



MAI 2025

UN PRINTEMPS SOUS LE SIGNE DE LA FORCE ET DE LA CONVICTION!

DANS CETTE ÉDITION

Du nouveau dans l'équipe du CFPH

Arrivée de Jessyca Cloutier-Laroche comme coordonnatrice en stabilité résidentielle

Du vent dans les voiles

Les deux derniers mois ont été riches en activités pour les membres!

Une brigade qui a de l'impact

Notre brigade accessibilité a fait bouger les choses à la bibliothèque Gabrielle-Roy ainsi qu'à l'Espace 400!



Collaboration, rédaction et graphisme

Kathy Chassé, Jessyca Cloutier-Laroche, Arielle De Garie, Danielle De Garie, Éric Dumas, Andréanne Gagnon, Kimby Kistabish, Brigitte Lauzière, Odette Lavoie, Diana Lim, Alexandre Maheu, Julie Montreuil, Andréa Natsumi Nadeau, Martine Pelletier, Andrée-Anne Thibeault, Vincent Tremblay, Anne-Sophie Verreault

Crédits photos

ARLPH03

CFPH

Elias Djemil-Matassov

Richard Guilmette

Icône – Marie-Josée Marcotte

Arielle De Garie

Stéphane Demers

intelligence artificielle

Université Laval

Radio-Canada

Action bénévole

VIA

Kimby Kistabish

Équipe de travail

Anne-Sophie Verreault,
directrice aux affaires organisationnelles

Julie Montreuil,
directrice aux services cliniques

Kathy Chassé,
intervenante sociocommunautaire

Arielle De Garie,
coordonnatrice aux activités

Jessyca Cloutier-Laroche,
coordonnatrice en stabilité résidentielle

Andrée-Anne Thibeault,
préposée à l'accueil et à l'information

Audrey Kalala,
adjoindé à l'administration et à la comptabilité

Conseil d'administration

Brigitte Lauzière, vice-présidente

Véronique Denis, trésorière

Marie-Michèle Thériault, secrétaire

Andréanne Gagnon, administratrice

Alexandre Maheu, administrateur

Andrée-Anne Thibeault, administratrice

Azimuths est un magazine produit par le Carrefour familial des personnes handicapées pour ses membres, ses partenaires et toutes les personnes intéressées à la mission de l'organisme. Tous les articles publiés dans l'Azimuths doivent respecter les politiques du Carrefour familial des personnes handicapées et être cohérents avec la mission et les valeurs que l'organisme défend. Tous les articles sont vérifiés par l'équipe de rédaction et doivent répondre aux standards de communication. En cas de disparité entre les propos tenus dans l'article et la vision de l'association, le Carrefour familial des personnes handicapées a le droit de refuser de publier un texte ou de demander des modifications.

Rien ne vaut un lieu d'appartenance quand l'incertitude politique nous assaille.

Dans ce numéro d'AzimutHs, vous constaterez rapidement que les questions politiques sont au cœur de l'actualité. Les droits des minorités, particulièrement ceux des personnes en situation de handicap, n'ont jamais été aussi menacés depuis des décennies.

Nous assistons à une série de reculs alarmants : coupures dans les services de santé, compressions dans les services juridiques pour les personnes immigrantes, et gel des nouvelles demandes pour le chèque emploi-service destiné aux aides domestiques. Le programme d'adaptation de domicile (PAD) stagne, malgré des demandes en attente depuis l'année dernière, et les subventions pour les petits établissements accessibles (PEA) sont suspendues.

Tout cela, sous le couvert d'une politique d'austérité qui ne dit pas son nom.

Si nous ne faisons pas front commun, si nous ne sommes pas solidaires face à ces attaques insidieuses, nous risquons de perdre bien plus que des services : c'est l'équité sociale et les droits fondamentaux qui sont en jeu.

L'exemple de nos voisins du sud doit nous faire trembler et nous dicter notre approche! L'inclusion est une idéologie intéressante, mais cela a aussi contribué à la désolidarisation des personnes envers leurs groupes d'appartenance. Il est grand temps de s'assembler et de revendiquer la fierté de ce que nous sommes.

Le **Carrefour familial des personnes handicapées** réaffirme plus que jamais son engagement à être un milieu inclusif, ouvert, positif et résolument tourné vers le progrès. Nous espérons que ce magazine agira comme un antidote à la morosité ambiante, un espace de ralliement et de mobilisation.

Car non, nous ne serons jamais isolés. Et encore moins contraints à subir sans réagir.

Ensemble, il y a encore de la place pour la joie, la résistance et la fierté. Ce magazine vous appartient — lisez-le, partagez-le, nourrissez-le de votre vécu!



JULIE MONTREUIL
DIRECTRICE AUX SERVICES CLINIQUES

Avis de convocation

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

Samedi 14 juin 2025

13 h 30 à 16 h 30

Salle communautaire Saint-Paul-Apôtre

2110, 8e Avenue, Québec (QC) G1J 3P1

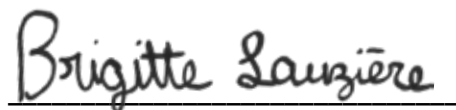
Les membres du conseil d'administration du Carrefour familial des personnes handicapées vous convoquent à l'assemblée générale annuelle (AGA) samedi le 14 juin 2025 à 13 h 30. Lors de cette rencontre, vous serez en mesure de constater les actions qui ont marqué la dernière année financière de notre organisme et de contribuer à sa vie démocratique et associative.

Comme le conseil d'administration travaille en gestion participative avec la codirection, nous sommes à la recherche d'administrateurs prêts ou d'administratrices prêtes à s'impliquer activement pour faire avancer les projets et les dossiers de l'association. Il y a trois postes à combler sur le conseil d'administration cette année, deux postes de deux ans et un poste d'un an. Deux des trois administratrices dont le mandat se termine désirent se représenter.

En cas d'absence à l'AGA, un membre régulier qui veut devenir membre du conseil d'administration de l'organisme ou renouveler son mandat peut transmettre sa candidature ainsi qu'une lettre ou un message de motivation par courrier, par courriel ou par voie téléphonique au président ou au secrétaire de l'organisme. **Tous les membres en règle peuvent présenter leur candidature lors de l'AGA et devront expliquer leur motivation à l'assemblée.**

Pour s'inscrire à l'AGA, veuillez nous téléphoner au 418-522-1251 ou nous écrire à accueil@cfph.org.

Cordialement,



Brigitte Lauzière
Vice-présidente

Une nouvelle venue dans l'équipe

Par Jessyca Cloutier-Laroche, coordonnatrice en stabilité résidentielle

C'est avec grand sourire (et un soupçon d'excitation) que je me joins à l'équipe du CFPH en tant que coordonnatrice en stabilité résidentielle. Ce nouveau chapitre professionnel me remplit d'enthousiasme, surtout parce qu'il s'inscrit dans un cadre profondément humain qui reflète mes valeurs et mes convictions les plus sincères.

Mon parcours est, disons... un peu hors des sentiers battus. J'ai exploré différents domaines au fil des années, un peu comme une aventurière professionnelle, curieuse de nature et avide de sens. Mais s'il y a bien un fil conducteur qui m'a toujours guidée, c'est ce désir sincère d'aider les autres, d'être présente, d'écouter, et surtout de contribuer au mieux-être de tous.

Je suis une grande passionnée d'art, sous toutes ses formes : peinture, dessin, littérature, création, artisanat... Je me considère comme une touche-à-tout multidisciplinaire. Ces espaces d'expression m'ont toujours permis de mieux comprendre le monde, les autres et moi-même. Ils nourrissent aussi ma façon d'aborder les relations humaines avec sensibilité, créativité... et une bonne dose d'imagination (très utile en coordination, croyez-moi).

Et parce que je suis aussi une maman d'un être fabuleux qui me donne quotidiennement des leçons de patience, de résilience et de tendresse, j'ai appris à conjuguer vie professionnelle et familiale avec humour, souplesse... et beaucoup de café.

Les enjeux liés à la stabilité résidentielle pour personnes en situation de handicap me touchent profondément. Je suis convaincue que chacun mérite un lieu de vie sécurisant, stable et respectueux de sa dignité. Pouvoir œuvrer concrètement à cette mission, au sein d'un organisme comme le CFPH, est pour moi un honneur et une véritable source de motivation.

J'ai vraiment hâte de vous rencontrer, d'apprendre à vous connaître et de contribuer, à ma manière, à cet environnement bienveillant et inclusif que vous avez construit. Merci de m'accueillir dans cette belle aventure, au plaisir de collaborer avec vous tous !



Départ de Vincent comme président du CFPH

Nous tenons à informer nos membres que Vincent Tremblay, notre président, a quitté ses fonctions au sein du conseil d'administration pour mieux s'impliquer dans ses projets personnels. Nous le remercions chaleureusement pour son engagement et son leadership tout au long de son mandat. D'ici l'assemblée générale annuelle, Brigitte Lauzière, notre vice-présidente, assumera les fonctions de présidence. Nous lui souhaitons plein succès dans ses nouvelles responsabilités et lui assurons notre soutien dans la poursuite des objectifs de l'organisation.

Merci, Vincent

Par Alexandre Maheu, administrateur

Le comité «AzimutHs » m'a chargé d'écrire un petit texte soulignant le passage de notre ex-président, Vincent Tremblay.

