est sourde de naissance. Elle nous parle du mur de silence entre le monde des entendants et celui des sourds.



## LES MOTS QUI DANSENT

**Yves Étienne Massicotte.** 2014, 44 min.

En ligne : [www.onf.ca/film/mots\\_qui\\_dansent/](http://www.onf.ca/film/mots_qui_dansent/)

Documentaire. Ce long métrage met en scène de jeunes artistes sourds qui, après avoir passé une enfance inconfortable dans la zone grise entre les cultures orale et sourde, sont entrés dans l'âge adulte en proclamant leur identité sourde. Ce film démontre comment ils contribuent à bâtir et à faire rayonner la culture sourde, par la voie des arts.



## LA SCIENCE DE L'OUÏE

**The nature of things.** Elise Swerhone. 2008, 49 min.

La musique est sans doute l'une des plus belles choses que nous permet d'apprécier l'ouïe. Mais pourquoi est-elle si importante pour nous et pourquoi a-t-elle un si grand effet sur le cœur humain? Pour répondre à cette question, *La science de l'ouïe* nous fait passer par l'appareil auditif et le cerveau jusqu'au cœur de la psyché humaine. Tout au long de ce voyage passionnant, le documentaire rencontre des neurologues réputés mondialement, des personnes fascinantes qui perçoivent la musique à défaut de l'entendre et des médecins qui, par leurs recherches avancées, aident les personnes sourdes et malentendantes à recouvrer l'ouïe.

## Déficiences visuelles



### ÇA NE SE DEMANDE PAS... À DES PERSONNES AVEC UN HANDICAP VISUEL

**Ça ne se demande pas, AMI-Télé.** 2019, 25 min 10 s.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/ca-ne-se-demande-pas/media/ca-ne-se-demande-pas-a-des-personnes-avec-un-handicap-visuel>

Certains n'ont jamais vu de leur vie, d'autres sont devenus aveugles à l'âge adulte. 8 personnes vivant avec un handicap visuel répondent aux questions du public!



### LES COMPLICES

**AMI-Télé.** Saison 1, 2019.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/2914/season>

Dans cette série, soyez témoins des relations qui se tissent entre une personne handicapée visuelle et celui ou celle qui l'accompagne. On suit six duos qui apprennent à collaborer.





## PARENT AVEUGLE

**Format familial** (segment), **Télé-Québec**. 2019, 7 min.

En ligne : <https://formatfamilial.telequebec.tv/emissions/91/parent-aveugle/476/papa-aveugle>

Bianca rencontre un père aveugle et son fils Williams, demi voyant.



## AIMEZ LES CANES... AVEUGLÉMENT !

**La semaine verte** (segment), **Radio-Canada**. 2020, 7 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/la-semaine-verte/site/segments/reportage/202934/cannes-blanches-handicap-visuel>

Chaque matin, ils récoltent 250 œufs, un par un, à la main. Vivre avec un handicap n'a pas empêché ce couple de fonder leur ferme écoresponsable. Voici un portrait inspirant, une histoire d'amour et de détermination.



## LES SEMI-VOYANTS ET AVEUGLES

**Les diplômés Mira** (épisode), **Unis TV**. 2020, 24 min.

En ligne : <https://www.tv5unis.ca/videos/les-diplomes-mira/saisons/1/episodes/5>

Nous suivons Becket et Van Damme, deux chiens entraînés pour guider des personnes non voyantes. Ceux-ci ont la chance d'accompagner deux femmes extraordinaires et inspirantes : Johanne et Stéphanie.



## NICOLAS LE CHASSEUR AVEUGLE

**AMI-Télé**. 2020, 55 min.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/nicolas-le-chasseur-aveugle-documentaires/media/nicolas-le-chasseur-aveugle>

Un documentaire unique sur le cheminement de Nicolas Talbot, chasseur, pêcheur et « gars de bois ». Sa vie a basculé à l'âge de 18 ans quand il a tenté de mettre fin à ses jours perdant par le fait même, la vue. Aujourd'hui, Nicolas est un amoureux de la vie. Entouré de ses amis et de son père, il nous fait découvrir sa passion pour la chasse et sa connaissance profonde du bois.



