CFPH
Carrefour familial des personnes handicapées

ÉDITION 2026 N° 2

AzimuthS

OCTOBRE 2026

C’EST LA RENTRÉE AU CFPH : LUMIÈRE SUR L’ASSOCIATION



DANS CETTE ÉDITION

Les élections provinciales 2026
Participation citoyenne et handicap

Les changements au CFPH
Nouveau CA, nouvelle coordo et nouveaux services

Les activités de l’organisme
Retour sur les activités du printemps

Collaboration, rédaction et graphisme

Jessyca Cloutier Laroche, Kathy Chassé, Marie-Ève Couture, Arielle De Garie, Éric Dumas, Andreanne Gagnon, Floyd Lapierre-Poupart, Odette Lavoie, Diana Lim, Alexandre Maheu, Julie Montreuil, Andrea Natsumi Nadeau, ROP03, Andrée-Anne Thibeault, Anne-Sophie Verreault.

Crédits photos

Accès transports viables,
Apple TV,
ACFAS,
Ateliers manifestifs,
Marie-Ève Couture,
Arielle De Garie,
Matthieu Deschamps,
CFPH,
Intelligence artificielle,
Journal de Québec,
Marie-Josée Marcotte,
Andrea Natsumi Nadeau,
Radio-Canada,
RGFCN,
ROP03,
Table citoyenne du littoral Est

Équipe de travail

Anne-Sophie Verreault,
directrice au développement organisationnel et communautaire

Julie Montreuil,
directrice au développement social et services cliniques

Kathy Chassé,
intervenante sociocommunautaire

Marie-Ève Couture,
coordonnatrice à la mobilisation

Jessyca Cloutier-Laroche,
coordonnatrice en stabilité résidentielle

Andrée-Anne Thibeault,
préposée à l'accueil

Fatoumata Gninge,
adjointe de direction

Conseil d'administration

Andréanne Gagnon, présidente

Gabrielle Harvey-Gasse, vice-président

Kimby Kistabish, secrétaire

Véronique Denis, trésorière

Martine Pelletier, administratrice

Alexandre Maheu, administrateur

Marie-Michèle Thériault, administratrice

AzimutHs est un magazine produit par le Carrefour familial des personnes handicapées pour ses membres, ses partenaires et toutes 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.

ÉDITORIAL

Par Julie Montreuil, au développement social et des services cliniques

Il semble que, chaque fois que je m'installe pour écrire l'éditorial d'AzimutHs, je me dis : que de choses à dire et à écrire!

Et, encore une fois, il s'en est passé des choses au Carrefour. Après plusieurs mouvements dans l'équipe, nous arrivons enfin à une certaine stabilité. Une nouvelle équipe se forme, les liens se créent et les projets avancent. Et, bonne nouvelle, Anne-Sophie est de retour parmi nous! Ceux et celles qui connaissent le Carrefour savent comment elle est essentielle à l'organisme.

Cette stabilité arrive à point. Parce que des idées, nous en avons. Des projets aussi. Peut-être même un peu trop parfois!

La stabilité résidentielle continue de prendre une place importante dans notre travail. Le logement d'urgence accessible et adapté nous amène à réfléchir autrement à l'itinérance, au logement et surtout aux fameux « trous de services » dans lesquels les personnes handicapées peuvent facilement tomber. La Brigade poursuit également son travail et nos activités d'éducation populaire nous permettent de continuer à discuter, réfléchir et parfois brasser un peu la cage.

Et, pendant ce temps-là, il y a la période électorale. Les élections sont toujours un moment particulier pour nous. On parle de logement, de pauvreté, de transport, d'itinérance, de sécurité, de participation citoyenne… Bref, on parle de plusieurs enjeux qui touchent directement les personnes handicapées, mais, étrangement, on oublie souvent de parler des personnes handicapées elles-mêmes. Elles sont là, pourtant!

Elles vivent la crise du logement. Elles ont besoin de transport. Elles vieillissent. Elles travaillent. Elles connaissent la pauvreté. Certaines vivent de l'instabilité résidentielle ou de l'itinérance. Elles utilisent les services municipaux, fréquentent les commerces, participent à la vie de leur quartier et, oui, elles votent aussi!



JULIE MONTREUIL
DIRECTRICE AUX SERVICES CLINIQUES

ÉDITORIAL

Et parfois certaines situations nous font sourire… jaune.
On nous invite, par exemple, à participer à des événements politiques dans des endroits que l'on nous assure être « accessibles ». Jusqu'à ce qu'on découvre que l'entrée accessible est derrière le bâtiment, qu'elle n'est pas indiquée et qu'il faut téléphoner pour que quelqu'un vienne ouvrir la porte. Disons que pour la pleine participation citoyenne, on repassera! Cela peut sembler être un détail. Pour nous, ce n'en est pas un.

Parce que l'inclusion ne devrait jamais vouloir dire : « On va trouver une façon de vous faire entrer. » Nous devrions être rendus à penser les choses autrement ; nous devrions être considérés dès le départ.

C'est probablement ce qui relie beaucoup de nos actions au Carrefour. Que l'on parle de logement, d'itinérance, d'accessibilité, de violence, de services ou de participation citoyenne, nous revenons toujours à cette même idée : les personnes handicapées ne doivent pas être ajoutées à la fin de la réflexion.

Elles doivent en faire partie dès le début.

Alors, cette année encore, nous allons continuer à développer des projets, à poser des questions, à créer des collaborations et, lorsque ce sera nécessaire, à rappeler certaines évidences.

Parfois gentiment, parfois un peu moins, mais toujours avec la conviction que les personnes handicapées sont des citoyens et des acteurs de la société.



Une nouvelle dans l'équipe

Par Marie-Eve Couture, coordonnatrice à la mobilisation



Bonjour à vous, membres du CFPH,

C'est avec un réel enthousiasme que je me présente à vous aujourd'hui en tant que nouvelle coordonnatrice à la mobilisation du CFPH.

Depuis plus de vingt ans, j'œuvre dans le milieu communautaire. Vivre le quotidien dans des organismes qui partagent des valeurs d'entraide, d'égalité, d'ouverture, de tolérance et de respect est pour moi un moteur me permettant de croire et d'avancer, en allant toujours un peu plus haut, un peu plus loin.

D'intervenante sociale auprès des femmes et enfants victimes de violence conjugale à formatrice en alphabétisation, mes expériences de travail m'ont permis de parfaire ma compréhension des différentes réalités sociales, des nombreux enjeux s'y rattachant et de développer des moyens pour répondre aux besoins des personnes que j'accompagne, dans l'objectif ultime qu'elles reprennent un réel pouvoir sur leur vie.

Je suis une personne créative, ouverte d'esprit et de cœur, et toujours motivée par l'idée de sortir des sentiers battus pour explorer et découvrir ce que la vie a de plus grand à nous offrir.

J'ai bien hâte de vous rencontrer et j'espère sincèrement que cette nouvelle aventure sera, pour nous tous et toutes, l'une de celles qui nous enrichissent et font rayonner notre chemin.

Je vous dis à très bientôt!

Solidairement,

Marie-Eve Couture

Départ de Arielle De Garie

Par Anne-Sophie Verreault, directrice au développement organisationnel et communautaire

Après avoir occupé le poste de coordonnatrice aux activités — aujourd'hui nommé coordonnatrice à la mobilisation —, Arielle a quitté ses fonctions le 10 avril 2026.



Au cours de son passage au Carrefour, elle a contribué de manière significative à la vie de l'organisme en participant activement au développement et à la mise en œuvre d'activités porteuses de sens. Son engagement, sa sensibilité et la qualité des liens qu'elle a su tisser avec les membres et l'équipe auront marqué son parcours.

Le Carrefour tient à la remercier sincèrement pour son implication, sa rigueur et sa générosité. Nous lui souhaitons la suite la plus inspirante et créative possible.

Nous sommes également heureuses d'annoncer que Marie-Eve Couture s'est jointe à l'équipe à titre de coordonnatrice à la mobilisation. Nous lui souhaitons la bienvenue et beaucoup de succès dans ses nouvelles fonctions.

Un mot d’amour pour les membres du CFPH

Par Arielle De Garie, ancienne coordonnatrice aux activités

Il y a maintenant un moment que j’ai quitté mon poste au Carrefour familial des personnes handicapées. Le 9 avril dernier marquait ma dernière journée parmi vous. Une journée remplie d’émotions, de regards qui en disaient long et, oui… de larmes. Des larmes de déchirement, parce que partir n’était pas anodin. Des larmes d’attachement, parce que ce qui nous liait allait bien au-delà du travail.

Depuis, j’ai eu le temps de déposer ce départ, de le ressentir pleinement, et surtout de mesurer tout ce que ces années passées avec vous ont semé en moi.

J’ai eu la chance immense de travailler auprès de vous, mais aussi avec vous. Et ça, pour moi, ça change tout. Comme je vis moi aussi avec un handicap, j’habite inévitablement, à ma manière, les réalités que nous nommions, que nous questionnions, que nous transformions ensemble. C’était une rencontre entre personnes qui partagent, chacune à leur façon, une expérience du monde qui demande adaptation, résilience, créativité… et énormément d’humour!

Ce que nous avons partagé dépasse les rôles d’une employée et des membres. C’était du vécu qui se reconnaît. Des silences qui se comprennent sans explication. Des éclats de rire qui allègent ce qui peut parfois être lourd. Des moments de vérité où l’on n’a pas besoin de faire semblant.

Vous m’avez nourrie profondément. À votre contact, je suis devenue plus consciente des réalités multiples qui existent même au sein de notre communauté, plus attentive à la dignité, à nos luttes visibles et invisibles, à nos victoires. Vous m’avez appris à voir autrement, à ressentir autrement, à nous aimer autrement. Oui, aimer. Parce que c’est vraiment ce mot qui reste.

Je suis tombée en amour avec notre communauté, dans toute sa complexité, sa force, ses contradictions, sa beauté. Un amour qui ne disparaît pas avec un départ. Un amour qui me suit, qui m’habite encore aujourd’hui, et qui continue de façonner la personne que je suis.

Je repense souvent aux moments que nous avons partagés : aux activités, aux créations, aux discussions qui débordaient, aux instants suspendus. Je repense à la confiance que vous m’avez offerte, parfois dans des fragments de vous-mêmes. Cette confiance-là, je la garde précieusement.

Quitter le Carrefour, ce n’était pas fermer une porte. C’était continuer sur mon chemin, tout en restant liée. Je suis encore là, autrement. Comme membre. Comme alliée. Comme personne qui fait partie de ce « nous ». Je garde le souhait que nos chemins continuent de se croiser : dans un projet, dans un espace de création ou simplement dans un moment de vie partagé.

Merci pour votre présence. Merci pour votre vérité. Merci pour tout ce que vous m’avez transmis, souvent sans le savoir.

Je vous porte avec moi, profondément.
Avec tendresse,

Arielle De Garie

Présentation du conseil d'administration du CFPH

Par Anne-Sophie Verreault, directrice au développement organisationnel et communautaire

C'est avec joie que nous vous présentons le conseil d'administration 2026-2027 du CFPH



Andréanne Gagnon, présidente (2025)

Gabrielle Harvey-Gasse, vice-présidente (2026)

Kimby Kistabish, secrétaire (2025)

Véronique Denis, trésorière (2025)

Alexandre Maheu, administrateur (2026)

Martine Pelletier, administratrice (2026)

Marie-Michèle Thériault, administratrice (2026)

Merci à toutes celles et ceux qui ont participé à cette soirée riche en échanges, en réflexions et en prises de conscience. Ensemble, nous avons prouvé que la politique peut être comprise, discutée… et surtout investie!

Restructuration des postes au CFPH

Par Anne-Sophie Verreault, directrice au développement organisationnel et communautaire

Dans une perspective de consolidation de l'organisation du CFPH et d'amélioration continue de ses pratiques, nous avons procédé à une restructuration de certains postes stratégiques. Cette évolution vise à mieux refléter la réalité des responsabilités exercées, à renforcer l'autonomie décisionnelle au sein de l'équipe et à soutenir une répartition plus équilibrée des pouvoirs dans l'organisation.



Au niveau de la direction, Anne Sophie, auparavant directrice aux affaires organisationnelles, occupe maintenant le poste de directrice au développement organisationnel et communautaire. Ce changement reflète l'importance du développement de l'organisation, des partenariats et du rayonnement communautaire dans la mission du CFPH.



Julie voit son rôle évoluer de directrice aux services cliniques à directrice au développement social et services cliniques. Cette nouvelle appellation traduit l'élargissement de son mandat, qui intègre désormais une vision plus globale du développement social, en cohérence avec les besoins des personnes handicapées et les enjeux cliniques du milieu.



Enfin, Marie Ève passe du rôle d'agente de mobilisation à celui de coordonnatrice à la mobilisation. Cette transformation vise à lui offrir une plus grande autonomie décisionnelle et à reconnaître la portée stratégique de la mobilisation dans l'atteinte des objectifs de l'organisme. Elle s'inscrit dans une démarche visant à permettre à la direction de s'appuyer davantage sur son équipe, tout en se concentrant sur le développement global de l'organisation.

Fête des bénévoles

Par Andréanne Gagnon, présidente du CFPH

Le 2 juin dernier, les bénévoles du CFPH partageaient un bon repas au restaurant en compagnie de l'équipe de travail. Nous remercions le Resto-Brasserie Le Grand Bourg qui nous accueille avec chaleur et professionnalisme depuis quelques années.