Vincent s'est inscrit au Carrefour en 2010 pour améliorer l'accessibilité des personnes ayant des troubles de mobilité et, surtout, pour travailler à l'amélioration et/ou au respect des droits des personnes handicapées.

L'année de son adhésion, il s'est présenté à l'assemblée générale et a choisi de soumettre sa candidature au vote afin de mieux servir la cause qui était si chère à ses yeux. Une fois élu, il indiquait son intention de prendre la présidence.

Tout au long de son mandat, il a vécu des événements heureux comme la reconnaissance de notre organisme par la Ville, la création de notre maison hantée, d'être le porte-parole de Centraide, etc.

Avant de finir ma petite entrevue avec lui, il m'a avoué qu'il aurait voulu, de plus, travailler à développer le groupe « hommes ».

Personnellement, je ne le connaissais pas beaucoup, Vincent, mais je m'entendais vraiment bien avec lui. Ça m'a fait de quoi qu'il parte si spontanément, mais, bon... la vie continue.



Merci à nos bénévoles : UNE RECONNAISSANCE BIEN MÉRITÉE!

Par Arielle De Garie, coordonnatrice aux activités

Au Carrefour familial des personnes handicapées (CFPH), le bénévolat est bien plus qu'un simple coup de main – c'est un geste de cœur, une présence précieuse qui fait toute la différence. Cette année encore, des dizaines de personnes ont donné temps, énergie et passion pour soutenir nos activités, et nous leur en sommes infiniment reconnaissants.

Afin de souligner cette implication exceptionnelle, le CFPH tiendra sa traditionnelle fête de reconnaissance de l'implication bénévole le mardi 20 mai 2025, de 17 h à 20 h, au restaurant Le Grand Bourg. Lors de cette soirée spéciale, un repas ainsi qu'un moment de célébration seront offerts aux bénévoles ayant contribué à nos activités au cours de la dernière année.

Bien que cette fête soit réservée aux bénévoles concernés, nous tenions à partager publiquement notre immense gratitude à ceux et celles qui ont donné plus de dix heures de leur temps. Leur dévouement est un pilier de notre mission et nous leur adressons un chaleureux MERCI!

Voici la liste de ces bénévoles d'exception :

- Jean-François Beaupré
- Hélène Brousseau
- Claire Chassé
- Bénédicte Collignon
- Etienne Collignon
- Sophyanne De Garie
- Louis-Joseph Demers
- Stéphane Demers
- Véronique Denis
- Andréanne Gagnon
- Jacynthe Garnier
- Gabrielle Harvey-Gasse
- Jacques Hébert
- Kimby Kistabish
- Brigitte Lauzière
- Odette Lavoie
- Alexandre Maheu
- Andréanne Samson
- Marie-Michèle Thériault
- Tracy Therrien
- Andrée-Anne Thibeault
- Vincent Tremblay
- Lyne Vachon
- Julie Vancaenenbroeck

Votre générosité inspire, votre implication transforme! Merci du fond du cœur à chacun et chacune d'entre vous!

Photo prise lors de la fête des bénévoles de l'année dernière.



Retour sur la conférence

« Les personnes handicapées et la fiscalité » : UN MOMENT RICHE EN INFORMATIONS

Par Arielle De Garie, coordonnatrice aux activités

Le 17 mars dernier, le CFPH a eu le plaisir d'accueillir une conférence sur un sujet parfois complexe, mais ô combien important : la fiscalité et les personnes handicapées. Organisée en partenariat avec Revenu Québec et l'Agence du revenu du Canada, cette rencontre a permis à plusieurs membres, en présentiel et à distance, de mieux comprendre les mesures fiscales qui leur sont accessibles.

Des sujets concrets et des réponses utiles

Durant ces deux heures, les représentants des deux agences de revenu ont présenté en détail les différents crédits d'impôt (remboursables et non remboursables), les déductions disponibles, les prestations ainsi que les programmes complémentaires liés à la situation de handicap. Chacun et chacune a pu repartir avec des outils concrets pour mieux naviguer dans le monde des impôts.

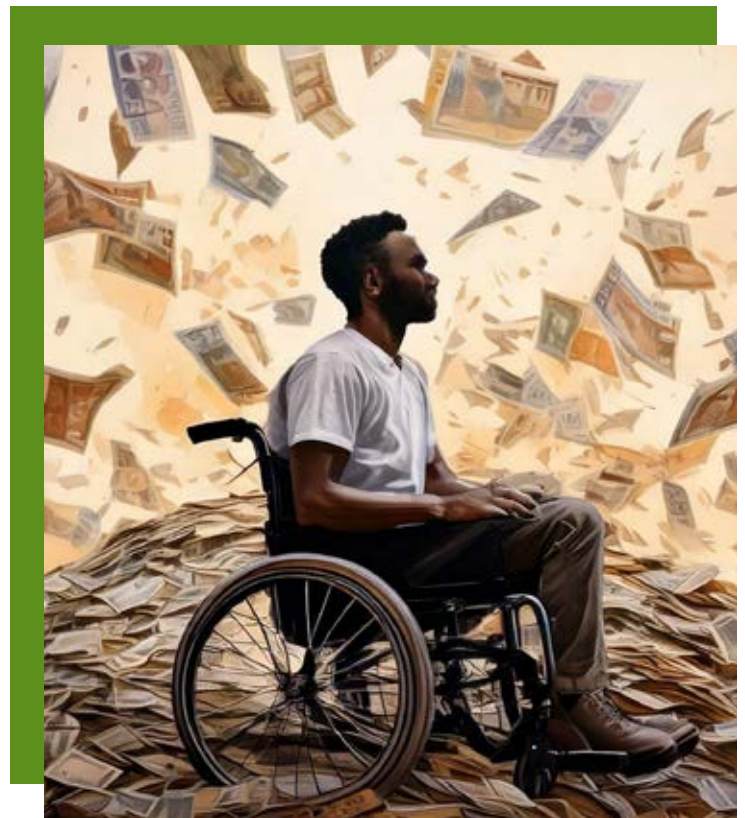
Un grand merci!

Le CFPH tient à remercier chaleureusement les équipes de Revenu Québec et de l'Agence du revenu du Canada pour leur présence, leur générosité et la qualité de leur intervention. Merci également à toutes les personnes qui ont assisté à la conférence, que ce soit en personne ou à distance, pour leur intérêt et leur participation active!

Prestation canadienne pour les personnes handicapées : n'oubliez pas de faire votre demande de crédit d'impôt pour personnes handicapées afin d'y avoir droit!

La Prestation canadienne pour les personnes handicapées est une nouvelle prestation fondée sur le revenu qui offre un soutien financier maximal de 200 \$ par mois aux personnes en situation de handicap à revenu faible ou modeste en âge de travailler. Le premier mois d'admissibilité à la prestation sera juin 2025 et on s'attend à ce que les versements débutent en juillet 2025, comme il a été annoncé dans le budget de 2024.

Pour recevoir la prestation, une personne doit être âgée de 18 à 64 ans et être admissible au crédit d'impôt pour personnes handicapées. Elle doit également avoir produit sa déclaration de revenus, de même que son époux ou conjoint de fait, le cas échéant.



Répondre à nos besoins : UNE AVENTURE COLLECTIVE RÉUSSIE!

Par Arielle De Garie, coordonnatrice aux activités

Les 13 et 26 mars derniers, le Carrefour familial des personnes handicapées a eu le plaisir d'offrir à quelques membres deux ateliers sous le thème « Répondre à nos besoins : une aventure collective ». Animées avec sensibilité et passion par Emmanuelle Chartrand, étudiante à la maîtrise en psychoéducation à l'Université du Québec à Trois-Rivières, ces rencontres ont permis aux participants et participantes d'explorer un sujet à la fois intime et universel : nos besoins personnels.

Nommer, comprendre, accepter

Reconnaître ses besoins, ce n'est pas toujours facile. Encore faut-il savoir les identifier, les accueillir sans jugement, et comprendre les émotions qu'ils peuvent faire surgir. Durant ces deux ateliers de deux heures, Emmanuelle a guidé les membres dans un processus d'exploration personnelle, avec des outils concrets pour mieux se connaître et mieux s'écouter.

Grâce à des échanges ouverts et une atmosphère chaleureuse, tout le monde a pu réfléchir à ses besoins comblés... et à ceux qui demandent un peu plus d'attention. L'objectif? Développer des stratégies simples et accessibles pour prendre soin de soi, dans le respect de ses limites, de ses réalités et celles des autres.

Une formatrice engagée et inspirante

Avec une approche ancrée dans la bienveillance et le respect du rythme de chacun et chacune, Emmanuelle Chartrand a su créer un espace sécuritaire propice à l'introspection. Forte d'une expérience diversifiée en relation d'aide, elle a partagé son expertise avec générosité.

Merci à toutes et tous!

Un grand merci à Emmanuelle pour son animation sensible et à toutes les personnes présentes pour leur implication sincère. Ces deux soirées ont été l'occasion de ralentir, de se poser les bonnes questions et de repartir avec des outils concrets pour mieux répondre à ses besoins.

Jeff et Emmanuelle



Une soirée haute en couleur : VOYAGE EN RÉPUBLIQUE DÉMOCRATIQUE DU CONGO (RDC)

Par Arielle De Garie, coordonnatrice aux activités

Le mardi 25 mars dernier, le CFPH s'est transformé, le temps d'une soirée, en véritable escale africaine! À l'occasion de la soirée-rencontre « Voyage en République démocratique du Congo (RDC) », 16 membres se sont rassemblés pour vivre un moment inoubliable, inspiré par l'une des nôtres : Lydie, originaire de la RDC – Kinshasa.