## VOIR GRAND

**AMI-Télé.** Saison 1, 2018.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/voir-grand>

Voir grand est une série documentaire consacrée aux maladies de l'œil et aux avancées scientifiques dans ce domaine.



## AU-DELÀ DU REGARD

**Second Regard, Radio-Canada.** Marc-Yvan Hébert. 2016, 10 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/Second-regard/2016-2017/segments/reportage/24145/tara-miller-photographe>

Depuis dix ans, Tara Miller gagne sa vie comme photographe professionnelle à Winnipeg. La photographie, c'est plus qu'un métier, c'est sa passion. Pourtant, Tara Miller n'a que 6 % de sa vue depuis sa naissance; elle est considérée légalement aveugle. Comment fait-on pour œuvrer dans un domaine qui requiert précisément le sens qu'on n'a pas ?



## AVEUGLES DE LUXE

**Sylvie Rosenthal, Canal D.** 2016, 45 min.

Aveugles de luxe va à la rencontre de neuf Québécois et Québécoises ayant une déficience visuelle et qui pratiquent avec succès un métier, une profession, ou dirigent une entreprise. Ni héros ni victimes, les participants du documentaire sont hauts en couleur, pleins de potentiel et d'humour. Ils n'ont qu'une seule envie : travailler et vivre comme tout le monde ! Par moment, leurs déficiences visuelles sont simulées, de sorte que le téléspectateur se retrouve dans la peau des protagonistes et saisit mieux leur quotidien, leurs revendications et l'importance de leur intégration sociale.

## Sexualité et relations amoureuses



### SEXUALITÉ ET HANDICAP

**On parle de sexe, Télé-Québec.** 2019, 6 min 51 s.

En ligne : <https://video.telequebec.tv/player/32006/stream?assetType=episodes>

Mike passe faire un tour à la crèmerie, où Rosalie travaille, pour lui présenter ses parents. Et on comprend rapidement pourquoi ce dernier parle aussi souvent – et sans gêne ! – de sexe. Étonnamment, ce n'est clairement pas Rosalie qui est déplacée cette fois ! On te propose aussi des témoignages de personnes en situation de handicap et on répond à tes questions sur le handicap et la sexualité.



### SEXUALITÉ DES PERSONNES HANDICAPÉES

**Banc public, Télé-Québec.** 2017, 17 min 43 s.

En ligne : <https://bancpublic.telequebec.tv/emissions/emission-43/31776/sexualite-des-personnes-handicapees>

Les personnes qui vivent avec un handicap physique ont des limitations qui les empêchent parfois d'avoir une sexualité épanouie ou d'accéder au plaisir solitaire. Y a-t-il des solutions pour ces gens qui ont aussi besoin d'amour et d'affection ? Mélody Courtois Poulin, atteinte d'une maladie dégénérative, nous explique que « handicapé ne veut pas dire asexué ».



### L'AMOUR POUR TOUS

**AMI-Télé.** Saison 1, 2016.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/lamour-pour-tous>

Des femmes et des hommes qui vivent avec un handicap ou une condition de santé particulière parlent de leurs relations amoureuses sans tabou.

## Accessibilité



### PAS PLUS COMPLIQUÉ QUE ÇA

**AMI-Télé.** Saison 1, 2020.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/2951/season>

Éric Fortin, ébéniste, a partiellement perdu la vue il y a deux ans. Avec son ami, François Bossé, ils entreprennent de menus travaux afin de venir en aide à des personnes en situation de handicap.



### ZAROULE

**Ami-Télé.** 2020, 3 min.

On accompagne la youtubeuse Isabelle Giard durant le tournage d'une de ses capsules. Atteinte du spina-bifida, elle fait découvrir les multiples activités qu'il est possible d'accomplir en fauteuil roulant.