Ce souper apprécié de tous est un moment d'échanges et de partage qui fait du bien. C'est l'occasion de souligner le précieux travail de nos bénévoles. Un certificat avec le nombre d'heures d'implication annuelle et un petit mot personnalisé sont remis à chaque personne présente en guise de reconnaissance.

Les bénévoles du CFPH ne donnent pas simplement de leur temps. Ce sont majoritairement des membres qui ont à cœur la mission de l'organisme et qui choisissent d'y investir leur énergie, de partager leurs idées et leurs expériences.

Chaque année, en plus de la reconnaissance que nous témoignons à tout un chacun, nous profitons de la fête des bénévoles pour annoncer la nomination d'une ou d'un membre honoraire. Cette année, nous vous annonçons avec fierté que cette personne est Odette Lavoie.

Odette, merci de faire rayonner la mission du CFPH partout où tu passes. Ton implication dans la communauté est exceptionnelle ; tu rayonnes et tu aides et défends tes concitoyens/nes, parfois même sans le savoir.

Merci encore à tous et toutes nos bénévoles et bienvenue à tous ceux et toutes celles qui auront envie de se joindre à eux cette année.



Roller derby

Par Kimby Kistabish, membre du CFPH

Le roller derby, c'est un sport de contact, comment dirais-je ça, sans bâton de hockey, mais avec des patins des années 1970-80.

Pour de vrai, je ne connaissais pas ce sport! Je ne savais pas que ça existait, ce genre de jeu, jusqu'à ce que j'assiste à une partie cet été avec l'ancienne agente d'activités du Carrefour.

Nous sommes allés à cette activité avec des membres du Carrefour. Au début, je n'ai pas compris le concept du jeu, même si on me l'a expliqué non pas une fois, mais deux fois! Hélas, je n'ai jamais compris… Ha, ha, ha! J'ai juste vu que les équipes tournaient en rond sur le terrain et qu'une des équipières tournait en rond pour faire des points. Et j'ai vu une gang de femmes retenir une femme de l'autre équipe tout en tournant pour qu'elle ne passe pas! Ha, ha, ha!

Tout ce que je sais, c'est que si je marchais sur mes deux pieds, j'aimerais essayer ce sport parce que ça doit défouler quand tu as des émotions négatives dans ta vie personnelle!





Camping dans le garage : UNE SOIRÉE MAGIQUE!

Par Marie-Eve Couture, coordonnatrice à la mobilisation







À peine entrée en poste au Carrefour familial des personnes handicapées, j'ai eu le privilège – et tout un défi – de préparer en peu de temps une activité qui occupe une place importante dans le cœur des membres : le Camping dans le garage.

Dès le départ, j'étais consciente que cette activité en était une spéciale pour le Carrefour. Et pour être honnête avec vous, j'éprouvais un certain stress à l'idée de ne pouvoir réaliser cet événement à la hauteur des attentes. Mais très rapidement j'ai compris que la force du Carrefour, c'est l'équipe! C'est le « nous » : les membres, les employées, les bénévoles, les familles. Les ami(e)s aussi! En travaillant ensemble, l'activité du Camping dans le garage soufflerait sa quatrième chandelle dans le bonheur! Bien sûr, avec une couleur un peu différente, mais toujours avec le même esprit, rassembleur et festif!

À mes yeux, la soirée a été presque parfaite! Non pas parce que tout s'est déroulé exactement comme prévu, mais parce qu'elle a été remplie d'entraide, de solidarité, de rires, de beaux moments partagés et de petites gâteries gustatives. Pour moi, c'est ça la magie de la vie!

Je suis très fière de faire maintenant partie de la grande famille du Carrefour. J'ai déjà hâte à notre prochaine activité, que nous préparerons et réaliserons ensemble, avec la même énergie, le même cœur et le même esprit collaborateur, précieux et magique!

Chaleureux remerciements à nos partenaires :

Le restaurant Valentine pour les hot-dogs ;
La boucherie Le Boucan pour les prix de présence ;
Le Domaine de l'Irlandais pour les délicieuses gaufres!

La soirée n'aurait pas eu autant de saveurs sans vos généreuses contributions!

Apprivoiser le deuil pour mieux habiter sa vie

Par Arielle De Garie, ancienne coordonnatrice aux activités

Le mardi 7 avril dernier, le Carrefour familial des personnes handicapées a offert un atelier portant sur le deuil et l'acceptation. Animée par Manon Lefrançois, éducatrice spécialisée, cette rencontre nous a permis de réfléchir ensemble à ce que signifie « vivre avec »! Vivre avec un handicap, avec des pertes, avec des changements, parfois irréversibles.

Car lorsqu'on parle de deuil, il ne s'agit pas uniquement de la perte d'un être cher. Le deuil peut aussi prendre racine dans la perte d'autonomie, dans l'abandon de certaines capacités, dans le renoncement à des rêves ou à des possibles. Apprendre à recevoir de l'aide, redéfinir son intimité, s'adapter à de nouvelles limites : autant de réalités qui demandent un profond travail intérieur.

Un processus non linéaire

Manon a rappelé les grandes étapes du deuil : le déni, la colère, le marchandage, la tristesse et l'acceptation. Mais un point demeure essentiel : ce processus n'est pas une ligne droite. On peut passer d'un état à l'autre, revenir en arrière, croire avoir accepté avant de ressentir à nouveau de la colère ou de la peine. Le chemin de l'acceptation est tout sauf un long fleuve tranquille.

S'adapter, une manière d'être au monde

« Vivre, c'est s'adapter », a partagé l'intervenante. Et cette adaptation peut prendre différentes formes, selon notre personnalité et nos mécanismes internes. Certaines postures peuvent émerger : une tendance à se replier, à se durcir, à s'enfermer dans le mécontentement ou la dépression… Mais il existe aussi une posture dite « mature », vers laquelle il est possible de tendre.

Cette posture mature se manifeste par une capacité à rester actif, à cultiver une certaine forme d'optimisme, à s'intégrer, à faire preuve de tolérance et à continuer de goûter à la vie. Cela dit, y accéder ne relève pas d'un simple choix instantané : c'est un chemin, parfois exigeant, qui demande du temps et de la bienveillance envers soi-même.

Le pouvoir d'agir

Au cœur de l'atelier, un message d'espoir : malgré les épreuves, nous conservons un pouvoir d'agir. Celui de faire des choix, de mobiliser nos forces, d'orienter notre regard. Même face à des réalités

difficiles, il est possible de chercher à vivre l'expérience de la manière la plus douce et la plus riche possible.

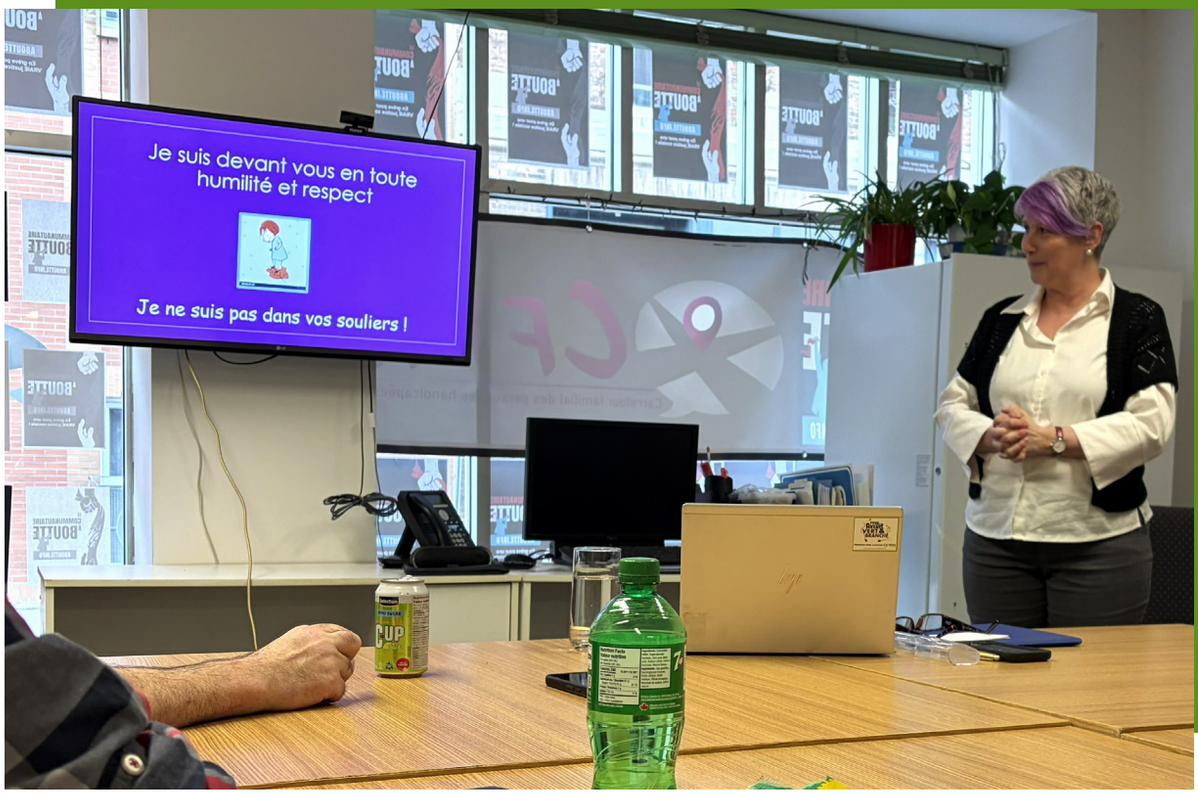
L'un des leviers les plus puissants pour y parvenir, selon Manon, réside dans la capacité à créer du sens. Trouver une signification à ce qui semble, au départ, n'en avoir aucune.

Habiter ses sens pour retrouver du sens

Enfin, un rappel simple : pour donner du sens à sa vie, il peut être précieux de passer par ses sens. L'ouïe, l'odorat, le goût, le toucher, la vue… et même le chant! Autant de portes d'entrée pour se reconnecter au présent, à ce qui est encore là, vivant, accessible.

Dans cet espace d'échange, nous avons pu partager nos réalités, nos questionnements, nos fragilités aussi. Ensemble, nous avons commencé à esquisser des pistes pour traverser les deuils avec un peu plus de douceur.

Un atelier qui rappelle que, même au cœur des pertes, il reste toujours une possibilité : celle de transformer, d'adapter, et de continuer à habiter pleinement sa vie.



Retour sur notre soirée « Parlons santé mentale »

Par Arielle De Garie, ancienne coordonnatrice aux activités

Le 4 mars dernier, le CFPH a ouvert ses portes pour une soirée d'échanges et d'apprentissages. Animée par Daphné Boucher, spécialiste en santé mentale, cette rencontre avait l'objectif de nous aider à mieux comprendre ce que signifie « avoir une santé mentale ». Parce qu'évidemment nous en avons tous une!

Avant tout, dès le départ de la soirée, nous avons convenu que de prendre le temps de comprendre, c'est déjà prendre soin. Trop souvent entourée de flou et de préjugés, la santé mentale mérite qu'on s'y attarde avec nuances.

Mieux comprendre pour mieux se connaître

Au fil de la soirée, nous avons exploré ce qui compose l'équilibre en santé mentale. Trois dimensions essentielles ont été mises de l'avant :

- notre capacité à surmonter les épreuves ;
- le rapport que nous entretenons avec nous-mêmes et avec les autres ;
- et le sentiment de compétence, cette impression d'être capable d'agir et de fonctionner au quotidien.

Un point central est ressorti : mieux se connaître est au cœur d'une bonne estime de soi. Et cette connaissance de soi devient un outil précieux pour naviguer à travers les hauts et les bas de la vie.

Démystifier sans diagnostiquer

La soirée a aussi permis de faire un tour d'horizon des différents troubles de santé mentale : troubles de l'humeur (comme la dépression ou la bipolarité), troubles anxieux, troubles de la personnalité, troubles psychotiques ou encore troubles du comportement, incluant les troubles alimentaires.

Un rappel important a été souligné : seul un médecin peut poser un diagnostic.

Cependant, cela ne nous empêche pas de reconnaître certains signes chez nous-mêmes et de nous inspirer des outils existants pour prendre soin de notre santé mentale… sans attendre d'aller mal pour agir.

Comprendre les causes… et reprendre du pouvoir

Daphné nous a proposé une image métaphorique : celle d'un vase représentant notre santé mentale. Ce vase se remplit de trois grandes couches :

- biologique (ce dont nous héritons) ;
- psychologique (notre histoire, notre vécu) ;
- sociale et environnementale (tout ce qui nous entoure).

Parfois, le vase déborde. Et c'est là que peuvent apparaître des déséquilibres ou des troubles. Mais…

nous pouvons élargir notre vase.

Autrement dit, développer des outils, prendre soin de soi, aller chercher du soutien, tout cela contribue à renforcer notre équilibre et empêcher que ça déborde!

Vivre avec un trouble : une réalité à apprivoiser

Nous avons aussi abordé une réalité plus délicate : vivre avec un trouble de santé mentale peut être une expérience à long terme. Cela peut impliquer une certaine vulnérabilité persistante.

Dans plusieurs cas, le rétablissement passe par une combinaison de facteurs :la thérapie et une médication adaptée. Ces deux dimensions peuvent jouer un rôle complémentaire dans le cheminement vers un mieux-être.