Une immersion humaine et culturelle

Dès les premiers instants, l'ambiance était à la fois chaleureuse, festive et émouvante. Lydie nous a généreusement ouvert une fenêtre sur sa vie, partageant avec sincérité les épreuves qu'elle a traversées et son regard sur la réalité des personnes handicapées en République démocratique du Congo. Un témoignage touchant, porteur de résilience.

De la musique, du partage... et du Ludo!

Ensuite, nous avons fait place à la musique! Un grand merci à Karim et Éric, nos musiciens invités, qui ont fait vibrer la salle avec des rythmes et des mélodies inspirés du cœur de l'Afrique. Leur présence a apporté une énergie joyeuse et une touche d'authenticité qui a su enchanter l'audience.

Impossible de ne pas mentionner le repas typique congolais qui a ravi toutes les papilles. Fufu et kandja étaient au menu : une découverte culinaire qui a ajouté une belle dimension sensorielle à l'expérience. À travers ces saveurs, c'est un peu du Congo que nous avons pu goûter.



La soirée s'est poursuivie sur une note plus ludique – c'est le cas de le dire! – avec une initiation au jeu de Ludo, très populaire en RDC. Les éclats de rire ont fusé pendant que plusieurs découvraient ce jeu rassembleur.

Un moment de connexion et de découverte

Au-delà de l'aspect culturel, cette soirée a surtout été un véritable moment de rencontre humaine, d'ouverture à l'autre et de partage sincère. Inspirée par Lydie et organisée dans un esprit de solidarité et d'inclusion, elle témoigne de l'importance de valoriser les parcours de vie et les origines qui composent notre belle communauté.

Merci à toutes les personnes présentes pour leur curiosité, leur écoute et leur ouverture!



Réfléchir ensemble aux droits et aux luttes des personnes handicapées

Par Arielle De Garie, coordonnatrice aux activités

Le 17 avril dernier, le CFPH a eu le plaisir d'accueillir une conférence-discussion sur un sujet aussi fondamental qu'essentiel : « L'histoire du développement communautaire et la lutte des personnes handicapées : Comprendre les enjeux sociétaux en Occident et en Amérique du Nord ».

Et le moins qu'on puisse dire, c'est que l'événement a suscité de l'intérêt! La salle était pleine, remplie de nos membres. Un signe fort que ces questions résonnent, encore et toujours, dans nos réalités.

Une plongée dans l'histoire... et dans le présent

Animée par Julie Montreuil, codirectrice du CFPH, la conférence a permis de retracer les grandes lignes de l'histoire des mouvements de défense des droits des personnes handicapées. Des luttes passées aux avancées acquises, en passant par les embûches toujours présentes, Julie a offert un regard lucide, engagé et accessible sur un parcours collectif parfois méconnu.

Au fil de la présentation, des enjeux majeurs ont été soulevés : accessibilité, reconnaissance, discrimination, autonomie, représentativité... autant de défis qui, malgré les progrès réalisés, continuent d'habiter le quotidien de nombreuses personnes.

Un échange riche et vivant

La conférence a été suivie d'une discussion collective, animée dans un esprit d'ouverture et de respect. Les échanges ont été à la fois pertinents, émouvants et porteurs de réflexion. Plusieurs membres ont pris la parole pour partager leurs expériences, poser des questions ou simplement réagir à ce qu'ils venaient d'entendre. Ce moment d'échange a rappelé combien il est important de se rassembler pour réfléchir ensemble à l'inclusion, aux droits humains et à la justice sociale.

Ce fut une soirée riche, stimulante et, on l'espère, la première d'une belle série de réflexions partagées sur les luttes collectives qui nous concernent toutes et tous.

Pour visionner la conférence

Le 20 mars dernier, Vincent Tremblay, Marie-Michèle Thériault et Julie Montreuil ont été invités à donner une présentation dans le cadre du cours de Yan Grenier à l'Université Laval sur les mouvements sociaux, de la mobilisation citoyenne à la création d'organisations et de services.

Julie a donc offert cette conférence sur « L'histoire du développement communautaire et la lutte des personnes handicapées : Comprendre les enjeux sociétaux en Occident et en Amérique du Nord ». Pour visionner le tout, un lien est disponible dans notre section « À lire ou à écouter ».



Le comité des activités est lancé!

Par Arielle De Garie, coordonnatrice aux activités

Ça y est! Le **comité des activités du CFPH** a officiellement pris son envol – et on peut vous dire qu'il est déjà bien rempli d'enthousiasme, de créativité... et de projets en vue!

Réuni pour la première fois récemment, ce tout nouveau comité se donne pour mission de **faire vibrer la vie communautaire** au Carrefour familial des personnes handicapées en imaginant, organisant et réalisant des activités aussi dynamiques qu'inclusives. Et avec des rencontres prévues **toutes les trois semaines**, on peut dire que ça bouillonne déjà de bonnes idées!

Des projets qui nous rassemblent

Parmi les événements que le comité aura le plaisir de planifier, on retrouve :

- des Carrefour-sort
- l'activité de camping dans le garage
- des cafés-rencontres
- la fête d'Halloween
- la fête de Noël
- ... et bien d'autres surprises encore à venir!

Un espace pour s'impliquer et créer ensemble

Ce comité a vu le jour à la suite d'un appel à participation lancé à nos membres : un appel à celles et ceux qui aiment partager des idées, organiser des moments marquants, ou qui ont simplement envie de contribuer au dynamisme du CFPH. Résultat? Un beau groupe de personnes motivées, prêtes à collaborer dans une ambiance conviviale et créative.

Sous la coordination d'**Arielle De Garie**, le comité devient un **véritable laboratoire d'idées** où on peut mettre à profit ses talents, acquérir de nouvelles compétences en organisation d'événements et, surtout, participer activement à la vie du CFPH.

Photo prise lors de la soirée camping de 2024



Et si on faisait disparaître les problèmes en supprimant les mots?

Par Julie Montreuil, directrice des services cliniques

Il est de plus en plus important de bien s'informer auprès de sources fiables. Nous essaierons de vous partager certains textes et réflexions pour vous aider à mieux comprendre ce qui se passe au niveau social présentement.

Imaginez qu'un jour, des mots comme « inclusion », « discrimination » ou encore « santé mentale » disparaissent des sites officiels du gouvernement. Pas parce qu'on a résolu ces problèmes... mais parce qu'on a décidé de ne plus les nommer. C'est exactement ce qui est en train de se passer aux États-Unis sous l'impulsion du gouvernement de Donald Trump.

Une liste noire de près de 200 mots

Des journalistes du New York Times ont découvert que près de 200 mots et expressions ont été supprimés ou évités sur les sites de l'administration américaine. Ces mots ont tous un point commun : ils sont liés à la diversité, aux droits humains, à la justice sociale. Le journal Marianne en a publié la traduction. On y trouve : diversité, inclusion, égalité des chances, handicap, santé mentale, discrimination, privilège, justice sociale, féminisme, populations marginalisées, et bien d'autres.

Pourquoi supprimer ces mots? Officiellement, pour « lutter contre le wokisme ». Ce mot, « woke », signifie à la base être conscient des injustices sociales. Mais dans la bouche de certains politiciens, il est devenu une insulte, utilisée pour ridiculiser ceux qui défendent les droits des minorités.



Quand on supprime les mots, on supprime aussi les problèmes?

Ce qui est inquiétant, ce n'est pas seulement que ces mots disparaissent. C'est que, souvent, les programmes, les aides et les politiques publiques qui allaient avec sont eux aussi supprimés ou fragilisés. Moins on parle d'inclusion, moins on finance les politiques inclusives. Moins on nomme les discriminations, moins on cherche à les combattre.

En d'autres termes, ne plus dire « handicap », c'est parfois ne plus aider les personnes handicapées. Ne plus parler de « santé mentale », c'est ignorer ceux qui souffrent psychologiquement. Ce n'est pas parce qu'on ne nomme plus un problème qu'il n'existe plus.

u.s.
The New York Times

These Words Are Disappearing in the New Trump Administration

By Karen Yourish, Annie Daniel, Saurabh Datar, Isaac White and Lazaro Gamio March 7, 2025

Share full article
🔗
🔖
💬 847

As President Trump seeks to purge the federal government of “woke” initiatives, agencies have flagged hundreds of words to limit or avoid, according to a compilation of government documents.

accessible	discriminated	inclusive	privilege
activism	discrimination	inclusive leadership	privileges
activists	discriminatory	inclusiveness	promote diversity
advocacy	disparity	inclusivity	promoting diversity
advocate	diverse	increase diversity	pronoun
advocates	diverse backgrounds	increase the diversity	pronouns
affirming care	diverse communities	indigenous community	prostitute
all-inclusive	diverse community	inequalities	race
allyship	diverse group	inequality	race and ethnicity
anti-racism	diverse groups	inequitable	racial
antiracist	diversified	inequities	racial diversity
assigned at birth	diversify	inequity	racial identity
assigned female at birth	diversifying	injustice	racial inequality
assigned male at birth	diversity	institutional	racial justice
at risk	enhance the diversity	intersectional	racially
barrier	enhancing diversity	intersectionality	racism

Un glissement dangereux

Cette stratégie pose une vraie question de fond : un pays peut-il encore se dire démocratique quand il choisit d'ignorer une partie de sa population? En supprimant certains mots, le gouvernement Trump ne fait pas que de la « communication » : il efface des réalités sociales et humaines. C'est une manière de dire à des millions de personnes qu'elles n'ont plus leur place dans le débat public.