### DOSSIER ACCESSIBILITÉ

**Rad. Radio-Canada.** 2018.

En ligne : <https://www.rad.ca/dossier/accessibilite>

Est-ce qu'on en fait assez pour les personnes en situation de handicap? On a tous déjà entendu parler de revendications pour améliorer l'accessibilité des logements ou du transport en commun. Cette fois, des irritants quotidiens à la culture en passant par les obstacles systémiques, on vous présente d'autres combats que mènent les personnes en situation de handicap ou sourdes, et qui passent souvent inaperçus.



### MISSION ACCESSIBLE

**AMI-Télé.** Saison 1, 2018.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/mission-accessible>

Rosalie Taillefer-Simard, Kéven Breton et Damien Gramont forment l'escouade de Mission accessible.



## DES LOGEMENTS ADAPTÉS AUX AVEUGLES

**Le téléjournal, Radio-Canada.** Olivier Bachand. 2015, 5 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/le-telejournal-18h/2014-2015/segments/reportage/1325/logement-aveugle-montreal-hochelaga-bachand>

Une cinquantaine d'aveugles et de personnes aux prises avec un handicap visuel vont emménager ce mois-ci dans un immeuble d'appartements spécialement adaptés pour eux dans le quartier Hochelaga-Maisonneuve. Une première en 15 ans à Montréal.

## Accessibilité du Web



### COUP D'ŒIL TECHNO – HAPTI-READ

**Ça me regarde** (segment), **AMI-Télé.** 2020, 7 min.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/ca-me-regarde-extraits/media/coup-doeil-techno-hapti-read>

Hapti-Read, une application de la technologie de rétroaction haptique sans contact, pourrait permettre de lire des informations en braille avec une bonne précision sans avoir à toucher la moindre surface.



### COUP D'ŒIL TECHNO – LE CODE JUMPER

**Ça me regarde** (segment), **AMI-Télé.** 2020, 7 min.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/ca-me-regarde-extraits/media/coup-doeil-techno-le-code-jumper>

La grande messe technologique annuelle, le CES (Consumer Electronics Show), débordait d'innovations technologiques favorisant l'accessibilité. On vous présente l'une des innovations gagnantes, le Code Jumper, un système conçu pour favoriser le développement de compétences informatiques chez les enfants de 7 à 11 ans vivant avec une cécité partielle ou complète.



## LES SITES WEB, PAS FACILEMENT ACCESSIBLES POUR TOUS

**Le Téléjournal** (segment), **Radio-Canada.** 2019, 2 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/le-telejournal-quebec/site/segments/reportage/105970/accessibilite-web>

Il reste du chemin à faire pour rendre les sites Web accessibles aux personnes malvoyantes ou non voyantes.

---

# PRENDRE PART À SES SOINS DE SANTÉ

---

Cette section se retrouve dans chacun des cahiers thématiques Biblio-Santé. La sélection des ressources qu'elle contient tient compte d'une approche patient-partenaire visant à autonomiser les usagers du système de santé et à les outiller pour qu'ils puissent faire des choix de soins libres et éclairés.

## **QU'EST-CE QU'UN PATIENT-PARTENAIRE ?**

« Un patient partenaire est une personne qui devient progressivement apte, au fil de ses traitements, à faire des choix de santé libres et éclairés. Ses savoirs expérientiels sont reconnus et ses compétences en matière de soins développées avec l'aide de l'équipe. Respecté dans tous les aspects de son humanité, il est membre à part entière de cette équipe en ce qui concerne les soins et services qui lui sont offerts. Tout en reconnaissant l'expertise des intervenants de l'équipe, il oriente leurs préoccupations vers ses besoins et son bien-être à plus long terme. »

Source : Faculté de médecine de l'Université de Montréal

# ORGANISMES ET ASSOCIATIONS

## Information juridique

### **CENTRES DE JUSTICE DE PROXIMITÉ**

[www.justicedeproximite.qc.ca](http://www.justicedeproximite.qc.ca)

Les centres de justice de proximité offrent leurs services dans six régions du Québec. Ils offrent de l'information juridique sur vos droits et vos obligations. Ils vous soutiennent en vous accompagnant dans l'établissement de vos besoins d'ordre juridique et en vous présentant les options possibles pour y répondre. Ils vous orientent vers les différentes ressources juridiques disponibles, communautaires ou autres, afin que vous puissiez choisir le service correspondant à vos besoins.