Des gestes simples qui font du bien

Pour conclure la soirée, nous avons joué au bingo de la santé mentale, une activité ludique, mais ancrée dans la réalité :

- boire suffisamment d'eau ;
- bien dormir ;
- sortir prendre l'air ;
- chanter une chanson qui fait du bien ;
- créer, bouger, respirer ;
- parler à une personne de confiance.

Autant de petits gestes qui, mis ensemble, peuvent faire une grande différence… et élargir notre vase!

Vous n'êtes pas seul(e)

Des ressources existent et elles sont là pour vous. Au CFPH, Kathy demeure une précieuse porte d'entrée pour vous accueillir, vous écouter et vous orienter. Quand vous ne savez plus où cogner, commencez par parler avec Kathy!

Cette soirée nous a rappelé une chose fondamentale : prendre soin de sa santé mentale, c'est une nécessité. Et surtout, c'est un chemin que nous n'avons pas à parcourir en solo!

HANDIGANG

Par Alexandre Maheu, membre et administrateur au C.A. du CFPH

Bonjour!

C'est encore moi votre humble serviteur, Alexandre. Le jeudi 16 avril dernier, nous avons eu un très beau début de soirée avec Laurence, dans notre belle grande salle. Lors de cette activité, une soirée cinéma, Laurence nous a proposé le magnifique film intitulé Handigang. Cette présentation avait pour but de recueillir nos opinions sur la première des deux parties de ce film. Eh oui! Nous avons répété une seconde fois cet exercice cérébral le mercredi 6 mai dernier.

En fait, ces deux soirées furent couronnées de succès auprès de nous qui y avons participé. Ces événements se sont déroulés comme suit : un mot de bienvenue et de remerciement pour notre participation de la part de notre gentille hôtesse, la projection du film et, pour finir, un tour de table accompagné de rafraîchissements.

Chapeau à Laurence pour ces deux belles activités, si bien orchestrées, et un gros merci aux participants et participantes pour ces deux beaux débuts de soirées.



Déployer ses ailes, avec Danielle DeGarie : UNE SOIRÉE POUR PASSER À L'ACTION

Par Arielle De Garie, ancienne coordonnatrice aux activités

Le mardi 17 février dernier, nous étions nombreux et nombreuses à nous rassembler pour la conférence-atelier « Déployer ses ailes : stratégies de passage à l'action », animée par Danielle DeGarie — oui, oui, ma mère (je vous avoue que cette soirée avait pour moi une saveur toute particulière) —.

Et quelle soirée ce fut. La salle était pleine, l'énergie palpable.

Née d'un élan du comité activités, cette proposition part d'un constat simple, mais qu'on oublie trop souvent : nous sommes plus heureux lorsque nous nous sentons en mouvement, lorsque nous avançons vers ce qui nous fait vibrer. Passer à l'action, toutefois, n'est pas toujours simple. Entre les doutes, les obstacles et la fatigue, il faut parfois plus qu'une bonne intention pour aller au bout de soi.

Avec dynamisme, générosité et une énergie contagieuse, ma mère nous a présenté neuf stratégies concrètes pour clarifier nos motivations, nourrir notre réservoir émotif et canaliser l'énergie nécessaire à la réalisation de nos projets. Elle nous a invités à nous appuyer sur des « idées forces », à développer des habitudes porteuses et à choisir consciemment les pensées qui soutiennent nos objectifs.

Son approche, à la fois structurée et profondément humaine, s'appuie sur de nombreuses années d'expérience en formation et en enseignement. Diplômée en théâtre, en psychologie et en travail social, elle est également l'autrice de « Les Stratégies du Fonceur : persévérez dans l'action et surmontez les difficultés ». D'ailleurs, chaque personne présente est repartie avec un exemplaire de ce livre, un cadeau précieux pour poursuivre la réflexion bien au-delà de la soirée.

Les sourires à la sortie parlaient d'eux-mêmes. Les membres ont exprimé à quel point la présence de Danielle a été appréciée. Plusieurs ont mentionné avoir ressenti un véritable élan, une impulsion nouvelle pour oser rêver grand… et surtout, pour poser des gestes concrets.

Et puis, il y avait aussi quelque chose de touchant dans cette rencontre. Pour plusieurs, découvrir ma mère, c'était aussi mieux me comprendre, moi, Arielle. Comprendre d'où je viens. Reconnaître cette franchise, cette fougue et cette volonté d'aller de l'avant qui m'animent… et qui ont visiblement des racines profondes.

Cette soirée nous rappelle que se mobiliser, s'aligner avec ses rêves et rester fidèle à soi-même sont des défis constants, mais pas insurmontables. Avec les bons outils, un peu de clarté et beaucoup de cœur, il est possible de déployer ses ailes.

Nous espérons sincèrement que les stratégies partagées continueront de vous accompagner pendant des années, et qu'elles vous aideront, encore et encore, à avancer vers vos rêves.

Carrefour portes ouvertes avec Kathy

Presque tous les vendredis, de 13 h 30 à 16 h 30

- Novembre : les 6, 13, 20 et 27
- Décembre: les 4, 11 et 18
- Janvier: les 8, 15, 22 et 29
- Février : les 5, 12, 19 et 26
- Mars : les 5, 12, 19 et 26

Fête de l'Halloween

Sous le thème de la forêt magique, le Carrefour familial des personnes handicapées et les Habitations du Roi ouvrirons leurs portes le samedi 31 octobre, de 13 h 30 à 16 h 30, pour le bonheur de tous les petits monstres et leurs parents.

Fête de Noël

Cette année encore, le Carrefour se fera un plaisir d'organiser pour les membres une fête de Noël. Nous vous tiendrons informés des détails de cette célébration dans les prochaines semaines via l'infolettre. Restez aux aguets!



Rencontre électorale avec des candidates aux élections provinciales :
UN ÉCHANGE QUI NOUS LAISSE SUR NOTRE FAIM…

Par Marie-Eve Couture, coordonnatrice à la mobilisation

Le 18 septembre dernier, au centre communautaire Durocher, près d'une soixantaine de personnes étaient réunies pour une activité d'échange électoral coordonnée par les membres du ROP03. Le comité organisateur de l'événement a invité les cinq principaux partis des élections du 5 octobre, mais seulement deux candidates ont pris part entièrement à l'activité, soit Mme Julie Vignola, candidate du Parti québécois dans La Peltrie et Mme Annie-Pierre Bélanger, candidate de Québec Solidaire dans Montmorency. Le candidat du Parti Libéral dans la circonscription de Taschereau, M. Farnell Morisset, est arrivé quelques minutes avant la fin et n'a pu faire qu'un survol des idées proposées par son parti.

La séance s'est déroulée en trois phases. Tout d'abord, chaque candidate avait une période déterminée pour répondre à des questions préparées par les membres du ROP03. Les questions avaient pour objectif de savoir comment les candidat(e)s prévoient agir pour réduire les inégalités vécues par les personnes handicapées et améliorer leurs conditions de vie. On voulait également connaître les moyens concrets que proposaient les partis pour moderniser les programmes existants. Pour la deuxième partie, la place était laissée aux participant(e)s qui souhaitaient poser leurs questions ou exposer leur réalité aux candidat(e)s. Enfin, la dernière partie de l'activité, animée par Julie Montreuil, était consacrée aux commentaires et à l'appréciation des participant(e)s à la suite de l'échange avec les candidates.

Dans un premier temps, nous avons pu reconnaître chez les candidates une préoccupation sincère face aux conditions de vie des personnes en situation de handicap. Toutes deux ont partagé les expériences personnelles qui les ont amenées à comprendre davantage la réalité des personnes handicapées et les failles du système auxquelles celles-ci sont quotidiennement exposées. Les candidates ont chacune présenté les propositions que leur parti favoriserait s'il était au pouvoir. Voici quelques points soulevés par chacune des représentantes des partis :

Parti québécois

- Améliorer l'offre de services des CLSC ;
- Augmenter le financement par missions aux organismes communautaires ;
- Assurer de la flexibilité et de l'accessibilité aux offres de services ;
- Alléger la réglementation du Code de construction du Québec afin de favoriser les logements abordables ;
- Décentraliser les services de santé, miser sur une approche humaniste ;
- Bonifier le programme d'adaptation de domicile ;
- Renforcer le financement du transport en commun régulier, avec espaces intégrés aux personnes en situation de handicap dans le transport régulier.

Québec solidaire

- Miser sur un état fort avec des services développés par le secteur public ;
- Assurer un accès santé avec 400 points de services (généraux et spécialisés), les CLSC étant la porte d'entrée aux soins de proximité ;
- Offrir un revenu minimum garanti à la hauteur des besoins de base particuliers de tous et toutes pour vivre dans la dignité ;
- Alimenter une saine concurrence dans le secteur alimentaire avec l'intégration d'épiceries publiques ;
- Construire 50 000 nouveaux logements sociaux dans les quatre prochaines années, avec priorisation de logements adaptés ;
- Geler les augmentations de loyer au taux de l'inflation ;
- Proposer un meilleur financement pour le maintien à domicile ;
- Valoriser la proche aidance ;
- Améliorer le financement des organismes communautaires.

Après ce premier exercice, ce fut au tour des participant(e)s de prendre la parole. Une participante a soulevé la proposition de créer un ministère spécialisé pour les personnes handicapées. Bien que les candidates aient admis n'avoir jamais exploré cette possibilité, toutes deux ont affirmé être favorables à une telle idée : « Si vous me le permettez, je vais amener cette idée au chef du Parti Québécois! » a déclaré Mme Vignola. Par ailleurs, un autre participant a partagé une réflexion qui a fait l'unanimité dans la salle : « Quand on implante des services, est-ce qu'on pourrait d'emblée intégrer et inclure les personnes handicapées! ». L'approche intégrée semble être un incontournable pour les deux candidates : « Ce serait la différence entre l'égalité de droit et l'égalité de fait », a renchérit Mme Bélanger, candidate de Québec Solidaire.

Après une pause pour apprécier une collation offerte par l'organisation, les participant(e)s se sont réuni(e)s à nouveau pour partager leurs impressions de l'activité. Bien que la générosité, la disponibilité et l'écoute des candidates aient été reconnues et que l'organisation de l'événement fut appréciée, les commentaires soulevés reflétaient de nombreuses insatisfactions. En effet, plusieurs personnes ont mentionné leur mécontentement du peu de mesures concrètes proposées pour les personnes en situation de handicap, faisant persister le sentiment d'abandon. Les discussions ont captivé l'intérêt de l'assemblée, « mais il aurait fallu parler des solutions plutôt que des problèmes que tout le monde connaît… », a exprimé un participant.

En conclusion, cet échange a offert aux personnes présentes un espace pour exprimer leurs préoccupations et interpeller les candidates aux enjeux qui alourdissent leur quotidien. Cependant, si la rencontre a favorisé le dialogue, elle a toutefois laissé plusieurs participant(e)s sur leur faim. Les réponses, plus souvent qu'autrement générales, ont apporté très peu de solutions concrètes. Les personnes présentes attendent maintenant que leur partage se traduise en engagements mesurables. Au-delà des discussions, nous attendons tous et toutes que les politiciens et politiciennes accordent une place réelle aux droits, à l'accessibilité, à l'inclusion, à la lutte à la pauvreté, à l'emploi et à la santé des personnes vivant en situation de handicap, en n'oubliant jamais qu'elles sont des citoyens et citoyennes à part entière.





Élections provinciales…
ET LE HANDICAP DANS TOUT ÇA?

Par Julie Montreuil, directrice au développement sociale et des services cliniques

Une campagne électorale, c'est un moment privilégié pour entendre parler des préoccupations de la population. On débat de santé, de logement, d'économie, d'éducation, du coût de la vie, de l'avenir du Québec.

Et le handicap dans tout ça?

Pendant les grands rendez-vous et débats entre les chefs, le handicap a été pratiquement absent des discussions. Pourtant, selon la COPHAN, 1 422 000 personnes vivent avec une incapacité au Québec. Ce n'est quand même pas un petit nombre de personnes que l'on peut oublier dans un coin!

Et cette absence nous a particulièrement frappés au cours de la campagne.

Lors d'une rencontre régionale organisée avec le ROP 03, nous avons eu l'occasion d'échanger avec des personnes candidates sur les réalités vécues par les personnes handicapées.

Cette rencontre a été très révélatrice.

Pas nécessairement par manque de bonne volonté, mais plutôt par manque de connaissance.

Nous avons réalisé à quel point plusieurs réalités du handicap demeurent méconnues dans le monde politique. Les programmes, les obstacles, les délais, les liens entre le logement, le soutien à domicile, le transport, la pauvreté et l'autonomie : lorsqu'on vit avec ces réalités tous les jours, certaines choses nous semblent évidentes.

Elles ne le sont manifestement pas pour tout le monde.

C'est justement pourquoi la COPHAN a profité de cette campagne pour présenter neuf priorités aux partis politiques. Elle demande des engagements clairs et mesurables pour améliorer les conditions de vie, l'autonomie et la participation sociale des personnes handicapées.

Mais au-delà de chacune de ces demandes, cette campagne nous laisse surtout avec une question beaucoup plus fondamentale : comment peut-on faire de bonnes politiques publiques lorsqu'on connaît si peu la réalité de 1,4 million de personnes?