Et ce genre de décision peut faire boule de neige. Si les autorités cessent de reconnaître les injustices, qui les réparera? Si l'État se désengage, qui protégera les plus vulnérables?

Rester vigilant

Les mots ont un pouvoir. Ils servent à dire, à dénoncer, à revendiquer, à réparer. Les supprimer, c'est aussi attaquer ce pouvoir. Ce n'est pas une simple querelle politique : c'est une tentative de réécrire la réalité, de rendre invisible ce qui dérange.

Et si on commence à supprimer les mots « diversité » et « inclusion » aujourd'hui... que restera-t-il demain?

barriers	environmental quality	key groups	segregation
belong	equal opportunity	key people	sense of belonging
bias	equality	key populations	sex
biased	equitable	Latinx	sexual preferences
biased toward	equitableness	LGBT	sexuality
biases	equity	LGBTQ	social justice
biases towards	ethnicity	marginalize	sociocultural
biologically female	excluded	marginalized	socioeconomic
biologically male	exclusion	men who have sex with men	status
BIPOC	expression	mental health	stereotype
Black	female	minorities	stereotypes
breastfeed + people	females	minority	systemic
breastfeed + person	feminism	most risk	systemically
chestfeed + people	fostering inclusivity	MSM	they/them
chestfeed + person	GBV	multicultural	trans
clean energy	gender	Mx	transgender
climate crisis	gender based	Native American	transsexual
climate science	gender based violence	non-binary	trauma
commercial sex worker	gender diversity	nonbinary	traumatic
community diversity	gender identity	oppression	tribal
community equity	gender ideology	oppressive	unconscious bias
confirmation bias	gender-affirming care	orientation	underappreciated
cultural competence	genders	people + uterus	underprivileged
cultural differences	Gulf of Mexico	people-centered care	underrepresentation
cultural heritage	hate speech	person-centered	underrepresented
cultural sensitivity	health disparity	person-centered care	underserved
culturally appropriate	health equity	polarization	undervalued
culturally responsive	hispanic minority	political	victim
DEI	historically	pollution	victims
DEIA	identity	pregnant people	vulnerable populations
DEIAB	immigrants	pregnant person	women
DEIJ	implicit bias	pregnant persons	women and
disabilities	implicit biases	prejudice	underrepresented
disability	inclusion		

L'accessibilité de la bibliothèque : ENTRE VITRINE ET RÉALITÉ

Julie Montreuil, directrice clinique

Le 20 avril dernier, Julie Vancaenenbroeck, déléguée de la brigade d'accessibilité, a pris la parole au conseil de ville pour porter la voix de ceux et celles qu'on oublie trop souvent dans les grands projets d'infrastructures : les personnes en situation de handicap. Avec conviction et clarté, elle a su mettre en lumière les nombreux obstacles qui parsèment le chemin vers cette bibliothèque nouvelle, pourtant pensée comme un lieu de savoir ouvert à tous.

À la suite de cette intervention, le conseiller municipal chargé de l'accessibilité, monsieur Claude Lavoie, a assuré un suivi rapide. Il s'est engagé à nous transmettre l'état des lieux, ainsi que les solutions envisagées pour répondre à nos demandes. Nous vous tiendrons bien entendu informés, notamment dès que la porte d'entrée sera enfin réparée et que le débarcadère du STAC sera fonctionnel.

Cependant, il semble que circule l'idée que la bibliothèque ne serait tout simplement pas accessible. Une impression à nuancer, sans doute.

Car si l'on met de côté les portes électriques qui refusent obstinément de s'ouvrir, les toilettes dites « universelles » qu'il faut faire déverrouiller par une personne à l'accueil, le papier de toilette placé si loin qu'il en devient inutilisable, les sorties de toilette trop étroites, l'absence d'aire de giration pour les fauteuils roulants dans les toilettes désignées, les éviers, distributeurs de savon et sèche-mains perchés hors d'atteinte... Sans oublier la terrasse, inaccessible à cause d'une porte défectueuse...

Si l'on oublie tout cela, alors oui, peut-être peut-on dire que la bibliothèque est accessible.

C'est pourquoi, loin de vouloir décourager, nous lançons une invitation pleine d'ironie douce : venez tester par vous-mêmes. L'accessibilité est parfois une aventure en soi.

Puis... quelques mots par l'une de nos membres à propos de la bibliothèque

C'est avec un grand désarroi que je constate que cette bibliothèque, qui appartient à la Ville de Québec, construite à plus de 43 millions de dollars, n'est pas assez accessible aux personnes handicapées.

Heureusement que le CFPH fait de la défense des droits pour l'accessibilité aux personnes handicapées.

Les codirectrices, devant ma détresse face à l'accessibilité, ont pris cela au sérieux et, avec des personnes handicapées, nous sommes allés faire une visite et, confirmant mes dires, elles ont convenu que l'accessibilité était un grand manque.

Les coordonnatrices ont demandé une rencontre avec les responsables ; nous sommes alors retournées avec la brigade du CFPH pour demander des améliorations pour que les personnes handicapées puissent utiliser cet endroit.

Après un mois, nous n'avons pas eu les demandes convenues avec les élus de la ville et les responsables de la bibliothèque.

C'est alors que, devant ce problème, les codirectrices du CFPH ont pris un autre moyen : faire un reportage avec une journaliste de Radio-Canada et avec des personnes handicapées, et diffuser l'inaccessibilité de la bibliothèque à la télé.

Je remercie les coordonnatrices du fond du cœur, elles qui ont cru et qui ont agi pour les personnes ayant un handicap. Bravo! En espérant que les personnes qui n'ont pas de handicap comprennent nos besoins et se mettent à notre place.

Odette Lavoie, c'est mon récit.



Suivi du service de logement d'urgence

Par Anne-Sophie Verreault, directrice aux affaires organisationnelles

Tout d'abord, nous sommes très fières de vous annoncer que nous avons obtenu un financement d'un an pour le démarrage d'un service de logement d'urgence par le CIUSSS dans le cadre de leur appel à projet « initiative de lutte à l'itinérance hors-refuge et les campements ». Nous avons donc toutes les sommes nécessaires à la mise sur pied de notre service dans les plus brefs délais!

D'ailleurs, nous sommes extrêmement heureuses de souligner l'embauche de Jessyca Cloutier-Laroche dans notre équipe de travail à titre de coordonnatrice en stabilité résidentielle. Jessyca prendra en charge l'ensemble des demandes de suivis individuels qui touchent l'instabilité résidentielle en plus de coordonner le service de logement d'urgence. Vous pouvez lire sa présentation dans la rubrique « des nouvelles du Carrefour ». Dans l'avancement du projet, nous sommes aussi en démarche avec Action-Habitation pour trouver le logement qui nous permettra d'accueillir les personnes qui en auront besoin.

Sinon, depuis le dernier AzimutHs, voici quelques représentations que nous avons faites et dans lesquelles nous avons discuté du logement d'urgence :

- Rencontre avec le conseiller-cadre – collaborations intersectorielles et itinérance, Direction des programmes Santé mentale, Dépendances et Itinérance (DSMDI) du CIUSSS;
- Rencontre avec l'agent de planification, de programmation et de recherche (APPR), Direction des programmes Déficience intellectuelle et trouble du spectre de l'autisme et déficience physique (DITSADP) du CIUSSS;
- Rencontre avec l'agente de planification, programmation et recherche (APPR), volet violence conjugale, Direction générale adjointe | Partenariats, services sociaux et réadaptation du CIUSSS;
- Présence à la présentation des enjeux itinérance et handicap aux membres du RAIQ et du ROP03;
- Rencontre avec la chef de programme - Soutien à domicile en déficience physique, secteurs Sainte-Foy, Des Rivières, Limoilou et La Cité, Direction des programmes DI-TSA-DP du CIUSSS;

- Rencontre avec le coordonnateur au développement de l'habitation communautaire d'Action-Habitation;
- Rencontre avec la conseillère, Division vivre-ensemble et cohésion sociale, Service de la coordination stratégique et des relations internationales à la Ville de Québec;
- Rencontre avec l'agente aux programmes et aux relations communautaires de Québec Philanthrope;
- Intégration du Comité de pratiques en instabilité résidentielle en logement subventionné de Clés en main;
- Rencontre avec le conseiller municipal du district de Maizerets-Lairet et chef de l'opposition officielle et avec la conseillère du district des Saules–Les Méandres.

C'est donc la dernière fois que vous me lisez concernant ce projet, car c'est Jessyca qui prendra la relève pour vous tenir à l'affût des développements.

LUAA

Logement d'urgence accessible et adapté
Par le Carrefour familial des personnes handicapées



Quand l'équité devient un ennemi : LA GUERRE AUX COMITÉS EDI

Par Julie Montreuil, directrice aux services cliniques

Ces dernières années, un phénomène inquiétant prend de l'ampleur : la remise en question – voire la suppression – des comités EDI (Équité, Diversité, Inclusion) et EDIA (Équité, Diversité, Inclusion, Accessibilité) dans nos milieux de travail, nos institutions, nos écoles.