### **CHAMBRE DES NOTAIRES DU QUÉBEC**

**Téléphone** 514 879-1793  
**Téléphone sans frais** 1 800 263-1793  
**Site Web** [www.cnq.org](http://www.cnq.org)

La Chambre des notaires propose des informations juridiques de base. Vous y trouverez notamment des renseignements sur les procurations, les mandats donnés en prévision de l'incapacité, les testaments et les successions.

**Ligne sans frais** 1-800-NOTAIRE (668-2473)

Discuter sans frais avec un notaire.

### **CONSEIL POUR LA PROTECTION DES MALADES**

**Téléphone** 514 861-5922  
**Téléphone sans frais** 1 877 CPM-AIDE (276-2433)  
**Site Web** [www.cpm.qc.ca](http://www.cpm.qc.ca)

Vous pouvez contacter sans frais cet organisme pour vous renseigner sur les droits d'une personne malade ou pour dénoncer un abus ou une situation qui porte atteinte aux droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Toute dénonciation sera traitée de façon confidentielle.



## **CURATEUR PUBLIC**

**Téléphone** 514 873-4074  
**Téléphone sans frais** 1 844 532-8728  
**Site Web** [www.curateur.gouv.qc.ca](http://www.curateur.gouv.qc.ca)

Le Curateur public veille à la protection des personnes inaptes. Pour ce faire, il sensibilise la population aux besoins de protection découlant de l'inaptitude et il accompagne les familles et les proches qui représentent une personne inapte, qui administrent son patrimoine ou celui d'un mineur, ou encore qui participent à un conseil de tutelle. On retrouve sur son site des informations sur l'inaptitude (mandat en cas d'inaptitude, tutelle, curatelle, etc.).

## **FÉDÉRATION DES CENTRES D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES**

**Téléphone** 1 877 SOS-CAAP (1 877 767-2227)  
**Site Web** <http://fcaap.ca>

Les centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes assistent l'utilisateur dans toute démarche qu'il entreprend en vue de porter plainte auprès d'un établissement, d'un CISSS, d'un CIUSSS ou du Protecteur des usagers. Ils accompagnent l'utilisateur pendant la durée du recours, y compris lorsque la plainte est acheminée vers le Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens d'un établissement. Vous retrouverez sur le site de la FCAAP la liste des centres d'assistance ainsi que de l'information sur vos droits.

## **JURISTES À DOMICILE**

**Téléphone** 514 944-9929  
**Site Web** [www.juristesadomicile.com](http://www.juristesadomicile.com)

Juristes à Domicile oriente et accompagne ses membres qui se trouveraient en situation difficile, ou encore qui seraient vulnérables ou démunis, lorsqu'il s'agit de faire respecter leurs droits. L'organisme peut aussi faciliter l'accès à des services juridiques à prix modique, si nécessaire. Comme le nom de l'organisme l'indique, les juristes de l'équipe se déplacent à domicile.

## **PROTECTEUR DU CITOYEN**

**Téléphone sans frais** 1 800 463-5070  
**Site Web** <https://protecteurducitoyen.qc.ca>

Le Protecteur du citoyen effectue des enquêtes à la suite de plaintes ou de signalements de personnes, groupes, organismes ou entreprises qui s'estiment victimes d'une erreur ou d'une injustice de la part d'un ministère ou d'un organisme du gouvernement du Québec, ou d'une instance du réseau de la santé et des services sociaux. Le Protecteur du citoyen est indépendant du gouvernement, neutre et sans parti pris. Les plaintes sont traitées confidentiellement. Ses services sont gratuits et facilement accessibles.

## **REGROUPEMENT PROVINCIAL DES COMITÉS DES USAGERS (RPCU)**

**Téléphone** 514 436-3744  
**Site Web** [www.rpcu.qc.ca](http://www.rpcu.qc.ca)

Le Regroupement provincial des comités des usagers défend et protège les droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Consultez le site Web du regroupement pour en connaître davantage sur les droits et les recours des usagers du système de la santé.