Il ne suffit plus de penser au handicap lorsque vient le temps de parler d'une rampe d'accès, d'un transport adapté ou d'un programme spécialisé. Le handicap traverse le logement, la santé, l'éducation, l'emploi, la pauvreté, le transport et la participation citoyenne. Il traverse la société.

Peut-être est-ce là que le changement doit commencer.

Non pas en ajoutant les personnes handicapées à la fin d'une plateforme électorale, dans un petit paragraphe intitulé « clientèles vulnérables », mais en se demandant, chaque fois qu'une politique est élaborée : est-ce que nous avons pensé aux personnes handicapées? Est-ce que nous connaissons leur réalité? Et surtout, est-ce qu'elles étaient dans la pièce lorsque nous avons décidé?

Parce qu'avant de parler au nom des personnes, encore faut-il commencer par les connaître. Et les écouter pour vrai.





Crédit photo : Nicolas Giroux, de Photo - L'Œil différent.

La démocratie accessible…ou pas?

Par Kathy Chassé, intervenante sociocommunautaire

L'implication citoyenne est au cœur de la politique. À chaque campagne électorale, des dizaines de milliers de personnes à travers la province offrent de leur temps aux différents partis politiques. Pour certain(e)s, c'est une histoire de famille, pour d'autres, c'est afin de soutenir un candidat apprécié et pour plusieurs, c'est d'essayer de faire élire un parti dont le programme fait du sens. Bref, il y a autant de raisons de faire du bénévolat politique qu'il y a de bénévoles. Au CFPH, nous nous sommes posé la question : puisque le porte à porte est particulièrement inaccessible en général, est-ce que les partis prévoient, lors de leur préparation à la campagne électorale, que des personnes ayant des limitations fonctionnelles viennent militer à leur côté dans leur bureau de campagne?

Nous avons donc eu l'idée de faire le tour des bureaux dans Taschereau pour nous donner une idée!

Premièrement, les candidats de la CAQ et du PCQ ne nous ont pas vraiment répondu lorsqu'on leur a demandé l'adresse de leurs bureaux… Est-ce que ces partis avaient des bureaux dans Taschereau? Mystère.

Le député de Québec solidaire nous a reçus par surprise le soir de son inauguration. Installées dans un ancien local sur le boulevard Charest, récemment libéré. Certaines particularités étaient présentes en raison des anciens locataires. Le bouton-poussoir ne fonctionnait pas et le trajet pour se rendre à la salle de bain était partiellement encombré. Cependant, une personne de son équipe est rapidement venue nous voir et a corrigé la situation au mieux rapidement. On nous a aussi demandé d'emblée de leur faire nos recommandations. Dans l'ensemble, c'était correct, sans plus. Voici donc ce que j'ai suggéré :

1. Prévoir un affichage pour la porte qui désigne le bouton de la porte automatique, si elle fonctionne, sinon, afficher le numéro pour joindre le personnel à l'intérieur si on souhaite entrer ;
2. Bien dégager le couloir et garder un espace suffisant pour la circulation ;
3. Prévoir un ou deux postes de travail qui seraient « handicap friendly » ;
4. Déplacer la poubelle dans la salle de bain et la mettre à côté du lavabo ;
5. Mettre des bandes adhésives fluorescentes autour des ancrages au plancher ;
6. Afficher et publier sur leurs réseaux une invitation aux bénévoles en situation de handicap à nommer leurs besoins d'accommodements, s'ils en ont ;
7. Installer une barre d'appui et la laisser là pour les prochains locataires.

Le candidat du Parti libéral a déclaré avoir un bénévole qui se déplace en fauteuil manuel ; il m'a donc dit que c'est un aspect auquel il avait pensé lorsqu'il a choisi son local sur la rue de la Couronne. L'entrée était effectivement accessible, mais une des membres de l'équipe m'a signalé que le bénévole en fauteuil trouvait la pente de la rampe un peu raide. De plus, il n'y a pas d'ouverture automatique, ce qui complique singulièrement l'exercice. Bien que la cuvette de la salle de bain en soit une de grandeur standard, il y avait une barre d'appui et l'espace était bien accessible. En recommandation : les points 1, 3 et 6 du paragraphe précédent.

J'ai terminé ma petite tournée avec le candidat du PQ dont le local, situé sur le boulevard Charest, est dans le même immeuble qu'un commerce que nous connaissons bien au CFPH. Aucun enjeu d'accessibilité si ce n'est le verrouillage automatique des portes après 17 h, rendant impossible l'ouverture de la porte sans avoir à taper dans la fenêtre du local pour attirer l'attention de quelqu'un à l'intérieur. Les points 1, 3 et 6 auraient pu aussi être recommandés.

Comme c'était vraiment une idée de dernière minute, il est important de dire que nous n'avons pas communiqué avec les autres partis, Climat Québec et Équipe autonomiste, ni avec le candidat indépendant, par manque de temps. Cependant, si c'est une idée qui vous plaît, ce genre d'exercice, nous pourrions réfléchir ensemble à comment le refaire lors des prochaines élections, qu'elles soient fédérales, municipales ou provinciales. Parlez-en à l'équipe!

N'oubliez pas que si le droit de vote n'est pas votre seul devoir de citoyens ou la seule façon de participer à la vie démocratique. Le CFPH est un acteur politique de vos milieux et de notre société et c'est pourquoi toute l'équipe vous encourage et vous soutient dans vos implications citoyennes.

N.B.1 : Je tiens à remercier les membres qui se sont prêté(e)s au jeu, improvisé à la toute dernière minute, de l'évaluation surprise d'un bureau de campagne électorale! Merci donc à Gabrielle Harvey-Gasse pour sa grande volonté et sa flexibilité, ainsi qu'à Alexandre Maheu, Julie Vancraenenbroeck et St□ve Pichette. Merci à vous tous et toutes d'embarquer dans mes idées spontanées et possiblement inconfortables, mais tout à fait politically correct!

N.B. 2 : Le savais-tu? Élection Québec, qui emploie environ 300 personnes au siège social en permanence, recrute plus de 50 000 personnes en période électorale. Ça peut être un revenu d'appoint très intéressant et c'est une bonne façon de participer à la vie démocratique!

Accessible… mais par où?

Par Julie Montreuil, directrice au développement sociale et des services cliniques

En période politique, les invitations se multiplient. Débats, rencontres citoyennes, 5 à 7, discussions avec des candidates et candidats… et, de plus en plus souvent, tout cela se déroule dans des cafés, des bars et des microbrasseries.

Sur papier, c'est sympathique. Une bière, de la politique et des citoyens : la démocratie dans une pinte!

Mais encore faut-il pouvoir entrer.
Plusieurs événements politiques ont notamment lieu à La Korrigane, une microbrasserie située au 380, rue Dorchester, à Québec. Lorsqu'on s'informe de l'accessibilité du lieu, on nous répond que, oui, l'endroit est « accessible ».

Excellente nouvelle!
Enfin… presque.

Parce que pour entrer en fauteuil roulant, le parcours est un peu différent. Il faut contourner le bâtiment, se rendre à l'arrière, trouver une porte qui n'est pas clairement indiquée et appeler la microbrasserie pour demander à quelqu'un de venir l'ouvrir.

Bienvenue à la soirée politique… si vous trouvez l'entrée!

Accessible ou universellement accessible?
Cette situation peut sembler anecdotique. Elle illustre pourtant très bien un problème beaucoup plus large : nous utilisons souvent le mot « accessible » pour désigner des réalités très différentes.

Un lieu peut être techniquement accessible parce qu'il existe une façon d'y entrer. Mais est-il réellement accessible si une personne doit connaître à l'avance l'existence d'une autre entrée? si elle doit faire le tour du bâtiment? si elle doit téléphoner pour qu'on lui ouvre une porte? si aucune signalisation ne lui indique le chemin?

Il y a une différence importante entre « il y a moyen d'entrer » et « vous êtes les bienvenus ici comme tout le monde ».

Et c'est précisément là que la notion d'accessibilité universelle devient intéressante.
Comme l'explique François Racine, architecte, urbaniste et professeur au Département d'études urbaines et touristiques de l'ESG UQAM, l'accessibilité universelle vise à créer des bâtiments et des environnements sans obstacles où toute la population peut circuler librement et en sécurité : personnes handicapées, personnes vieillissantes, parents avec une poussette, personnes temporairement limitées dans leurs déplacements, etc.

L'idée est toute simple : faire entrer tout le monde par la même porte, plutôt que de prévoir une entrée « spéciale » pour certaines personnes.

François Racine parle même de la nécessité de cesser de « médicaliser l'espace ». Cette expression mérite qu'on s'y attarde. Lorsqu'une personne doit emprunter une rampe cachée, une porte de service, un monte-charge ou demander de l'aide pour entrer dans un lieu public, l'environnement lui rappelle constamment qu'elle est considérée comme l'exception.

Et en politique, ça compte double
Lorsqu'il s'agit d'un événement politique, la question prend une dimension supplémentaire.
Une rencontre politique n'est pas simplement une soirée à la microbrasserie. C'est un espace de participation citoyenne. On y rencontre des personnes candidates ou élues, on pose des questions, on exprime ses préoccupations, on entend celles des autres et on participe au débat démocratique.
Organiser un événement politique dans un endroit qui exclut certaines personnes — ou qui leur impose un parcours différent, compliqué ou humiliant — envoie donc un drôle de message.

« Venez participer à la démocratie!
… mais appelez-nous quand vous serez derrière le bâtiment. »
Il ne s'agit pas de pointer du doigt une seule microbrasserie, ni un seul parti politique. Le problème est justement plus large. Encore aujourd'hui, l'accessibilité est trop souvent vérifiée après le choix du lieu, comme une case à cocher : « Est-ce qu'une personne en fauteuil roulant peut entrer? Oui? Parfait. »

La meilleure question serait plutôt : une personne handicapée peut-elle participer à cet événement de façon autonome, simple et digne, comme les autres citoyens?

Ce petit changement de question change énormément de choses.
Parce que l'accessibilité ne devrait pas commencer par : « Appelez-nous et on va trouver une solution.» Elle devrait commencer par : « Entrez, vous êtes chez vous ici aussi. »



Photo 1.
Porte d'entrée, adresse du STAC,
seuil infranchissable, aucune indication.



Photo 2.
Porte de l'entrée dite accessible,
aucune indication, pas de numéro de téléphone,
pas de poignée, pas de sonnette.

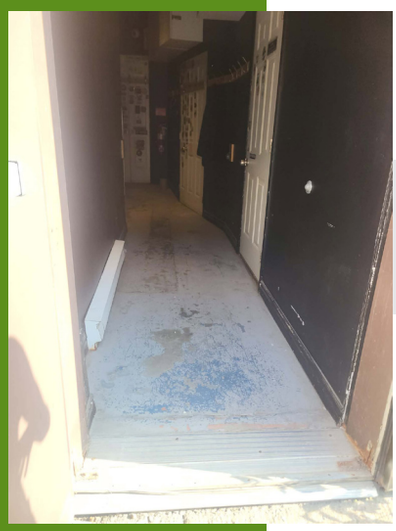


Photo 3.
Bienvenue!

Offre de services
Évaluation de l'adaptabilité des OBNL

Par Anne-Sophie Verreault, directrice au développement organisationnel et communautaire

Le Carrefour familial des personnes handicapées (CFPH) propose un service spécialisé d'évaluation de l'adaptabilité des organismes à but non lucratif. Notre approche vise à soutenir les OBNL dans l'amélioration de leurs pratiques, de leurs environnements et de leurs activités afin de favoriser un accès aux services et une participation citoyenne pleine et entière des personnes handicapées. Notre démarche repose sur les meilleures pratiques reconnues en matière d'accessibilité expérientielle, d'adaptation des services et d'inclusion sociale. Nous travaillons avec une brigade composée d'experts et d'expertes de vécus, ce qui permet une évaluation authentique, concrète et ancrée dans la réalité.

Notre expertise

Au fil des années, nous avons accompagné plusieurs organismes dans l'analyse de leurs milieux, de leurs services et de leurs événements. Parmi les organisations évaluées :

- Centre Jacques Cartier,
- Centre Femmes d'aujourd'hui,
- Viol Secours,
- Maison Marie Rollet,
- Maison Hélène Lacroix,
- Le Trident.

Nous avons également réalisé des évaluations de projets et d'événements :

- Cuisine collective et épicerie solidaire de Touski,
- Organisation de manifestations inclusives avec le Regroupement des groupes de femmes de la Capitale-Nationale,





- Recommandations terrains pour la Nuit des sans abri,
- Évaluation de plusieurs éditions d'Où tu vas quand tu dors en marchant.

Ces collaborations nous ont permis de développer une compréhension fine des enjeux rencontrés par les OBNL lorsqu'ils souhaitent rendre leurs services plus accessibles, inclusifs et adaptés.

Services offerts

Visite de la brigade d'experts de vécus
Une équipe composée de personnes ayant des limitations physiques variées se déplace dans votre milieu ou votre événement pour en faire une évaluation réelle, sensible et concrète.