Aux États-Unis, Donald Trump en a fait une promesse électorale : démanteler les politiques EDI, qu'il a qualifiées de divisives. Une de ses premières actions en tant que président a été de signer un décret contre ces comités. En Floride, le gouverneur Ron DeSantis mène une véritable croisade contre l'enseignement de l'histoire raciale ou des droits LGBTQ+. Et ce mouvement déborde aujourd'hui les frontières américaines.

Au Québec et au Canada, certains partis conservateurs ou nationalistes souhaitent aussi leur disparition. Pourquoi? Parce que ces comités dérangent. Ils remettent en cause l'ordre établi. Et parce qu'ils sont devenus une cible facile dans une guerre culturelle qui ne dit pas son nom.

Petit rappel : c'est quoi un comité EDI ou EDIA?

Ce sont des groupes qui travaillent à rendre les milieux plus justes. Leur mission?

- L'équité : Corriger les inégalités et les obstacles systémiques pour que chacun ait les mêmes chances;
- La diversité : Valoriser les différences (origine, genre, handicap, orientation, âge, etc.);
- L'inclusion : Créer des environnements où chacun se sent respecté et à sa place;
- L'accessibilité (pour les comités EDIA) : S'assurer que les lieux, les outils, les contenus sont accessibles à tous.

En clair, ces comités ne sont pas là pour « diviser » ou « imposer une idéologie ». Ils existent parce que des discriminations réelles, bien documentées, persistent. Ils proposent des solutions concrètes pour que nos sociétés soient plus justes et inclusives.

Une peur des privilèges partagés

Alors pourquoi tant d'opposition? Parce que certains groupes, historiquement privilégiés, y voient une menace. Parce que le mot « woke », qui désignait au départ une conscience des injustices sociales, a été détourné pour en faire un épouvantail politique. Une étiquette utilisée pour décrédibiliser toute tentative de justice sociale.

En France, on parle de « tyrannie des minorités ». Au Royaume-Uni, des universités cèdent à la pression politique en suspendant leurs initiatives EDI. En Hongrie et en Pologne, on restreint les droits LGBTQ+ au nom d'un ordre moral conservateur.

Ce rejet s'appuie moins sur des faits que sur des peurs : peur de perdre du pouvoir, peur de partager l'espace, peur du changement. Et il mène à une chose : la désinformation.

Détruire l'EDI, c'est affaiblir la démocratie

Accuser les comités EDI d'être « idéologiques », c'est oublier que l'inaction face aux injustices l'est tout autant. Fermer les yeux sur les inégalités, c'est faire un choix politique. C'est dire que certains méritent plus que d'autres.

Mais l'équité, ce n'est pas retirer des droits à certains pour les donner à d'autres. C'est garantir que chacun ait, enfin, une vraie chance d'exister, d'apprendre, de travailler, de vivre dignement. C'est ce qui devrait aller de soi dans une société démocratique.

Ne pas nommer, c'est effacer

Quand des gouvernements retirent des mots comme « diversité » ou « inclusion » de leurs sites web, ils ne règlent pas les problèmes. Ils les rendent invisibles. Comme si ne plus parler de racisme, de sexisme ou d'exclusion suffisait à les faire disparaître.

Mais ce silence a un prix. Et ce sont toujours les mêmes qui le paient : les personnes marginalisées, celles qu'on n'écoute pas, celles qu'on rend invisibles.

Refuser les comités EDI, ce n'est pas protéger la société. C'est refuser d'en faire une où chacun a sa place. Loin d'être une mode ou une menace, l'EDI est une réponse humaine, nécessaire et urgente à un monde encore trop inégal.



Retour sur le café-rencontre à propos des chauffeurs de transport adapté

Par Anne-Sophie Verreault, directrice aux affaires organisationnelles

Le 27 février dernier, j'ai organisé un café-rencontre sur les comportements attendus des chauffeurs de transport adapté. C'était l'occasion pour les usagères et usagers de partager leurs expériences et idées pour l'amélioration du service. Aussi, j'ai été approché pour commenter la formation que le STAC met présentement en place pour les chauffeurs et je voulais aller prendre le pouls des attentes des usagères et usagers pour qu'elles soient au cœur des priorités du contenu de la formation.

L'engouement était bien présent et l'activité s'est tenue à inscriptions fermées. Nous avons même eu un appel du RTC pour voir si leur présence était pertinente à cette rencontre. Un ancien chauffeur de transport adapté s'autoproclamant meilleur chauffeur du STAC nous a contacté pour participer, ce qu'on lui a certainement refusé. Même si on ne le constate pas toujours, les rassemblements autour de problématiques collectives dérangent.

Trois grands thèmes sont ressortis : le sentiment de sécurité, la courtoisie et le confort.

Concernant le sentiment de sécurité, nous avons discuté de douceur lors des déplacements, du sentiment d'être bien attaché et de l'insécurité d'être seule sans avoir le droit de se sauver avec des chauffeurs qui nous rendent inconfortables.

Pour la courtoisie, on a parlé de la fameuse utilisation du téléphone cellulaire au volant, de la rigidité du service qui empêche les chauffeurs de faire preuve de jugement et de la ligne mince entre la courtoisie et la familiarité.

Finalement, au sujet du confort, on a parlé du temps d'attente, des incohérences dans la nouvelle application et du manque d'appui dans les nouveaux bus pour les personnes transférables.

Aussi, deux participantes m'ont mentionné la volonté de refaire un café-rencontre sur ce sujet pour aller plus loin dans les discussions et le partage d'expérience. Notre coordonnatrice aux activités travaille donc actuellement là-dessus en collaboration avec ces deux participantes qui prendront en charge la suite de ce dossier.

De son côté, notre directrice aux services cliniques pourra se servir des notes que j'ai préparées afin de bien représenter les enjeux soulevés lors des consultations, en prévision de la formation des chauffeurs du STAC qui s'en vient.

Ne manquez pas les inscriptions pour la prochaine rencontre, les places s'envolent !



Service d'appels automatisés du transport adapté

Par Anne-Sophie Verreault, directrice aux affaires organisationnelles
Selon les informations fournies par le RTC

Chers membres,

Nous vous informons que depuis le 25 mars 2025, le Service de transport adapté de la Capitale (STAC) a mis en place un nouveau service d'appels automatisés afin de rendre vos déplacements encore plus simples et flexibles, en vous offrant davantage d'autonomie.

Quelles sont les nouvelles fonctionnalités?

1. Appel automatisé la veille du déplacement : vous recevrez un appel pour confirmer votre déplacement prévu le lendemain (jusqu'à trois tentatives si vous ne répondez pas);
2. Appel automatisé 30 minutes avant l'heure de départ : un rappel sera effectué pour vous informer de l'arrivée prochaine du véhicule.

Comment cela fonctionne-t-il?

- Tous les utilisateurs, que ce soit pour des déplacements occasionnels ou réguliers, recevront ces appels automatisés;
- **Lors de l'appel la veille, vous pourrez :**
 - o Confirmer le déplacement (en appuyant sur la touche « 1 »);
 - o Annuler le déplacement (en appuyant sur la touche « 3 »);
 - o Écouter à nouveau le message (en appuyant sur la touche « # »).

Si vous ne répondez pas, votre déplacement sera considéré comme confirmé.

- 30 minutes avant le départ, un autre appel vous rappellera votre rendez-vous :
 - o Vous pourrez annuler votre déplacement si nécessaire (en appuyant sur la touche « 3 »);
 - o Vous pourrez réécouter le message (en appuyant sur la touche « # »).

Ou vous pourrez simplement vous préparer à l'arrivée du véhicule.

Les avantages de ce service

- Annulation de vos déplacements sans devoir contacter un préposé;
- Moins d'oublis de rendez-vous grâce aux rappels automatisés;
- Confirmation que votre réservation est bien prise en compte;
- Assurance que le véhicule est en route et préparation à son arrivée.

Il est important de savoir que vous pouvez toujours contacter un préposé du **Service de transport adapté de la Capitale** pour toute question ou assistance. Il sera également possible de vous désabonner du service d'appels automatisés si vous le souhaitez.

Nous espérons que ce nouveau service améliorera votre expérience de transport. Nous restons disponibles pour récolter vos retours sur ce nouveau service.

Lancement du plan d'action en accessibilité universelle RTC

Par Andréanne Gagnon, administratrice

Le 24 mars dernier, Anne-Sophie et Andréanne Gagnon ont assisté au lancement du Plan de développement en accessibilité universelle 2025-2029 du Réseau de transport de la Capitale.

Voici quelques points positifs qui ont attiré leur attention.

La nouvelle approche d'accessibilité du réseau, avec l'augmentation considérable du nombre d'arrêts accessibles, est certainement la nouveauté la plus attendue des personnes qui utilisent des aides à la mobilité. L'objectif final est qu'elles puissent utiliser tous les véhicules et se déplacer sur tout le réseau.

MAIS...

Pour qu'un plus grand nombre de personnes en situation de handicap ou à mobilité réduite utilisent le RTC de façon autonome et sécuritaire, l'accompagnement actuellement offert dans les locaux du SAMI se devait d'être bonifié. L'offre d'accompagnement dans des déplacements réels, en collaboration avec des partenaires, répondra certainement mieux aux besoins particuliers de potentiels clients qui pourraient être capables de l'utiliser avec un accompagnement spécifique et personnalisé.