# RESSOURCES WEB

## Ressources génériques

### **CENTRE UNIVERSITAIRE DE SANTÉ MCGILL**

**La sécurité des patients et l'utilisation des contentions physiques : Que devez-vous savoir ?**

[http://www.educationdespatientscsm.ca/DATA/GUIDE/349\\_fr~v~securite-des-patients-et-l-utilisation-des-contentions-physiques.pdf](http://www.educationdespatientscsm.ca/DATA/GUIDE/349_fr~v~securite-des-patients-et-l-utilisation-des-contentions-physiques.pdf)

Ce dépliant a été développé afin vous informer de ce qu'est une contention physique.

### **CHOISIR AVEC SOINS**

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

Choisir avec soins est une campagne nationale pour la réduction des examens et des traitements inutiles en santé. Son site Web regorge d'informations en lien avec les traitements et la médication. Il offre des recommandations et ressources par spécialité à l'intention des professionnels de la santé et des patients. Des guides d'information destinés aux patients sont également disponibles sous l'onglet « Ressources patients ».

### **COALITION CANADIENNE DES ORGANISMES DE BIENFAISANCE EN SANTÉ – GUIDE DE SANTÉ PRATIQUE**

<http://www.organismesante.ca/ressources/how-to-health-guide-guide-sant%C3%A9-pratique.aspx>

Le Guide de santé pratique a été rédigé pour aider les patients, les aidants naturels, les amis et les familles à gérer l'information sur le système de soins de santé canadien qui peut souvent désorienter. Le Guide contient des renseignements de base pour savoir comment parler d'un large éventail de questions aux personnes qui travaillent au sein du système.

## **COLLÈGE DES MÉDECINS DU QUÉBEC – SERVICES AU PUBLIC**

[www.cmq.org/hub/fr/services-au-public.aspx](http://www.cmq.org/hub/fr/services-au-public.aspx)

La section « Services au public » du Collège des médecins du Québec vous renseigne sur différents aspects des consultations avec un médecin (accès à un médecin, honoraires médicaux, plaintes, etc.) On peut également y trouver de l'information sur la profession médicale et sur le rôle des autres professionnels de la santé.

## **EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA – LE GUIDE CANADIEN DE L'ENGAGEMENT DES PATIENTS EN MATIÈRE DE SÉCURITÉ**

<https://www.patientsafetyinstitute.ca/fr/toolsresources/patient-engagement-in-patient-safety-guide/pages/default.aspx>

Le Guide canadien de l'engagement des patients en matière de sécurité vous est présenté en détails sur cette page web. Vous découvrirez à qui s'adresse ce guide, son but et son contenu. L'option de le télécharger vous y est également offerte.

## **EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA – PARTICIPATION ET COLLABORATION DES PATIENTS, DES FAMILLES ET DES PROCHES AIDANTS**

<https://www.fcass-cfhi.ca/WhatWeDo/PatientEngagement/PatientEngagementResourceHub/Results.aspx>

Vous trouverez sur cette page de la Fondation canadienne pour l'amélioration des services de santé des informations au sujet de la participation et de la collaboration des patients dans leurs soins de santé, entre autres sur le projet Faire le pont vers la maison qui permet d'améliorer la qualité des soins ainsi que l'expérience des patients, des proches aidants et des prestataires de soins durant les transitions de l'hôpital au domicile.

## **EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA – VIREZ EN MODE SÉCURITÉ**

[www.patientsafetyinstitute.ca/fr/About/Programs/shift-to-safety/Pages/public.aspx](http://www.patientsafetyinstitute.ca/fr/About/Programs/shift-to-safety/Pages/public.aspx)

Le volet « Public » du programme VIREZ en mode sécurité a pour but de vous aider à prendre une part active dans la sécurité de ses soins de santé. Il offre des ressources sur un éventail de sujets pour faire des choix de soins informés, des liens vers d'autres patients et des conseils pour travailler avec les prestataires de soins de santé selon ses besoins personnels.