Remise d'un rapport détaillé

Nous produisons un rapport clair comprenant :

- Observations terrain ;
- Photos illustrant les enjeux identifiés ;
- Recommandations pratiques et hiérarchisées ;
- Pistes d'amélioration à court, moyen et long terme,

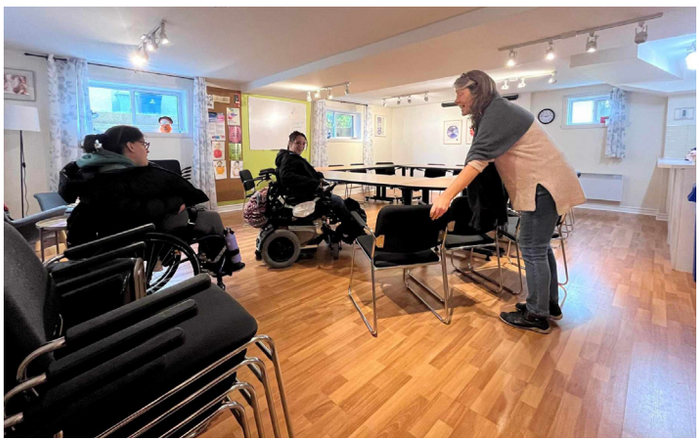
Accompagnement dans le développement de projets et d'événements

Nous vous soutenons dans la conception ou l'adaptation de vos initiatives afin qu'elles soient accessibles, sécuritaires et inclusives pour les personnes handicapées.

Présentation des enjeux spécifiques aux personnes handicapées

Nous offrons des ateliers ou des rencontres de sensibilisation portant sur des spécificités souvent méconnues :

- Sécurité alimentaire,
- Violence conjugale,
- Itinérance.





COMMUNIQUÉS DE PRESSE

Fermeture de la RPA Le Long des berges Droits des locataires et âgisme systémique

QUÉBEC le 21 août 2026 – La fermeture de la résidence privée pour aînés Le long des berges, qui force le déplacement de 99 résidents, dont 50 usagers recevant des services du CIUSSS de la Capitale-Nationale, met en lumière une injustice persistante : les locataires en RPA ne bénéficient pas des mêmes protections que les autres citoyens du Québec.

Cette situation, dénoncée lors du rassemblement du 20 août organisé par la Table citoyenne Littoral Est, s'apparente à une forme d'âgisme systémique, où les personnes âgées et vulnérables sont traitées comme des usagers de services plutôt que comme des locataires ayant des droits. Malgré l'offre de reprise déposée par un OBNL, aucune solution n'a été retenue pour préserver la vocation sociale du milieu de vie.

Au Carrefour familial des personnes handicapées (CFPH), la crise du logement est accentuée de bien des manières par les situations de handicap ou le vieillissement : augmentation de l'itinérance, insécurité alimentaire, hospitalisations prolongées, milieux de vie inadéquats, etc.

« Il faut que la Ville de Québec utilise son droit de préemption d'acquérir en priorité les RPA mises en vente pour les sortir du marché spéculatif et leur permettre une véritable vocation sociale et communautaire. Catherine Fournier, la mairesse de Longueuil, vient de prendre des moyens pour sauver une maison de chambres. Ça prend juste du courage politique. » (Anne-Sophie Verreault)

À propos du CFPH

Le Carrefour familial des personnes handicapées est un organisme d'aide et entraide autogéré pour les personnes handicapées et leurs proches, ancré dans la communauté depuis 1949. L'organisme préconise l'autodétermination des personnes dans leur totalité et soutient la défense de droits individuels et collectifs.



Résumé du mémoire – Avant la rue : stabilité résidentielle, trauma et prévention de l'itinérance chez les personnes handicapées

Par Julie Montreuil, directrice au développement social et des services cliniques

Ce mémoire explique comment des personnes handicapées peuvent perdre leur logement et se retrouver en situation d'itinérance. Il montre que ce n'est presque jamais un événement soudain. C'est plutôt un ensemble de difficultés qui s'accumulent, souvent pendant plusieurs mois ou plusieurs années. Le document présente aussi des solutions pour intervenir plus tôt et éviter que les situations ne se détériorent.

1. Une réalité encore trop invisible

Le mémoire rappelle que les personnes handicapées sont souvent oubliées dans les discussions sur l'itinérance. Pourtant, elles vivent plusieurs facteurs qui augmentent les risques de perdre leur logement :

- Pauvreté ;
- Obstacles à l'emploi ;
- Coûts supplémentaires liés au handicap ;
- Logements non adaptés ou trop chers ;
- Isolement social ;
- Dépendance à des services ou à des proches aidants ;
- Violence ou négligence.

Ces difficultés ne mènent pas automatiquement à l'itinérance, mais elles rendent les personnes plus vulnérables lorsqu'un événement difficile survient.

2. Le continuum du trauma : comprendre ce qui mène à la rupture

Le mémoire explique que l'itinérance est souvent liée à un trauma ou à un événement qui déstabilise la personne.

Le document décrit quatre phases :

Phase 1 : après le trauma
La personne vit un événement difficile. Elle garde encore son logement, mais sa stabilité est fragile.

Phase 2 : instabilité résidentielle
La personne commence à avoir de la difficulté à rester dans son logement. Elle peut devoir déménager souvent, vivre chez des proches ou dans des endroits temporaires. Sa santé mentale et son fonctionnement quotidien se détériorent.

Phase 3 : désadaptation
La personne perd ses repères. Elle n'arrive plus à protéger sa stabilité. Les ruptures se multiplient : perte de services, conflits, isolement.

Phase 4 : itinérance
La personne n'a plus de logement stable. Elle doit utiliser des stratégies de survie et dépend davantage des services d'urgence.
Les événements qui déclenchent ces trajectoires sont variés : maladie soudaine, violence conjugale, séparation, hospitalisation, perte d'emploi, décès d'un proche, rupture de services.

3. Le continuum de la stabilité résidentielle : un outil pour mieux intervenir

Le mémoire propose un autre modèle : le continuum de la stabilité résidentielle. Il montre que la stabilité n'est pas seulement le fait d'avoir un logement. Entre le logement stable et l'itinérance, il existe plusieurs étapes : fragilisation, instabilité, crise résidentielle. C'est dans ces étapes que les interventions sont les plus utiles.

Le mémoire montre que cette zone est un angle mort important. Pourtant, c'est là que les actions peuvent vraiment prévenir les ruptures.

4. Les niveaux de prévention : agir plus tôt et plus efficacement

Le mémoire présente quatre niveaux de prévention :

Prévention primaire
Agir sur les causes de base : la lutte contre la pauvreté, l'amélioration de l'accessibilité, l'offre de logements adaptés, le soutien à la participation sociale sont des actions qui réduisent les risques avant même que les problèmes ne commencent.

Prévention secondaire
Intervenir dès les premiers signes de fragilisation. Par exemple :

- Aider une personne qui vit une séparation ;
- Soutenir quelqu'un qui sort de l'hôpital ;
- Accompagner une personne qui perd un proche aidant.

Le LUAA est un exemple concret de prévention secondaire : il offre un endroit sécuritaire pour se stabiliser avant que la situation ne devienne trop grave.

Prévention tertiaire
Aider les personnes qui sont déjà en situation d'itinérance à retrouver un logement stable.

Prévention quaternaire
Éviter que les systèmes aggravent les situations. Par exemple :

- Des critères trop rigides ;
- Des ruptures de services ;
- Des transitions mal accompagnées ;
- Du travail en silo.

Cette forme de prévention est essentielle pour les personnes handicapées, qui doivent souvent naviguer entre plusieurs réseaux en même temps.

5. Le coût de l'inaction : prévenir coûte moins cher que réparer

Le mémoire explique que ne pas agir tôt coûte très cher, autant pour les personnes que pour les systèmes publics. L'itinérance entraîne :

- Des hospitalisations ;
- Des interventions policières ;
- Des recours aux tribunaux ;
- Des séjours en hébergement d'urgence ;
- Une perte d'autonomie ;
- Une exclusion sociale.

À l'inverse, soutenir la stabilité résidentielle permet :

- De maintenir l'autonomie ;
- De préserver les liens sociaux ;
- D'assurer la continuité des services ;
- De réduire les coûts.

6. Briser les silos : une responsabilité collective

Les personnes handicapées doivent souvent gérer des contacts avec plusieurs systèmes en même temps : santé, services sociaux, logement, soutien au revenu, transport, etc. Quand un seul de ces systèmes échoue, toute la stabilité peut s'effondrer.

Le mémoire insiste sur la nécessité d'une meilleure collaboration entre :

- Les municipalités ;
- Le réseau de la santé ;
- Les offices d'habitation ;
- Les organismes communautaires ;
- Les services de sécurité publique ;
- Les ministères.

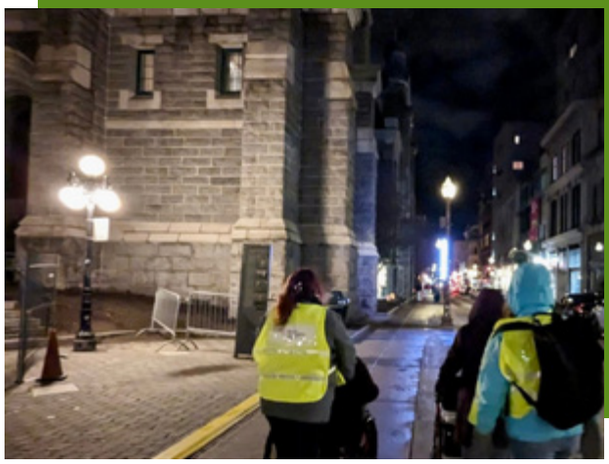
La stabilité résidentielle doit devenir une responsabilité partagée.

Pour aller plus loin

Ce résumé présente les idées principales du mémoire. Pour comprendre toute la profondeur des analyses, des exemples et des recommandations, nous invitons nos membres à lire le document complet.

Le mémoire complet est disponible sur notre site internet, code QR disponible dans la rubrique « à lire ou à écouter ».



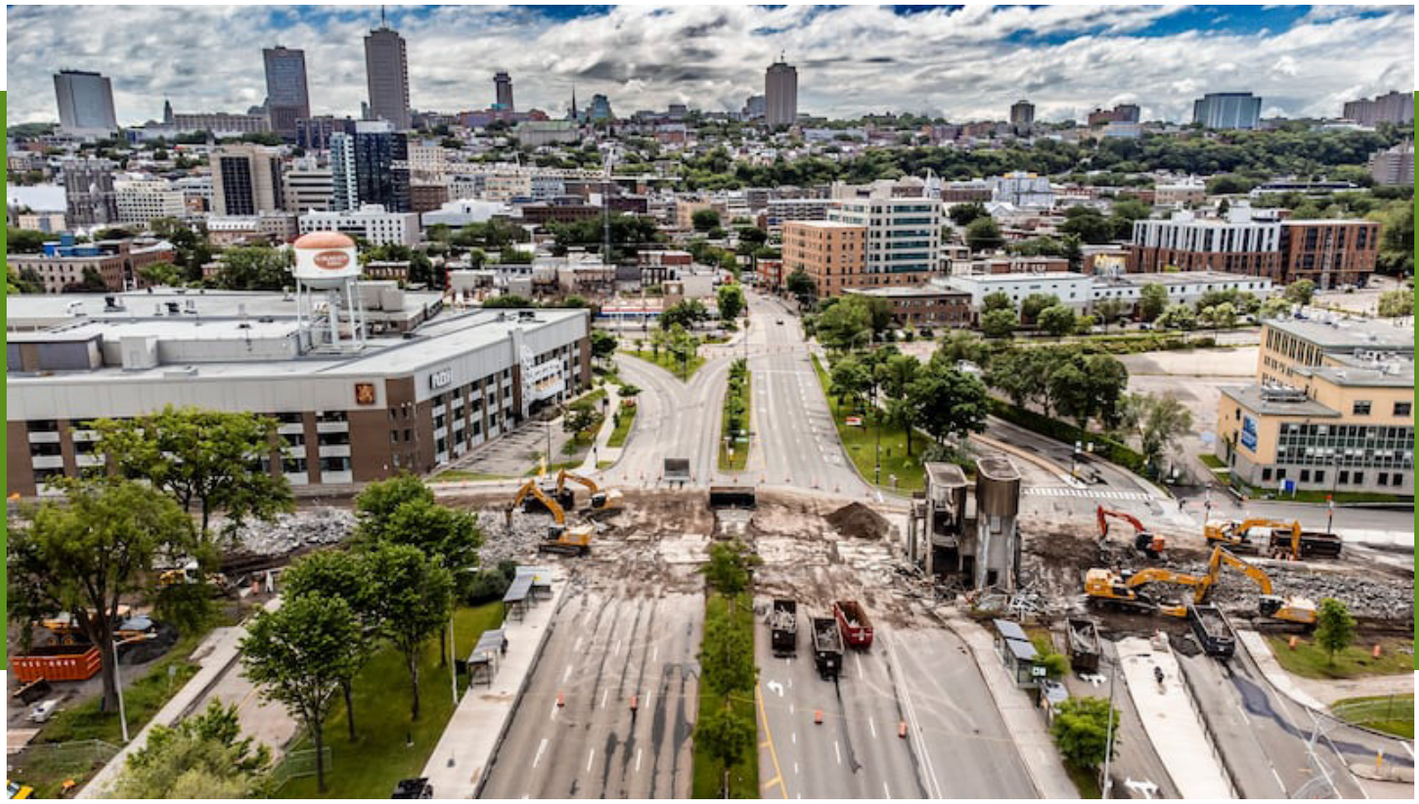


Travaux de démolition de la passerelle Adrien-Pouliot

Par Andréanne Thibeault, préposée à l'accueil du CFPH

La démolition de la passerelle près du stade Canac peut compliquer les déplacements des personnes à mobilité réduite en les obligeant à faire des détours, utiliser des passages moins accessibles ou traverser davantage de rues. Cela peut causer de la fatigue, des retards, des risques de chute et, parfois, les obliger à demander de l'aide.