ET...

C'est important de s'assurer que les équipements visuels et sonores fonctionnent bien sur le réseau. Intégrer les parcours accessibles et leur horaire en temps réel dans tous les outils technologiques du RTC sera une aide précieuse pour plusieurs utilisateurs. Il faut tout de même que des outils papier soient toujours disponibles pour inclure toute la population.

CONSIDÉRANT QUE...

Le réseau est et sera de plus en plus perturbé par les travaux routiers à venir, des arrêts accessibles temporaires seront mis en place dans les zones de travaux de quatre semaines et plus.

POUR METTRE EN VALEUR NOTRE DROIT À UN TRANSPORT INCLUSIF ET UNIVERSEL...

Le déploiement de la campagne « voyager ensemble » s'adressera à la clientèle générale. Des messages pour encourager les comportements inclusifs et courtois à adopter envers les personnes handicapées ou à mobilité réduite seront diffusés. Le commentaire d'une utilisatrice présente au lancement sur la nécessité de penser aux handicaps invisibles prendra tout son sens dans cette campagne de sensibilisation.

En conclusion, le Plan de développement en accessibilité universelle 2025-2029 du Réseau de transport de la Capitale a pour objectif de faire de l'utilisation du transport collectif régulier une véritable solution de déplacement spontané pour les personnes handicapées et à mobilité réduite.



Violence conjugale et handicap : UNE LUEUR D'ESPOIR À QUÉBEC

Par Julie Montreuil, directrice aux services cliniques

Bonne nouvelle pour les personnes en situation de handicap vivant à Québec!

Face à la réalité trop souvent silencieuse de la violence conjugale ou intime, une nouvelle ressource verra le jour pour offrir soutien, sécurité et dignité.

Le Carrefour familial des personnes handicapées mettra bientôt son logement d'urgence accessible spécialement adapté (LUAA) à la disposition des personnes handicapées - femmes et hommes - qui désirent quitter une situation de violence. Cette initiative est porteuse d'espoir pour celles et ceux qui, jusqu'à maintenant, se retrouvaient parfois sans solution adaptée à leur réalité.

Ce logement ne vise pas à remplacer les maisons d'hébergement existantes, mais plutôt à combler un vide : il s'adresse aux personnes qui, pour diverses raisons, ne peuvent pas y séjourner. Le CFPH souhaite ainsi offrir une alternative sécuritaire, respectueuse et accessible. Ce n'est pas la seule vocation du logement d'urgence, mais cela reste une alternative intéressante en cas de violence conjugale.

En plus d'un toit, ce lieu offrira :

- des soins adaptés à chaque personne;
- de l'aide domestique;
- un accompagnement pour reprendre le contrôle de sa vie;
- un pont vers d'autres ressources : maisons d'hébergement, organismes spécialisés, soutien psychologique, etc.

Bien entendu, il faudra respecter certaines modalités d'hébergement, notamment la cohabitation avec un autre locataire dans un esprit de respect mutuel.

L'ouverture officielle du logement d'urgence sera annoncée prochainement par le CFPH.

Chaque personne mérite un toit et de se sentir en sécurité!



Notre théâtre à l'honneur : « Nos vies sont enjeux en jeu » PRÉSENTÉE À UN TALENT PAS SI DIFFÉRENT!

Par Arielle De Garie, coordonnatrice aux activités

C'est avec une immense fierté que nous vous annonçons que notre pièce de théâtre « Nos vies sont enjeux en jeu » sera présentée lors de l'événement Un talent pas si différent, qui se tiendra le 17 mai 2025 au Terminal des Croisières de Québec!

Rappelons que ce projet théâtral a été une aventure collective inoubliable pour le Carrefour familial des personnes handicapées. Depuis le printemps 2024, huit de nos membres ont pris part à une série d'ateliers de création théâtrale, explorant leurs réalités quotidiennes et les transformant en une œuvre artistique vibrante, drôle et percutante.

Présentée pour la première fois en novembre dernier à l'occasion de notre 75e anniversaire, cette pièce aborde avec intelligence et humour des sujets comme les visites à l'hôpital, dans les centres commerciaux, les relations amoureuses et les obstacles vécus par les personnes en situation de handicap. Loin d'être une simple performance, cette création porte un message fort d'inclusion, de dignité et de célébration de la diversité.

Et ce n'est pas tout! En plus de notre pièce, les toiles de l'une de nos membres, Hélène Brousseau, seront aussi exposées dans le cadre du vernissage inclus dans l'événement. Un bel exemple de la richesse artistique de notre communauté!



PRÉSENTÉ PAR  

FESTIVAL
un talent pas si différent



17 mai 2025 dès 12h
Terminal des croisières
84 rue Dalhousie

Vernissage 12h à 14h
Spectacle 14h à 16h30

PROJETS EN COURS

Venez nous applaudir!

Un talent pas si différent est un événement festif, présenté par l'ARLPH03 et Le Sillage, qui vise à mettre en lumière les talents de personnes en situation de handicap de la région de la Capitale-Nationale.

Lieu : Terminal des Croisières,
84, rue Dalhousie

Date : 17 mai 2025

Vernissage gratuit : 12 h à 14 h

Spectacle (incluant notre pièce) : 14 h à 16 h 30

Coût du spectacle : 10 \$

Pour acheter vos billets :

Ce projet théâtral nous a permis de faire rayonner les voix et les talents de nos membres... et maintenant, il continue son parcours devant un nouveau public! Venez nombreuses et nombreux soutenir nos artistes, découvrir leur travail et célébrer avec nous un talent pas si différent. mais tout à fait extraordinaire.





Les Cuisines du Carrefour : UN PROJET EN PLEINE ÉVOLUTION!

Par Anne-Sophie Verreault, directrice aux affaires organisationnelles

Nous sommes heureuses de vous annoncer que le projet des Cuisines du Carrefour a pris un bel élan après la rencontre du 17 avril dernier. Lors de cette rencontre, six participants et participantes se sont réunis pour découvrir les locaux, échanger sur leurs attentes et partager leurs envies culinaires. Ce fut un moment précieux de dialogue et de cocréation autour des valeurs d'entraide et d'autodétermination du CFPH.

Pour rappel, les Cuisines du Carrefour ont pour objectif de proposer des activités de cuisine collective adaptées aux goûts et besoins de chacun et chacune. Ces moments conviviaux permettent à un petit groupe de personnes de se retrouver régulièrement pour préparer ensemble des repas sains, économiques et savoureux, qu'elles pourront ensuite rapporter chez elles. C'est une belle occasion de renforcer les liens communautaires tout en apprenant de nouvelles recettes et astuces culinaires.

À l'issue de cette rencontre, nous avons recueilli de nombreuses idées et suggestions pour personnaliser davantage ces ateliers et les rendre encore plus adaptés aux attentes de tout le monde. Nous sommes enthousiastes à l'idée de voir ce projet se concrétiser et de vous y accueillir très bientôt !

Restez à l'affût pour plus de nouvelles et merci à tous ceux qui ont pris part à ce beau début d'aventure. Et surtout, un beau merci à nos partenaires qui sont les instigatrices de ce beau projet, Caroline et Marie-Claude de l'organisme Touski !



La brigade de plus en plus et de mieux en mieux!

Par Kathy Chassé, intervenante sociocommunautaire

À la suite d'une recommandation du Trident, la brigade d'accessibilité du CFPH a été invitée par l'OBNL Manif d'art à les accompagner afin d'offrir une exposition centrale plus accessible et plus inclusive lors de leur 4e édition de Jardin d'hiver qui a eu lieu à l'Espace Quatre Cents du 28 février au 20 avril 2025. Pour une fois, des gens nous sollicitaient AVANT de faire une installation, nous étions ravi(e)s!

La visite en janvier s'est réalisée dans l'espace complètement vide, ce qui nous a permis de bien expliquer à l'équipe de Manif d'art les enjeux vécus par les personnes qui vivent avec des limitations fonctionnelles. Nous avons pu donner plusieurs recommandations à l'équipe sur la hauteur de l'affichage idéale, l'espace de giration nécessaire aux différents fauteuils et quadriporteurs ainsi que de les informer sur les avertissements à émettre concernant l'éclairage ou sur certaines sensibilités, au latex par exemple.

Une fois l'exposition montée, deux membres de la brigade ont pu retourner faire une rapide visite afin de vérifier que l'aménagement de l'espace permettait de vivre une expérience culturelle optimale pour les personnes qui ont des limitations à la mobilité.

En remerciement, Manif d'art a offert un billet pour visiter l'exposition le jour où les artistes étaient présents pour discuter avec le public.

L'expérience vécue avec Manif d'art a permis aux membres de la brigade d'identifier les points sur lesquels travailler à l'avenir afin d'améliorer encore son processus d'évaluation qui devient de plus en plus efficace avec le temps et qui offre une expertise solide et unique. Notre brigade ne se contente pas d'évaluer le cadre bâti, elle offre plutôt aux organismes qui la demandent une évaluation des services qu'ils offrent ou de l'expérience qu'ils souhaitent faire vivre à leur clientèle.

Nous remercions chaleureusement Le Trident et Manif d'art pour leur ouverture et leur accueil et d'ainsi contribuer à la construction d'une société plus juste et plus inclusive.