## **FONDATION DES MALADIES DU CŒUR ET DE L'AVC – ÊTRE PARTENAIRE DANS VOS SOINS DE SANTÉ**

<https://www.coeuretavc.ca/maladies-du-coeur/retablissement-et-soutien/parler-a-votre-medecin>

Cette section du site de la fondation Cœur & AVC fait un survol de ce qu'il faut savoir pour bien se préparer à un rendez-vous médical.

## **GOVERNEMENT DU QUÉBEC – INFO-SANTÉ 811**

[www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-sante-811/](http://www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-sante-811/)

En tout temps, vous pouvez parler à une infirmière d'un problème de santé non urgent en composant sans frais le 811. Il s'agit d'un service gratuit et confidentiel, disponible 24 heures sur 24.

## **GOVERNEMENT DU QUÉBEC – ORGANISATION DES SERVICES**

<https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/>

Cette page Web du Gouvernement du Québec présente un portrait de l'organisation des services au Québec ainsi que de l'information pertinente pour chaque service offert.

## **INSTITUT POUR LA SÉCURITÉ DES MÉDICAMENTS AUX PATIENTS DU CANADA – MÉDICAMENTSSÉCURITAIRES.CA**

[www.ismp-canada.org/fr/dossiers/bulletins/](http://www.ismp-canada.org/fr/dossiers/bulletins/)

Les bulletins du site Web Médicamentssécuritaires.ca de l'ISMP Canada contiennent de l'information destinée aux consommateurs afin de faire la promotion de l'utilisation sécuritaire des médicaments dans tous les secteurs de la santé. Un de leur objectif est de formuler des recommandations pour prévenir les accidents liés à la médication.

## **LE MANUEL MERCK (VERSION POUR LE GRAND PUBLIC) – COMMENT TIRER LE MEILLEUR PARTI DES SOINS DE SANTÉ**

<https://www.merckmanuals.com/fr-ca/accueil/fondamentaux/comment-tirer-le-meilleur-parti-des-soins-de-sant%C3%A9>

Cette page web vous offre de précieux conseils pour participer activement à ses soins de santé comme quand consulter son médecin, comment tirer le meilleur parti d'une consultation et l'enquête sur une maladie.

## **L'INSTITUT DE RECHERCHE DE L'HÔPITAL D'OTTAWA – OUTILS D'AIDE À LA DÉCISION POUR LES PATIENTS**

<https://decisionaid.ohri.ca/francais/repertoire.html>

Le répertoire des outils d'aide à la décision est conçu pour vous aider à trouver un outil qui réponde à vos besoins.

## **ORDRE DES PHARMACIENS DU QUÉBEC – GRAND PUBLIC**

[www.opq.org/fr-CA/grand-public/](http://www.opq.org/fr-CA/grand-public/)

La section « Grand public » du site Web de l'Ordre des pharmaciens du Québec permet de trouver un pharmacien, d'obtenir des conseils liés à la protection du public ainsi que de mieux connaître le rôle du pharmacien et ce que sont les soins pharmaceutiques.

### **Le blogue**

<http://blogue.opq.org>

On peut trouver sur le blogue de l'OPQ de nombreux articles en lien avec les soins pharmaceutiques.

## **RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC – CITOYENS**

[www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/Pages/assurance-maladie.aspx](http://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie/Pages/assurance-maladie.aspx)

Le site Web de la RAMQ vous fournit de l'information sur l'assurance maladie, l'assurance médicaments, les programmes d'aide et les séjours hors Québec. Vous y trouverez les services disponibles en ligne ainsi que les formulaires nécessaires pour bénéficier des services offerts.

## **SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX QUÉBEC**

### **Aide-mémoire : Ma santé, j'en prends soin**

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2014/14-909-01F.pdf>

Cet aide-mémoire vous offre quelques conseils qui vous aideront à vous préparer aux rencontres avec les professionnels de la santé.