En cas de problème, les personnes en situation d'handicap peuvent **appeler le 311, contacter le RTC ou le transport adapté, demander de l'aide sur place ou à un proche et signaler les obstacles. Il est important de prévoir un parcours alternatif qui soit sécuritaire et accessible.**



Violence conjugale et handicap :
VOIR AUSSI CE QUI PASSE SOUS LE RADAR

Par Julie Montreuil, directrice au développement social et des services cliniques

Dans le cadre du colloque du RAIV (Recherches Appliquées et Interdisciplinaires sur les Violences intimes, familiales et structurelles), présenté lors du congrès de l'Acfas à Trois-Rivières, j'ai eu la chance de faire une présentation avec Martine Lévesque, Ph. D., ergothérapeute, sur un sujet qui nous préoccupe depuis plusieurs années : la violence conjugale vécue par les femmes en situation de handicap.

Notre présentation s'intitulait Femmes en situation de handicap et de violence conjugale : avancées dans les connaissances et dans les collaborations intersectorielles en contexte québécois.

Martine a présenté les connaissances issues de la recherche et les obstacles particuliers que peuvent rencontrer les femmes en situation de handicap lorsqu'elles vivent de la violence ou tentent d'en sortir.

De mon côté, j'ai voulu apporter un autre regard : celui de la relation coercitive et de la réalité particulière du handicap.

Quand l'aide peut devenir du contrôle

Le contrôle coercitif ne se résume pas à un seul geste de violence. C'est une série de comportements qui, avec le temps, permettent à une personne de prendre de plus en plus de contrôle sur l'autre : son argent, ses déplacements, ses relations, ses décisions ou sa vie quotidienne.

Mais lorsqu'une femme est en situation de handicap, ce contrôle peut prendre des formes différentes et parfois beaucoup plus difficiles à reconnaître.

Une femme peut avoir besoin de son conjoint pour se transférer de son lit à son fauteuil, prendre sa douche, préparer un repas, communiquer, se déplacer ou prendre ses médicaments.

Dans une relation saine, ce sont des gestes d'aide et de soutien, dans une relation coercitive, ces mêmes besoins peuvent être utilisés pour exercer du contrôle.

Retarder volontairement un transfert. Placer un fauteuil roulant hors de portée. Refuser une aide pour aller à la toilette. Contrôler les médicaments. Annuler un transport. Parler à la place de la femme lors

d'un rendez-vous. Limiter ses contacts avec les personnes qui pourraient lui venir en aide.
Cela nous amène à poser une question importante : à quel moment l'aide devient-elle du contrôle?

Des angles morts qui demeurent

C'est aussi ce que je voulais apporter de nouveau dans cette présentation.
La reconnaissance du contrôle coercitif dans nos lois représente une avancée. Mais il faut aussi se demander si notre façon de définir et de reconnaître ce contrôle permet réellement de voir ce que vivent les femmes en situation de handicap.

Il demeure, selon moi, des angles morts importants.

La réalité du handicap crée parfois des situations de dépendance ou d'interdépendance qui sont difficiles à comprendre lorsqu'on ne les connaît pas. Un geste qui peut sembler banal peut entraîner des conséquences énormes pour une personne qui dépend d'une aide humaine, d'un fauteuil roulant, d'un moyen de communication ou d'un transport adapté.

Si cette réalité n'est pas suffisamment prise en compte, certaines formes de contrôle risquent tout simplement de passer sous le radar.

Travailler ensemble pour mieux voir

C'est pourquoi les collaborations entre les différents milieux sont essentielles.
Le milieu de la violence conjugale possède une expertise. Le milieu du handicap en possède une autre. Le réseau de la santé, les services sociaux, les policiers, le milieu judiciaire et les organismes communautaires ont aussi leur rôle à jouer.

Mais la femme, elle, ne vit pas toutes ces réalités séparément. Elle les vit toutes en même temps.

Notre passage à Trois-Rivières nous a permis de mettre ces différentes connaissances ensemble, mais aussi de soulever de nouvelles questions.

Nous avançons dans notre compréhension de la violence conjugale et du contrôle coercitif. C'est important. Mais pour que ces avancées profitent aussi aux femmes en situation de handicap, leur réalité doit faire partie de la réflexion dès le départ.

Parce que reconnaître le contrôle coercitif est une avancée. Encore faut-il être capable de le voir lorsqu'il se cache derrière l'aide, le soin ou la dépendance.

Demandes de subvention confirmées ou en attente

Par Anne-Sophie Verreault, directrice au développement organisationnel et communautaire

Dans un souci de transparence à l'égard de la gouvernance et du développement de notre organisme, voici un tour rapide des projets actuels financés au CFPH et des demandes en attente de réponse.

Projet en cours

LUAA phase 1
Le projet consiste à louer et aménager un appartement accessible existant, offrant deux chambres et adapté aux personnes handicapées. Ce logement servira à l'hébergement d'urgence pour des individus en situation de handicap, avec une durée de séjour flexible, visant un maximum de six mois. L'objectif est de garantir un environnement sécurisé, tout en offrant un accompagnement psychosocial personnalisé. Une intervenante sera attitrée au programme pour soutenir les résident(e)s dans leurs démarches de relocalisation et d'accès aux services de santé, sociaux et communautaires.
Ce projet vise à combler le vide laissé par le manque d'options d'hébergement accessible et adapté pour les personnes handicapées en situation d'instabilité résidentielle.

Bailleurs de fonds confirmés

Initiative de lutte contre l'itinérance hors refuge et les campements – CIUSSS – Fin du financement prévue pour le 31 mars 2027 ;
Programme de subventions de projets liés aux activités de promotion de la santé et de prévention – Direction de santé publique du CIUSSS - Fin du financement prévue pour le 31 mai 2027.

En attente de réponse

LUAA phase 2
Le projet consiste à louer et aménager un second appartement accessible et adapté aux personnes handicapées. L'objectif de ce second appartement est d'en faire un réellement d'urgence pour quelques nuits seulement. Étant donné le nombre de dossiers en instabilité résidentiel traités, sans toujours passer par la ressource d'hébergement, nous souhaitons procéder à l'embauche de deux intervenantes de proximité. Elles pourront soutenir les personnes rejointes dans leurs démarches de relocalisation et d'accès aux services de santé, sociaux et communautaires. Ce projet vise la poursuite de notre projet actuel qui ne nous permet pas de répondre à la demande.

Bailleurs de fonds potentiels

Appel de projets 2026-2027 en itinérance – Direction des programmes santé mentale, dépendances et itinérance ;
Mission inclusion.

Développement du territoire de marque
Définir les orientations créatives du nouveau territoire de marque du Carrefour afin d'établir une ligne directrice visuelle forte et distinctive. Développer un territoire visuel cohérent et représentatif de la mission du Carrefour, documenté dans un guide de normes prêt à être déployé. Outiller l'équipe du Carrefour avec des gabarits et supports de communication prêts à l'emploi, pour assurer une prise en charge autonome et cohérente de la nouvelle image de marque au quotidien.

Bailleur de fonds potentiels

Programme de soutien à la visibilité – Ville de Québec.



Dénombrement : handicap, itinérance et stabilité résidentielle

Par Kathy Chassé, intervenante sociocommunautaire



Dernièrement, Monsieur Lionel Carmant, ministre responsable des Services sociaux et de la Lutte contre l'itinérance, a demandé à la COPHAN (Confédération des organismes de personnes handicapées du Québec) de faire le recensement des personnes en situation de handicap qui reçoivent des services en lien avec des situations d'itinérance ou d'instabilité résidentielle au Québec. Le CFPH est donc mandaté par la COPHAN pour faire ce recensement dans trois régions administratives : Capitale-Nationale, Chaudière-Appalaches et Côte-Nord.

Puisque notre organisme opère un logement d'urgence accessible et adapté et que nous sommes aussi membres du RAIIQ (Regroupement pour l'aide aux itinérants et itinérantes de Québec), ce recensement nous tient particulièrement à cœur au CFPH. Nous sommes quotidiennement confrontés à l'exclusion totale ou partielle des personnes en situation de handicap d'une foule d'organismes et de services par manque d'accessibilité et de sensibilisation aux réalités des personnes handicapées. Une des grandes problématiques que nous rencontrons en est une d'invisibilisation des personnes handicapées qui hésitent souvent à se déclarer comme telles ou, même, qui ne se reconnaissent pas comme telles. C'est pourquoi il nous apparaît comme prioritaire de mettre en lumière les besoins de ces personnes.

Depuis le temps qu'on le dit, qu'il faut décloisonner le handicap et utiliser une approche intersectionnelle!

Dans ce dénombrement, nous demandons aux organismes publics et communautaires de se référer aux définitions de l'OMS et de la CIF sur le handicap et qui renvoie le handicap aux « personnes qui présentent des incapacités physiques, mentales, intellectuelles ou sensorielles durables dont l'interaction avec diverses barrières peut faire obstacle à leur pleine et effective participation à la société sur la base de l'égalité avec les autres » (art. 1).

J'ai donc jusqu'au 20 octobre prochain pour communiquer avec les organismes afin de récolter ces données et toute l'équipe a bien hâte d'avoir les résultats! On s'en reparle!

Repas entre amis au CFPH!

Par Kathy Chassé, intervenante sociocommunautaire

Ceux et celles qui nous suivent avec l'infolettre le savent, depuis quelque temps nous offrons, à petits prix, des repas surgelés deux fois par semaine. Cette opportunité vous est offerte grâce à notre partenariat avec Touski et le SEBV (Service d'entraide Basse-Ville).

L'idée derrière ce nouveau service est d'offrir à nos membres une meilleure sécurité alimentaire tant au niveau financier qu'en valeur nutritive. Cuisinés avec amour et solidarité dans les cuisines du SEBV, les petits plats, emballés sous vide pour bien les conserver, sont variés, les portions sont très respectables et le rapport qualité/prix est excellent. Ces repas clé en main sont au coût de 6 $, les soupes et desserts sont à 2 $ et il vous est aussi possible d'acheter des portions de sauce à spaghetti à 5 $.

Si vous avez des questions ou si vous éprouvez des difficultés financières et que votre alimentation est très affectée par la hausse du coût de la vie, n'hésitez pas à communiquer avec moi pour en discuter.

Oh! En parlant de sécurité alimentaire, il y a souvent des places disponibles à la cuisine collective adaptée! N'hésitez pas à vous inscrire en communiquant avec Andrée-Anne, au CFPH! Caroline, de Touski, vous invite aux deux semaines dans les locaux du YMCA. Une belle opportunité pour cuisiner, bien sûr, mais aussi pour discuter, partager des connaissances, rire et manger en bonne compagnie : la recette d'une belle journée assurée!

Repas : .....6 $
Soupes : .....2 $
Desserts : .....2 $
Sauce à spaghettis : .....5 $



Un an déjà pour le LUAA :
UNE ANNÉE QUI A FAIT TOUTE LA DIFFÉRENCE

Par Jessyca Cloutier-Laroche, coordonnatrice en stabilité résidentielle

Le 1er août 2025, le Carrefour ouvrait officiellement les portes du logement d'urgence accessible et adapté, le LUAA. Déjà un an.

En un an, six personnes ont été accueillies au LUAA. Six personnes avec des réalités bien différentes, mais qui avaient toutes besoin d'un endroit où aller. Quand une personne perd son logement, sort de l'hôpital ou se retrouve soudainement sans solution, trouver un endroit adapté à ses besoins peut être très compliqué. Pour une personne en situation de handicap, les options sont encore plus limitées.

C'est pour répondre à cette réalité que le LUAA a été créé.

Pendant leur séjour, les personnes accueillies peuvent prendre un peu de temps pour souffler. On peut regarder ce qui se passe, voir ce dont elles ont besoin et surtout, travailler avec elles pour trouver la suite. Parfois, les choses avancent rapidement. D'autres fois, ça demande plus de temps et beaucoup de coordination.

Au cours de cette première année, nous avons rencontré des situations très différentes. Certaines personnes étaient à risque de se retrouver à la rue, d'autres n'avaient tout simplement aucun endroit adapté où aller. Chaque situation vient avec son lot de défis.

Mais il y a une chose qui revient : avoir un endroit sécuritaire où se poser, ça change beaucoup de choses.

Le LUAA, ce n'est donc pas seulement un logement. C'est aussi un endroit où on peut prendre un peu de recul quand tout arrive en même temps.

Cette première année n'aurait évidemment pas été possible sans les personnes qui font vivre le projet au quotidien, mais aussi sans nos partenaires et toutes les personnes qui nous font confiance.

Après un an, on peut dire que le LUAA répond à un besoin qui était bien présent. Et quand on pense aux six personnes qui y ont été accueillies depuis son ouverture, on se rappelle surtout pourquoi il était important de créer cette ressource.

Un an déjà. Et on continue.