Pour plus d'informations ou découvrir l'organisme Manif d'art : info@manifdart.org



Quand le handicap croise le vieillissement ou que le vieillissement devient handicap

Par Kathy Chassé, intervenante sociocommunautaire

Programme MADA-Ville est destiné aux organismes reconnus par la Ville de Québec. Il vise à soutenir leurs actions en matière d'amélioration des conditions de vie des aînés du territoire et le vieillissement actif.

« Je suis trop vieille pour les personnes handicapées et trop handicapée pour les vieilles personnes. » (Mme S.)

Depuis longtemps déjà, le CFPH offre ses services aux aînés qui se retrouvent, avec l'âge, à devoir composer avec des limitations fonctionnelles. Qui de mieux que les personnes en situation de handicap pour les comprendre et les soutenir dans cette nouvelle réalité? Cependant, il n'est pas toujours simple de côtoyer, discuter, faire des activités avec des personnes d'une autre génération. Et nous nous sommes questionnés... Pourquoi les personnes aînées du CFPH ne fréquentent pas ou peu les organismes pour aîné(e)s? Et pourquoi des personnes aînées vivant des limitations fonctionnelles intègrent-elles notre milieu, abandonnant ainsi leur réseau?

La subvention octroyée par le programme MADA de la Ville de Québec nous aura donc permis dans la dernière année de commencer à réduire l'écart entre les groupes communautaires pour les personnes aînées et les groupes communautaires pour les personnes handicapées en travaillant sur l'intersection de ces deux réalités. Que ce soit par notre présence à la Table de concertation des aînés de la Capitale-Nationale, en présentant le CFPH à différents regroupements et organismes et à plusieurs intervenant(e)s, nous avons tissé des liens qui nous permettent d'offrir des services mieux adaptés à nos membres qui vieillissent et de mieux accueillir nos nouveaux membres aînés.

Par le décroisement du handicap, nous souhaitons collaborer au développement de milieux de vie mixtes et inclusifs et réduire le tabou qui plane au-dessus des limitations fonctionnelles et du processus de vieillissement, et ainsi permettre aux personnes aînées de voir leurs limitations et de reprendre leur pouvoir d'agir afin d'améliorer leurs conditions de vie et leur autonomie.

Le CFPH est en attente d'une deuxième subvention du programme MADA afin de poursuivre ses objectifs. Continuez de nous lire pour être informés de nos projets!



Employées

Arielle De Garie, coordonnatrice aux activités, fait les manchettes!

Notre coordonnatrice aux activités, Arielle De Garie, brille sous les projecteurs! Un reportage télé et un article mettent en lumière son impressionnante carrière artistique et son engagement inspirant. Artiste multidisciplinaire et comédienne, Arielle refuse de se laisser définir par son handicap – elle incarne la passion, le courage et l'authenticité. De plus, l'activiste Richard Guilmette lui a consacré une entrevue touchante, enregistrée en avril 2023, dans laquelle Arielle partage avec générosité son parcours, sa vision et son amour pour l'art. Une femme de cœur, de feu et de conviction!

Le tout est disponible dans notre section « À lire ou à écouter ».



Membres

Kimby Kistabish et Nature Québec

Bonjour. J'ai été approchée par Nature Québec une deuxième fois. La première fois, c'était pour coécrire un texte avec Lucie Benet pour le Devoir : elle voulait un témoignage de ma part comme personne à mobilité réduite. Cette fois-ci, on m'a approchée pour une collaboration de deux ans, jusqu'à mars 2026. Je vais agir comme consultante autochtone durant ce projet. En gros, dans ce projet, on va me demander mon opinion sur certaines actions et activités qu'ils vont faire pour la sensibilisation à l'accès des personnes à mobilité réduite à la vie rurale. Je suis très fière encore une fois de faire partie d'un projet avec Nature Québec.



Partenaires

VIA pour Ville Inclusive Aînés, l'histoire d'un p'tit train qui va loin

Par Kathy Chassé, intervenante sociocommunautaire

Il était une fois, en l'an 2019, dans le quartier Saint-Roch, où les membres du CFPH furent appelés à participer à un projet de recherche-action-création alliant le travail social et l'art visuel. Ce projet, appelé Accès-communauté : un objectif partagé ou ACOP, visait à améliorer la qualité de vie dans le quartier, avec une préoccupation particulière pour les groupes les plus vulnérables. Ce projet de recherche a permis de déterminer les éléments de l'environnement physique ou social qui peuvent influencer la participation sociale de personnes âgées ayant des incapacités ou autres conditions. Ces personnes sont habituées à faire face à plusieurs obstacles dans leurs déplacements ou leur fréquentation de lieux de participation sociale.

Les résultats permettent de mieux comprendre comment les personnes âgées s'organisent pour participer socialement malgré les embûches présentes dans leur environnement physique et dans leur environnement social.

Constatant qu'à chaque étape de leurs déplacements, ces personnes doivent composer avec un environnement physique et social qui, trop souvent, n'est pas accueillant ou inclusif, notre partenaire et ami L'Engrenage St-Roch, avec le soutien et la participation d'Émilie Raymond Ph. D., a réuni des organismes et des citoyen(ne)s afin de poursuivre le travail de réflexion commencé avec la recherche ACOP et de s'engager dans la voie vers l'accessibilité d'un quartier qui poursuit sans relâche son rêve d'inclusivité.

Depuis, le projet ACOP, devenu la concertation VIA, a pour objectif de rendre la ville plus inclusive pour toutes et tous. Répondre aux enjeux de mobilité des personnes âgées répond, au final, aux besoins de tout le monde, message que le CFPH porte depuis 75 ans.

Pour que les choses changent à la Ville, il est important que la voix des personnes qui vivent elles-mêmes avec des incapacités soit entendue. C'est pour cette raison que la concertation, en plus de la présence d'organismes et de chercheur(-euse)s, donne une place importante aux personnes âgées pour qu'elles décident elles-mêmes de la marche à suivre, des actions à mener et qu'elles puissent témoigner de leurs enjeux auprès de la population et des instances municipales. De la campagne de sensibilisation « L'accessibilité vieillit mal » à sa présence aux diverses consultations citoyennes, la concertation VIA, qui a plusieurs projets en cours, est là pour rester et le CFPH continuera d'y contribuer.

Pour en savoir plus ou si vous souhaitez vous impliquer : www.engrenagestroch.org



CFPH

Soutien à l'action bénévole dans Jean-Talon

Julie Montreuil, directrice aux services cliniques, et Anne-Sophie Verreault, directrice aux affaires organisationnelles, ont participé à l'événement de reconnaissance bénévole de M. Pascal Paradis, député de Jean-Talon. Nous remercions chaleureusement son équipe pour leur soutien financier dans le cadre de notre 75e anniversaire.



Motion à l'Assemblée nationale

Le 18 février dernier, Mme Elizabeth Prass, députée de d'Arcy-McGee, a souligné le 75e anniversaire du Carrefour familial des personnes handicapées à l'Assemblée nationale.

Aujourd'hui, j'aimerais souligner le 75e anniversaire du Carrefour familial des personnes handicapées. Depuis 1949, cet organisme autogéré soutient les personnes handicapées et leurs proches en défendant leur droit à l'autodétermination et à l'inclusion. Au fil des années, le Carrefour familial a mis en place une multitude d'actions pour répondre aux besoins variés de ses membres. Que ce soit pour défendre leurs droits, les accompagner face à des situations de violence ou encore les soutenir dans leur parcours professionnel, l'organisme œuvre constamment pour améliorer leur qualité de vie. Avec son approche globale, le Carrefour familial joue un rôle clé dans la sensibilisation de la société aux défis uniques rencontrés par les personnes vivant avec une limitation motrice. À travers toutes ces initiatives, l'organisme continue de bâtir un avenir plus juste et inclusif pour tous.

Félicitations au Carrefour familial pour ces 75 années de dévouement! Et merci à tous celles et ceux qui, au quotidien, contribuent à faire avancer la cause des personnes handicapées et de leurs proches.



Entrevue militante avec **Vincent Tremblay**

Par Martine Pelletier, membre

Monsieur Vincent Tremblay, ex-président du conseil d'administration du Carrefour familial des personnes handicapées, a quitté son poste pour se consacrer à d'autres projets. L'AzimutHs tient à lui rendre hommage.

Q. Vincent, à quel âge as-tu commencé à t'investir pour la cause des personnes handicapées? À quel âge avez-vous commencé à militer?

R. J'ai commencé à m'y investir en 2006 lorsque j'ai donné ma première conférence à l'école de la Canardière. Mais ma véritable implication a débuté en 2014 lorsque j'ai fondé l'organisme Mobilité Québec, dont la mission est de sensibiliser le public en général, et plus particulièrement les jeunes, à la réalité des personnes handicapées, alors que je travaillais déjà sur certains dossiers comme l'accessibilité universelle, l'adaptation de véhicules et le transport adapté.

Q. Pourquoi particulièrement les jeunes?

R. Parce qu'ils voyaient quelque chose de nouveau. Qu'ils aimaient entendre parler du quotidien d'une personne handicapée.

Q. Quelle est la réalisation dont vous êtes le plus fier?

R. C'est d'avoir fondé Mobilité Québec et de lui avoir donné une mission.

Sur le plan personnel, c'est d'avoir adapté ma maison. Certaines personnes m'ont dit qu'il n'y avait pas d'autre que moi qui aurait pu faire cela. Car je suis quelqu'un qui est plein de projets, qui embarque dans le train de la vie au lieu de le regarder passer.