## **VITALITÉ – LA SANTÉ**

<https://vitalite.uqam.ca/definitions/la-sante/>

Vitalité est un laboratoire de recherche sur la santé de l'Université du Québec à Montréal dont la mission est de contribuer à l'amélioration de la santé de la population, en produisant des connaissances scientifiques valides et pertinentes. Sous l'onglet « La santé » se trouvent des conseils et outils d'autogestion de la santé et de la dépression.

## CONNAISSEZ-VOUS LA DÉPRESCRIPTION ?

La déprescription, c'est lorsqu'on réduit la dose d'un médicament ou qu'on cesse la prise d'un médicament. La déprescription vise à maintenir ou à améliorer la qualité de vie.

## POURQUOI AVOIR RECOURS À LA DÉPRESCRIPTION ?

Les médicaments soulagent des symptômes, guérissent des maladies et peuvent même prolonger la vie. Toutefois, ils peuvent également causer des effets secondaires ou encore interagir entre eux, ce qui peut être néfaste pour la santé. Plus on augmente le nombre de médicaments que l'on prend, plus le risque d'effets néfastes augmente. Il est aussi important de savoir qu'en vieillissant, nous devenons plus sensibles aux effets des médicaments, ce qui accroît notre risque de souffrir d'un effet néfaste.

## COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

Pour toutes ces raisons, il est suggéré de faire réévaluer ses médicaments par un professionnel de la santé de façon régulière. Celui-ci pourra déterminer si les risques liés à la prise de médicaments sont plus importants que les bénéfices qu'ils apportent et si la déprescription est envisageable. **La déprescription est un processus planifié qui doit être accompagné et supervisé par un professionnel de la santé, que ce soit un pharmacien, une infirmière ou un médecin.**

Source : Réseau canadien pour la déprescription

## RÉSEAU CANADIEN POUR LA DÉPRESCRIPTION

[www.reseaudeprescription.ca](http://www.reseaudeprescription.ca)

Le Réseau canadien pour la déprescription vous offre de l'information en lien avec l'utilisation sécuritaire des médicaments et des alternatives sécuritaires aux médications à risque d'effets néfastes. Des articles et ressources sur le sujet y sont proposés.



## Information juridique

### COMITÉ DES USAGERS DU CENTRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE LAVAL

#### Les droits et les responsabilités

[www.cucssslaval.ca/usager/les-droits-et-responsabilites-des-usagers](http://www.cucssslaval.ca/usager/les-droits-et-responsabilites-des-usagers)

Sont regroupés sur cette page Web les différents droits en matière de santé et de bien-être au Québec ainsi que les responsabilités de chacun en la matière.

#### Une loi pour protéger vos droits

<http://collections.banq.qc.ca/retrieve/13906989>

Cette brochure vous explique les grandes lignes de la Loi sur les services de santé et les services sociaux. Elle permet aux usagers du système de santé de développer leur confiance et leur autonomie en améliorant la connaissance de leurs droits.

### ÉDUCALOI – SANTÉ

[www.educaloi.qc.ca/categories/sante](http://www.educaloi.qc.ca/categories/sante)

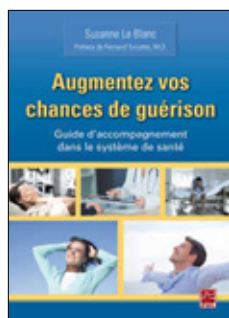
Cette section du site Web d'Éducaloi explique clairement les droits et obligations des médecins, des patients, des conjoints, des aidants, etc. lorsqu'il est question du système de santé québécois. Plusieurs thèmes sont abordés : interventions médicales, consentement aux soins, inaptitude et perte d'autonomie, etc.

### VOS DROITS EN SANTÉ

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

Site produit par un cabinet d'avocats qui s'adresse aux usagers de la santé et à leurs proches. Il offre de l'information complète sur le fonctionnement du système de santé, les droits de la personne sur son corps, les recours des usagers, etc.