Ateliers « manifestif »

Par Arielle De Garie, artiste multidisciplinaire et membre du CFPH

Au printemps 2026, j'ai eu le bonheur d'animer deux ateliers de médiation culturelle au CFPH, dans le cadre du projet « Manifestation sonore » du groupe La Quadrature, en collaboration avec le festival Québec en toutes lettres. Tenus les 8 avril et 13 mai, ces ateliers ont réuni les membres Alexandre Maheu, Andrée-Anne Thibeault et Kimby Kistabish autour d'une question qui nous touche inévitablement : comment manifester quand les formes habituelles de la prise de parole publique ne sont pas pensées pour nous?

Dès le départ de ces ateliers de médiation culturelle, je voulais ouvrir un espace où l'on puisse réfléchir ensemble au droit de manifester, mais aussi à son accessibilité réelle. On parle souvent de prendre la parole, de descendre dans la rue, de lever la voix, de se faire entendre. Mais tout le monde ne peut pas le faire de la même manière. Marcher longtemps, se déplacer dans une foule, tenir une pancarte, crier, occuper physiquement l'espace public : tout cela suppose un corps, une énergie, une sécurité et une légitimité sociale que plusieurs d'entre nous n'ont pas toujours. Alors, je voulais poser la question autrement : quelles formes de manifestation peuvent naître de nos réalités, de nos corps, de nos limites, de nos forces et de nos façons d'exister?

Pour entrer dans la création, j'ai lu aux participant(e)s un texte de ma création pour les plonger doucement dans le sujet de nos rencontres. Le voici :

On parle souvent de prendre la parole.
De descendre dans la rue.
De lever la voix.
De se faire entendre.

Mais tout le monde ne peut pas.

Pas comme ça.
Pas au même rythme.
Pas avec le même corps.

Il y a des corps qu'on ne prévoit pas dans les manifestations.
Des corps qu'on ne voit pas dans les foules.
Des corps qui doivent calculer, anticiper, renoncer…
Avant même d'avoir commencé.

Et alors, la question devient différente.
Ce n'est plus seulement :
« Qu'est-ce que j'ai à dire? »

Mais :
« Comment est-ce que je peux exister… dans un espace qui n’est pas fait pour moi? »

Peut-être que vous avez déjà voulu dire quelque chose…
Et que ça ne s’est pas rendu.
Pas parce que ce n’était pas important.
Mais parce que le chemin était trop compliqué.
Trop inaccessible.

Peut-être que vous avez déjà renoncé.
Ou reporté.
Ou gardé pour vous.

Aujourd’hui…
On ne va pas essayer de faire comme si tout était possible.
On ne va pas faire semblant que c’est simple de manifester.
De prendre la parole.
D’être entendu-e.

On va partir d’où vous êtes.
De votre corps.
De ses limites.
De ses forces aussi.

Et on va se poser une autre question.
Pas :
« Comment faire comme les autres? »
Mais :
« Quelles formes peuvent exister à partir de nous? »

Peut-être que ce ne sera pas une foule.
Peut-être que ce ne sera pas un cri.
Peut-être que ce sera un geste.
Un silence.
Une phrase qui tremble.
Ou quelque chose d’inattendu.

Ici, tout ça a de la valeur.
Même ce qui est fragile.
Même ce qui hésite.
Même ce qui ne sait pas encore comment se dire.

On va prendre le temps.
Le temps d’écouter autrement.

Le temps de sentir ce qui veut apparaître.
Et doucement…
On va laisser émerger des formes.
Des formes de parole.
Des formes de présence.
Des formes de manifestation.

Partir du corps, de la parole, de ce qui résiste

Au fil des deux rencontres, nous avons exploré cette question par l'écriture, la parole, la poésie, le geste, l'imaginaire et le son. À travers des exercices comme la phrase empêchée, les injustices invisibles, cher monde, le corps qui manifeste ou encore les slogans impossibles, j'ai invité les participant(e)s à nommer ce qu'ils et elles auraient voulu dire, ce que les autres ne comprennent pas de leur réalité, ce qui les empêche de se faire entendre, mais aussi ce qui résiste encore en eux malgré tout.

Bien sûr, nous avons parlé des empêchements physiques : la fatigue, la douleur, les déplacements compliqués, les espaces inaccessibles, les foules impraticables, tout ce que plusieurs doivent calculer avant même d'oser participer. Mais les obstacles à la manifestation ne sont pas seulement physiques. Il y a aussi les empêchements sociaux : le sentiment de ne pas avoir sa place, de ne pas être pris au sérieux, d'être regardé avant d'être écouté, de devoir sans cesse prouver que notre parole vaut la peine d'être entendue. Derrière nos échanges, une question revenait sans cesse, parfois explicitement, parfois en filigrane : quand on parle, est-ce qu'on nous écoute vraiment? Est-ce qu'on nous reconnaît une place sociale à partir de laquelle notre voix peut porter?

Cette réflexion me concerne moi aussi!!! J'animais ces ateliers, oui, mais je n'y entrais pas comme une observatrice extérieure. J'y entrais avec mon propre corps, ma propre histoire, mes propres empêchements. En accompagnant les participant(e)s, je me suis moi-même replongée dans tout ce qui rend la manifestation difficile quand on vit avec des limitations physiques, mais aussi dans tout ce qui, socialement, freine notre capacité à nous sentir légitimes de prendre la parole. Car manifester, ce n'est pas seulement pouvoir être là : c'est aussi croire que ce que l'on a à dire mérite de prendre de la place.

Lors du premier atelier, nous avons eu la chance d'accueillir Céline, de La Quadrature, venue découvrir le groupe et entendre ce qui se vivait dans la salle. Céline est littéralement tombée en amour avec nous, avec notre sensibilité, notre conscience, notre humour, notre manière d'entrer dans la réflexion et de faire surgir des images fortes.

Inventer d'autres formes de manifestation

Le deuxième atelier nous a permis d'aller encore plus loin dans la recherche de formes de manifestations alternatives. Nous avons travaillé la voix, les slogans, le rythme, les sons, les gestes, les objets symboliques, les phrases qu'on n'a jamais dites, celles qu'on voudrait lancer au monde, celles qui tremblent, celles qui accusent, celles qui résistent. J'avais envie de faire sentir qu'une manifestation

ne passe pas forcément par la marche ou par le cri. Elle peut aussi prendre la forme d'un murmure, d'un geste minuscule, d'un son répété, d'une phrase portée par quelqu'un d'autre, d'un objet transformé, d'un silence chargé. Elle peut être fragile, hésitante, décalée – et malgré tout profondément politique.

Les échanges des deux séances ont été enregistrés à l'audio afin de garder une trace de cette parole. Cette matière servira à nourrir la création de pancartes sonores qui prendront part à une manifestation présentée le 24 octobre 2026, dans le cadre du festival Québec en toutes lettres.

Un espace pour ne pas se taire

Ce qui s'est vécu au CFPH dépasse pour moi le cadre de deux simples ateliers. J'ai senti s'ouvrir un espace rare où la création devenait à la fois lieu de confidence, de réflexion, de résistance et de réinvention. Un espace où l'on pouvait nommer l'injustice. Un espace où l'on pouvait reconnaître les limites du corps sans y réduire la personne. Un espace où l'on n'avait pas à performer une manière « correcte » de manifester, mais où l'on pouvait plutôt chercher ensemble des formes de présence qui nous ressemblent.

Dans une société où la parole publique valorise encore souvent ce qui est fort, visible, rapide, assuré, ces ateliers m'ont rappelé qu'il existe mille façons de se faire entendre. Certaines passent par le cri, d'autres par le texte, le geste, l'humour, le tremblement, la poésie, la lenteur ou le silence. Et toutes ont leur valeur.

Et si manifester commençait justement là : dans le fait d'oser exister publiquement, même autrement. Même doucement. Même à sa manière.

Lettre à un ami qui roule

À la suite de ces ateliers, j'ai eu envie d'écrire une lettre. Une lettre adressée à celles et ceux qui vivent, comme moi, dans un corps qu'il faut sans cesse adapter au monde – et trop souvent adapter au silence. Cette lettre est née de tout ce qui s'est déposé pendant les rencontres : les colères, les doutes, les renoncements, mais aussi la fierté, la lucidité et le désir de croire encore à la force de nos paroles. Je vous l'offre ici :

« Cher ami qui roule comme moi, à toi pour qui le handicap physique handicape encore trop souvent la capacité à te faire entendre.

« À toi qui as de la difficulté à croire que tu as ta place dans cette société… je voudrais que tu comprennes à quel point tu as le droit de dire, de parler, de te battre, toi aussi... Je sais, tu ne peux pas totalement le faire comme les bipèdes qui ne mesurent pas toujours leur chance, je sais. Mais il faut apprendre à le faire à notre manière…

« Ben oui, il nous faut aussi nous réinventer pour manifester. Puis, pour y arriver, j'te conseillerais avant toute autre chose, de travailler à t'estimer, même quand les autres semblent ne t'accorder qu'une mince valeur. Ton bagage d'expérience et de défis relevés te donner le droit de t'exprimer.

« Gêne-toi pas, cher(ère) ami(e). Sois fier(ère) de la souffrance qui a forgé ta profondeur et ta compréhension du monde. Ne doute jamais de ta valeur et de ce que tu peux apporter à la société… Les gens, même s'ils ne le conscientisent pas toujours, ont soif de ce que tu as à dire. Au début, on sera encore les freak show d'un grand cabaret de curiosités, mais, s'il te plaît, ose, parle, va dans la rue ou dans les écrans des scroll, fais entendre ta vérité, puis, je te le promets, un jour, ta parole aura le même poids que celle des autres. Peut-être même qu'un jour, et c'est ce dont je rêve pour nous, notre vision du monde pèsera enfin plus lourd dans les balances du pouvoir.

« Je t'aime, cher(ère) ami(e), et je suis fière de faire partie de la même communauté que toi. »



Manifesto-SON

Par Alexandre Maheu, membre et administrateur au C.A. du CFPH

Dans le cadre de Manifestif, séances de médiation culturelle, les mercredis 8 avril et 6 mai dernier, ont eu lieu deux ateliers dirigés par Arielle De Garie accompagnée de deux responsables de La Quadrature pour nous enregistrer, Kimby Kistabishe, Andrée-Anne Thibeault ainsi que moi-même, votre humble serviteur – mdr – !

Les séances avaient pour but de nous questionner et de nous enregistrer afin de créer des pancartes sonores qui serviront dans un projet qui aboutira, prochainement, à une manifestation sonore organisée par La Quadrature. Pour ce faire, les préparatifs se sont tenus le 16 juillet dernier à la Maison de la littérature.

De plus, nos témoignages ont servi lors d'une activité pour des élèves d'une école primaire, pour les informer des obstacles que les gens à mobilité réduite rencontrent. La rencontre s'est déroulée dans le local de l'Engrenage St-Roch.

Ces activités se sont déroulées à merveille! Ce fut très agréable et très apprécié par tous et toutes les participant(e)s. Ça a été une expérience enrichissante et très décontractée, qui nous a mis très à l'aise et en confiance, sans stress, sans attente, etc.

Chapeau, la gang de La Quadrature et à Arielle, bien sûr!

Vieillir en diversité et en équité… et finir en beauté!

Par Kathy Chassé, intervenante sociocommunautaire

Je vous parle régulièrement depuis 2022 de ce projet de recherche dont le but est de produire des connaissances sur le vieillissement et la participation sociale des personnes aînées autochtones, immigrantes, LGBTQ+ et/ou ayant des incapacités.

Le CFPH y participe depuis le tout début dans le cadre d'une démarche de partenariat et de co-construction à titre d'organisme qui travaille avec et pour les personnes handicapées. Pour ce faire, l'équipe de recherche a recueilli les histoires de plusieurs de nos membres au sujet de leur vieillissement, de leur façon de l'aborder et sur leur participation sociale passée, présente et sur ce qu'iels envisagent pour l'avenir. Leurs visions des choses, leurs manières de dire et de faire sont le terreau dans lequel s'est enraciné ce projet qui avait cinq objectifs :

1. Identifier les préoccupations et les enjeux en lien avec le vieillissement dans chacun des secteurs ;
2. Explorer les trajectoires de vieillissement et de participation sociale des personnes concernées ;
3. Comprendre les facteurs qui influencent l'autodétermination et l'inclusion sociale des personnes concernées ;
4. Contribuer à faire entendre la diversité des façons de vieillir et de contribuer socialement afin d'influencer les politiques sociales et nos interventions ;
5. Puisqu'une étude similaire est réalisée au Chili, notre dernier objectif consiste à établir des comparaisons entre les résultats des deux projets. En quoi les facteurs facilitants ou freinant le pouvoir d'agir et l'inclusion sociale des personnes aînées des quatre groupes étudiés se ressemblent-ils ou se distinguent-ils entre le Chili et le Québec?

Après quatre années de dur labeur de l'équipe de recherche, menée par la chercheure Émilie Raymond et solidement coordonnée par Mélanie Synnott, nous voilà donc dans les dernières phases de ce projet, c'est-à-dire, au dévoilement et au partage des résultats!

Pour ce faire, l'équipe de recherche a voulu faire ça en grand!

Le 11 mai dernier, les organismes partenaires, les participant(e)s, des personnes des milieux de la recherche, de la santé, du communautaire et du politique ont donc été conviés à participer à un grand forum communautaire. Certains résultats ont été présentés et commentés par les invités d'honneurs, Michèle Audette, Benoît Songa, Agnès Maltais et Michel Corday. Eugénie Emond, Diane Picard et Manon Massé ont aussi participé à l'animation de la journée, riche en apprentissage, en

partage et en discussions. Le plaisir était aussi de la partie, comme quoi, la recherche et la rigueur scientifique, c'est pas « plate pantoute »!