Q. Quel est votre moment coup de cœur du militantisme?

R. C'est lorsque j'ai prononcé mon discours à l'occasion du 75e anniversaire du Carrefour, que les gens présents à la Nef ont beaucoup apprécié.

Q. Qu'est-ce qui a fait que votre implication perdure ?

R. En général, chaque personne a un but dans la vie, veut apporter sa contribution à la société. Ce qui me motive, c'est de voir que mon implication a un impact sur les personnes handicapées. Plus elle a un impact, plus je veux continuer.

Q. Avez-vous des conseils à prodiguer à ceux qui veulent s'impliquer ?

R. Ne pas avoir peur d'aller vers les gens, de donner son opinion même si l'on croit qu'elle est mauvaise, de signifier son intérêt à travailler pour une cause.

Voyage à Cuba

Par Kimby Kistabish, membre

Hola,

Je suis Kimby Kistabish.

Je vais vous parler de mon expérience lors de mon premier vol à vie, c'était moins pire que je ne pensais! Je me suis fait des peurs pour rien mais aussi de ma semaine de rêve à Cuba. Une fois arrivée à l'aéroport de Montréal, tout va bien... jusqu'à la sécurité aux douanes. Je vous explique : vu que c'est ma première fois, je suis partie à rire beaucoup trop longtemps, alors l'agente nous a dit de nous calmer, mon amie et moi. J'étais insultée. Mais une fois arrivée à Cuba, l'agente a été plus douce avec moi, une chance !

En sortant de l'aéroport de Cuba, notre taxi privé nous attendait. Il s'appelait Roberto, mais, plus tard dans la semaine, on a connu aussi le fils de Roberto, Robi. Les deux chauffeurs les plus attentionnés et les plus gentils!

Ma semaine s'est très bien passée, mais avec quelques petites lacunes à l'hôtel. L'hôtel s'est dit 100 % adapté, mais... il y avait des endroits où je n'aurais pas pu aller toute seule en raison des trous dans le sol ou le gazon. Mon amie devait me promener de reculons à ces endroits.

Mais notre chambre était bien adaptée par exemple. Je n'ai rien à dire sur ce côté-là!

Le buffet de notre hôtel laissait à désirer. Après deux jours à toujours manger la même chose, on était déjà tannées... Mais le restaurant Los Portales nous a sauvé la mise. C'était un buffet aussi, mais ça variait presque chaque jour. Et que dire des employés : très gentils!

C'est une semaine de rêve que j'ai vécue là. Et surtout à ma matinée de dauphins. Notre agente Sunwing, Barbara tout fait que cette matinée se réalise. Je la remercie beaucoup pour cela.

A part ça, tout ce qui se passe à Cuba... reste à Cuba.



Naturisme et handicap

Par **Andréa Natsumi Nadeau**, membre

Avec les beaux jours qui se pointent timidement, j'imagine que vos plans pour l'été en font autant. J'aimerais ajouter à la discussion en y allant de ma suggestion : pourquoi ne pas tenter le naturisme?

Avant que vous vous sauviez en courant (ou roulant) sous une pile de linge, prenez quelques minutes pour lire pourquoi c'est une bonne idée.

Aspect pratique : je refuse de croire que je suis la seule qui trouve ça particulièrement chiant d'enfiler et surtout retirer un maillot mouillé pour la baignade, surtout lorsque la position debout n'est pas une option viable.

Aspect confort : changement climatique oblige, il est de plus en plus pénible d'opter pour un mode de vie textile avec les canicules qui s'enchaînent.

Aspect image corporelle : personnellement, je trouve triste que, souvent, nos corps ne soient nus que pour être soignés et ensuite rapidement cachés et recouverts; souvent plus vus par des étrangers (soignants) que des proches (amoureux). Dans un monde où notre intimité est souvent compromise et la pudeur de la majorité inaccessible, pourquoi ne pas embrasser cela plutôt que de subir dans la gêne, dans notre coin?

Mais comment/où?

Il y a plusieurs options.

1. Certaines activités du Groupe naturiste de Québec (affilié à la Fédération Québécoise de Naturisme) sont accessibles et la fédération serait même ouverte à nous donner notre propre section si nous étions assez nombreux/motivés;

2. Côté camping, le DSA en périphérie de Drummondville est relativement accessible (j'aimerais travailler avec eux pour améliorer ça).

Il est conseillé, avant de se lancer, de réfléchir aux raisons qui nous amènent à envisager l'expérience, d'en discuter avec des gens de confiance avec qui nous nous sentons à l'aise.

Ma dernière question serait : qui osera?



Portes ouvertes au Carrefour

Par Odette Lavoie, membre

Bonjour à tous les membres du CFPH,

Vous êtes invités à la porte ouverte du Carrefour le vendredi après-midi de 13 h 30 à 16 h 30.

Vous êtes tous les bienvenus, venez vous divertir. Il y a des jeux, et une personne responsable qui est Gabrielle Harvey-Gasse.

Vous pouvez apporter votre collation. Si vous n'aimez pas jouer, vous pouvez toujours faire du social ; juste votre présence, c'est une bonne façon de sortir de son isolement!

Un bon vendredi après-midi.



Parutions au sujet de l'organisme



« C'est aberrant! » : Cri du cœur pour une bibliothèque Gabrielle-Roy plus accessible

Article et reportage de Flavie Sauvageau pour Radio-Canada info au sujet des enjeux d'accessibilité à la bibliothèque Gabrielle-Roy

Publié le 23 février 2025



<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/2142841/bibliotheque-gabrielle-roy-accessibilite-handicap>



Un sommet pour redorer l'image de Saint-Roch

Article et reportage de Jonathan Lavoie pour Radio-Canada info. En mars, Anne-Sophie Verreault s'est rendue au sommet visant à redorer l'image de Saint-Roch!

Publié le 26 mars



<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/2150860/itinerance-basse-ville-commerce-quebec>



L'histoire du développement communautaire et la lutte des personnes handicapées (1 heure et 12 minutes)

Voici la captation de la conférence L'histoire du développement communautaire et la lutte des personnes handicapées : Comprendre les enjeux sociétaux en Occident et en Amérique du Nord offerte à l'Université Laval par Vincent Tremblay, Marie-Michèle Thériault et Julie Montreuil.



<https://youtu.be/coo97v4jj7M?si=nRo4hmc96Qv4t00J>

Balados



Une artiste de cœur, Arielle De Garie (1 heure et 7 minutes)

L'activiste de longue date Richard Guilmette a publié une entrevue touchante et inspirante avec Arielle De Garie, notre coordonnatrice aux activités et artiste multidisciplinaire. Dans cet épisode enregistré en avril 2023, Arielle partage avec générosité son parcours, sa vision et sa passion.



<https://youtu.be/6gabr-lwaiw?si=hgnx36gxyjq6C817>



Au coin du brasier - épisode 7 - Au croisement du handicap et des droits (55 minutes et 30 secondes)

Dans ce balado, nous plongeons dans les réalités complexes et souvent invisibilisées de la santé sexuelle et reproductive des femmes en situation de handicap. Notre invitée partage ses expériences personnelles sur des sujets cruciaux tels que les menstruations, la contraception, la parentalité, et la ménopause. À travers des discussions sur la charge contraceptive, les stéréotypes entourant la parentalité et le handicap, et l'accès aux soins gynécologiques inclusifs, cet épisode met en lumière les luttes et les victoires des femmes handicapées. Une réflexion essentielle sur la santé sexuelle, les droits reproductifs, et l'impact des systèmes oppressifs.

Lien spotify - publié le 24 mars 2025



<https://open.spotify.com/episode/1V4Vu0POorLMD4WHFFDZJI?si=fqBlldeROawREZ7gSYyBg>

Autres parutions médiatiques



Reportage sur Arielle De Garie (4 minutes et 44 secondes)

Réalisé par Alicia Rochevrièr pour le téléjournal Québec, qui présente le portrait d'artiste de notre coordonnatrice aux activités.

Publié le 8 mars 2025, à l'occasion de la Journée internationale des droits des femmes



<https://www.facebook.com/alicia.rochevrièr/videos/1370016517513614>



L'urgence de vivre d'Arielle De Garie

Article rédigé par Alicia Rochevrièr pour Radio-Canada info, qui présente le parcours d'artiste de notre coordonnatrice aux activités.

Publié le 7 mars 2025



<https://ici.radio-canada.ca/info/long-format/2145678/arielle-de-garie-arthrogrypose-congenitale>

Carrefour portes ouvertes avec Gabrielle

Presque tous les vendredis de 13h30 à 16h30

- en mai : 2, 9, 16, 23 et 30
- en juin : 6, 13 et 20
- en juillet : 4 juillet et ensuite nous sommes fermés pour le reste du mois!
- en août : 8, 15, 22 et 29
- en septembre : 12, 19 et 26
- en octobre : 3, 10, 17 et 24

Spectacle « Un talent pas si différent »

17 mai 2025

Fête des bénévoles

20 mai 2025

Assemblée générale annuelle

14 juin 2025

Soirée camping – pour notre fierté

26 août 2025





Pour nous joindre :

Carrefour familial des personnes handicapées

360, rue du Pont,
Québec (Québec) G1K 6M6

418-522-1251
accueil@cfph.org