## SUGGESTIONS DE LECTURE



### **AUGMENTEZ VOS CHANCES DE GUÉRISON : GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT DANS LE SYSTÈME DE SANTÉ**

**Suzanne Le Blanc.** Québec : Presses de l'Université Laval, 2019, 130 p.

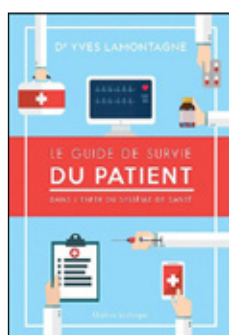
Après avoir surmonté l'épreuve d'une maladie jugée incurable et accompagné des personnes souffrantes, l'auteure a compris l'importance de posséder de solides connaissances de base en santé, en tant que patient, pour recevoir les soins les plus appropriés et, en conséquence, augmenter les chances de guérison.



### **PETIT GUIDE DE SURVIE DES PATIENTS FACE À LA BLOUSE BLANCHE**

**Lucile Sergent et Samuel Pouvreau.** Paris : First éditions, 2019, 159 p.

Comment survivre au pays du soin, et avec quels outils ? Qui ne s'est jamais senti perdu ou troublé après une consultation médicale ? Patients et soignants ne parlent pas toujours le même langage, ce qui est source de beaucoup d'incompréhensions et parfois de souffrance. En fin d'ouvrage : un carnet de patient pour vous accompagner dans vos consultations.



### **LE GUIDE DE SURVIE DU PATIENT : DANS L'ENFER DU SYSTÈME DE SANTÉ**

**Yves Lamontagne.** Montréal : Québec Amérique, 2017, 122 p.

Qui et où consulter ? Comment obtenir un rendez-vous ? Comment vous préparer à la consultation médicale ? Quel type de relation le médecin doit-il avoir avec vous et vous avec votre médecin ? Comment se servir de l'Internet pour trouver la bonne information médicale ? Que penser des médecines alternatives et des produits naturels ? Enfin, sommes-nous trop soignés ?



Aussi disponible sur [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca)



## LIRE ET COMPRENDRE SES ANALYSES MÉDICALES

**Mary Liber.** Monaco : Alpen éditions, 2017, 127 p.

Un guide pour décoder ses analyses sanguines car, être informé, c'est mieux se soigner.



## VOTRE SANTÉ EST ENTRE VOS MAINS : CE QU'IL FAUT SAVOIR, CE QU'IL FAUT FAIRE

**Martine Perez.** Paris : Leduc.s éditions, 2017, 295 p.

Ce guide pratique propose des conseils pour soigner seul les maux du quotidien, choisir et utiliser les médicaments avec discernement et se maintenir en forme. Il donne également les outils permettant de repérer les signaux du corps pour lesquels un médecin doit être consulté.

# LA CULTURE ACCESSIBLE À TOUS

**BAnQ propose une panoplie de services adaptés gratuits à distance et à la Grande Bibliothèque.**

Ces services s'adressent à tous les résidents québécois vivant avec une incapacité liée à la mobilité, à l'agilité, à l'audition, à la parole, à la vision, à l'apprentissage ou aux facultés intellectuelles, peu importe leur âge.

- Des livres adaptés, sonores ou en braille, des livres en gros caractères, des vidéos sous-titrées pour malentendants ou en vidéo-description et plus encore!
- Un service d'information et de référence téléphonique offert par du personnel expérimenté.

Abonnement et information à **[banq.qc.ca](http://banq.qc.ca)**



Photo : iStockphoto

GRANDE  
BIBLIOTHÈQUE



Bibliothèque  
et Archives  
nationales

Québec



## NOTES

[illegible]

## NOTES

[illegible]

## NOTES

[illegible]



ASSOCIATION DES BIBLIOTHÈQUES  
PUBLIQUES DU QUÉBEC

1453, RUE BEAUBIEN EST, BUREAU 215, MONTRÉAL, QUÉBEC H2G 3C6  
**514 279-0550 | [WWW.ABPQ.CA](http://WWW.ABPQ.CA) | [INFO@ABPQ.CA](mailto:INFO@ABPQ.CA)**