Et ensuite? Qu'est-ce qui se passe? On met tout ça dans un cartable qu'on range dans une obscure bibliothèque universitaire? On dépose ça sur une des (trop nombreuses) tablettes de l'Assemblée nationale? Que nenni! Pas cette fois! L'Institut sur le vieillissement et la participation des aînés, ou l'IPVSA pour les intimes, a choisi de rendre plus accessible au grand public les résultats de ce projet en présentant, durant les mois de juillet et août, l'exposition des photos et des citations prises pendant le projet VDE au parc Lockwell. Vous l'avez manquée? Pas de panique! L'exposition poursuivra son petit bonhomme de chemin dans d'autres lieux de la ville au cours des prochains mois, lisez bien nos infolettres!

Évidemment, quatre ans de recherche, c'est difficile à résumer en 500 mots ou moins… d'ailleurs, je n'y arrive pas! Mais si le sujet vous intéresse, sachez qu'il y a une page Facebook « Vieillir en diversité et en équité » que vous pouvez consulter ainsi qu'un un site internet au https://www.vieillir-diversite.ca/

Un GROS merci à toutes les personnes membres du CFPH qui ont participé et un IMMENSE MERCI à Mme Hélène Brousseau pour son implication exceptionnelle tout au long du projet!



Accomplissements

Par Anne-Sophie Verreault, directrice au développement organisationnel et communautaire

Je suis emballée de vous annoncer que je serai maintenant la représentante en déficience physique du Regroupement des organismes de personnes handicapées de la région 03 (ROP03) sur le sous-comité des partenaires du milieu associatif du RTC/STAC (SCPMA).

Réalisations

Par Julie Montreuil, directrice du développement social et des services cliniques

Je suis très heureuse de vous partager une nouvelle implication : je siège maintenant au conseil d'administration de la COPHAN, la Confédération des organismes de personnes handicapées du Québec.

Pour moi, c'est une belle occasion de contribuer autrement, de partager ce que nous observons sur le terrain et, surtout, de participer à une force collective qui cherche à faire avancer les choses.

Une nouvelle aventure qui commence, et j'en suis très heureuse!

Le Bastion, la preuve qu'on peut réfléchir et aménager des lieux et des services accessibles dans un vieux bâtiment

Par Kathy Chassé, intervenante sociocommunautaire

En 2020, le CIUSSS de Québec a acquis le bâtiment situé au 14, côte du Palais. Ce bâtiment a été construit dans les années 1950, à l'époque où la Commission des monuments historiques commençait à encadrer l'architecture du Vieux-Québec afin d'harmoniser l'environnement urbain de ce secteur.

Pourquoi je vous parle de ce bâtiment? C'est que le CIUSSS, en partenariat avec La maison de Job, y a installé des services spécialisés en toxicomanie et en itinérance et que lors de son inauguration en formule portes ouvertes, j'ai eu la très agréable surprise de visiter un modèle d'accessibilité. Du rez-de-chaussée, consacré à l'accueil, en journée, des personnes en situation d'itinérance qui peuvent s'y déposer le temps de faire une brassée et de prendre une douche ou de jaser un peu, jusqu'au 4e et dernier étage, où l'on retrouve une ressource d'hébergement de courte à moyenne durée qui applique une approche en réduction des méfaits, gérée par La maison de Job, la circulation est fluide, les douches sont sans seuil et ils ont des chambres avec lits électriques et lève-personne. Trop souvent, nous sommes confrontés à des lieux et des services peu, voir pas du tout accessibles. Trop souvent, nous sommes confrontés à un cadre bâti ou rénové mal conçu et mal pensé… Alors nous croyons que lorsque c'est bien fait, c'est important de le souligner…et de le citer en exemple!

Le Bastion inclut aussi désormais l'unité de sevrage médicalisé du CRDQ (Centre de réadaptation en dépendance de Québec) ainsi que les bureaux de l'équipe en itinérance du CIUSSS. Si vous ou un proche avez des problèmes de consommation et/ou de dépendance et que vous souhaitez en discuter vous pouvez prendre rendez-vous avec moi ou communiquer avec le 811 option 2 afin de prendre un rendez-vous avec le CRDQ.

Si tu as déjà utilisé des services de thérapie avec hébergement, j'aimerais discuter avec toi de leur degré d'accessibilité et de leur ouverture aux accommodements. Évidemment, tout ce que tu pourrais m'en dire serait strictement confidentiel.

La nuit des sans-abri

Alexandre Maheu, membre et administrateur au C.A. du CFPH

Bonjour,



C’est encore moi votre humble serviteur, Alexandre. Cette année, l’événement aura lieu le vendredi 16 octobre, de 16 h à 23 h, au carré Lépine. Pour ceux qui ne savent pas où c’est, c’est situé en diagonale de Lauberivière.

Le mois dernier, notre belle et dévouée intervenante Kathy s’est fait demander d’aller inspecter les lieux pour tester l’accessibilité du site. Pour ce faire, elle m’a demandé de me joindre à elle. Ce site n’est pas vraiment adapté pour les gens en situation d’handicap, car il est raboteux et en pente. Pour ce qui est de la luminosité, nous n’en sommes pas sûrs.

Personnellement, je crois que ce site ne convient pas aux gens en fauteuil manuel ou en déambulateur. Pour ce qui est des gens qui se déplacent avec une canne et/ou ayant une motricité plus pénible, ce sera à vos risques et périls!

MAMUK

Par Kimby Kistabish, membre du CFPH



Au mois de juillet dernier, j'ai assisté aux portes ouvertes des nouveaux locaux de Mamuk, mon ancien travail. C'était une visite pour tout le monde, alors j'en ai profité pour aller voir l'accessibilité pour les gens à mobilité réduite comme moi. À l'extérieur du bâtiment, il y a une rampe et, en entrant, deux élévateurs : un pour monter et l'autre pour descendre, car, oui, il y a deux grand étages.

C'est très grand, comme endroit. En haut, les agents culturels, la justice, la halte-garderie, le projet Ishketeu et plusieurs autres services. Ah oui! j'allais oublier, il y a une grande cuisine. En bas, c'est tout ce qui concerne la clinique médicale : il y a une infirmière, une infirmière clinicienne, une travailleuse sociale et plusieurs autres services aussi.

Ce que je trouvais important, quand je suis allée visiter, c'était d'aller voir si les toilettes étaient accessibles, car il y avait deux toilettes : une à l'étage et l'autre à la clinique.

Effectivement, les toilettes sont accessibles et grandes, bien qu'au moment de la visite il manquait les barres d'appui pour se tenir ou se retenir. Mais le boss m'a confirmé qu'ils allaient rencontrer un ergothérapeute pour cela. À ce jour, on m'a dit qu'ils ont installé la barre d'appui en haut, mais pas encore en bas.

Pour terminer j'aimerais vous dire que ce nouvel endroit est plus grand et plus accessible que les anciens locaux qui étaient à Charlesbourg. Le nouveau bâtiment est dans Vanier, proche du Centre Vidéotron.

Andréanne Gagnon : « Petite, j'étais celle qui aidait les autres et qui croyait à l'autodétermination de tout le monde »

Entrevue réalisée par Marie-Eve Couture, coordonnatrice à la mobilisation

Jeudi le 24 septembre, j'ai eu la chance de partager un moment privilégier avec Andréanne Gagnon, présidente du C.A. du Carrefour familial des personnes handicapées, afin de faire une entrevue pour l'AzimutHs. J'y ai découvert une femme généreuse, authentique, engagée, très inspirante et capable de beaucoup d'humour, même lorsque le sujet abordé est plus difficile. Merci beaucoup Andréanne pour ta disponibilité et pour ton implication au CFPH; tes valeurs et ta détermination font inévitablement une grande différence dans la défense de droits des personnes en situation d'handicap! Bonne lecture à tous et à toutes!

Andréanne, à quel âge as-tu commencé à militer?

Officiellement, depuis que je suis au Carrefour familial des personnes handicapées, en 2021-2022, au début de ma trentaine. Mais en fait, je pense que j'ai milité toute ma vie, sans m'en rendre compte. Avec mes parents, j'ai ouvert des portes dans chaque étape de ma vie. Et puis, les démarches qui ont été faites pour moi ont eu un impact positif dans la vie des autres après. Sans m'afficher comme militante, j'ai eu l'occasion de faire de la défense de droits.

Qu'est-ce qui t'a donné le goût de t'investir au Carrefour familial des personnes handicapées?

J'ai toujours aimé ça la défense de droit et la justice sociale. J'ai mon diplôme en travail social mais je n'avais plus vraiment l'occasion d'agir au niveau du handicap. Et puis, Anne-Sophie est venue me chercher! Nous avions étudié ensemble et quand elle est arrivée Au CFPH, elle a pensé à moi! C'était vraiment ce dont j'avais besoin pour m'épanouir.

Quelle cause collective a motivé ton implication en défense des droits?

Vraiment, c'est le handicap et l'autodétermination des personnes. Toutes les embuches qu'on rencontre à différentes étapes de notre vie… Parfois, on a l'impression que c'est terminé, mais ça ne l'est jamais. Il y a toujours une nouvelle cause à défendre. Ce n'est pas toujours collectif; parfois, c'est personnel. Mais je me rends compte que mes causes personnelles sont souvent des réalités collectives et je pense toujours aux autres quand je me bats pour moi. Chaque argument et petites victoires peuvent faire avancer les causes. Je me dis qu'un jour des nouveaux services vont être offerts grâce à mon expérience de vie qui les aura justifiés Je veux qu'on reçoive les services dont ont a réellement besoin.

Andréanne, de quelles réalisations es-tu le plus fière?

Ma plus grande fierté, c'est mon parcours. Malgré tous les obstacles que le système me donne, en tant que personne handicapée j'ai réussi, jusqu'à la fin du système scolaire, à suivre les personnes sans handicap et à avoir l'impression de pouvoir vivre les mêmes étapes de vie qu'eux, Mais après j'ai été confronté au fait qu'il n'avait plus de plan. on doit créer notre propre parcours etj se battre pour prouver nos capacités et réaliser nos rêves. Aujourd'hui, je suis fière d'être une militante et de poser, au jour le jour, des actions qui permettent aux personnes handicapées d'améliorer leur condition de vie et de s'autodéterminer.

Quel est ton moment coup de cœur de militantisme?

Un moment coup de cœur est celui du 75ième anniversaire du Carrefour. Je me suis rendu compte de l'ampleur de l'organisme pour lequel je suis membre. On aide tellement de gens et nos actions ont des impacts multiples. De plus, j'étais comédienne dans la pièce de théâtre nos vies sont enjeux qui a été présenté ce soir-là. Je suis fière de cet accomplissement, mais surtout des messages que nous avons transmis par l'art

Andréanne, qu'est-ce qui fait que ton implication perdure?

Je pense que c'est dans ma personnalité de base… Mes parents me racontent des choses que je disais quand j'étais petite et je me dis : « Hey… je l'avais dans l'sang! ». Je voyais toujours les injustices.

J'ai besoin d'être dans l'action de m'impliquer d'avoir des projets qui me donne du pouvoir d'agir !

As-tu des conseils à prodiguer à ceux et celles qui veulent s'impliquer?

Je pense que s'impliquer, c'est la clé. Il faut s'entourer des gens qui ont des combats similaires aux nôtres pour avoir des outils, des pistes de solutions. Pour avoir un sentiment d'appartenance aussi! Comme conseil, je dirais : Osez essayer! Osez, vous faire confiance! Osez, vous tromper et vous planter! » Si vous avez un rêve, un objectif, si vous croyez à quelque chose, il ne faut tout essayer et quand quelque chose ne fonctionne pas il y a une alternative ou un autre rêve à explorer Il ne faut jamais arrêter de rêver . Aussi, il faut se rendre visible, ne pas avoir peur d'aller dans des lieux publics, ne pas avoir peur de s'imposer. Il faut montrer qu'on existe!

Selon toi, que reste-il à faire pour les personnes en situation d'handicap et quelles seraient les priorités?

Il reste beaucoup à faire! La priorité serait d'avoir une volonté politique d'écouter le milieu et les personnes concernés pour arrêter de répéter les mêmes erreurs. Je pense qu'il est temps que les gens reconnaissent que le handicap, ça concerne tout le monde. Tout le monde peut vivre une situation d'handicap dans sa vie. Il y a beaucoup de chose à faire mais la première chose à faire, c'est d'être inclusif. Pas juste le dire, mais l'être! Ça ne prend pas seulement des belles paroles ou des beaux programmes, mais des actions concrètes Il faut visibiliser et impliquer les personnes concernées dans les processus et les décisions.



Accessibilité à la bibliothèque Gabrielle-Roy

Par Odette Lavoie, membre du CFPJ

Je tiens à souligner le bel engagement qui a mené à l'accessibilité de la bibliothèque Gabrielle-Roy, et la ténacité d'agir qui a permis qu'elle soit accessible à toutes les personnes qui ont un handicap, sur tous les aspects. Maintenant qu'elle est accessible, utilisons-la!

Merci au Carrefour familial des personnes handicapées et à celles qui sont responsables de cette réalisation!

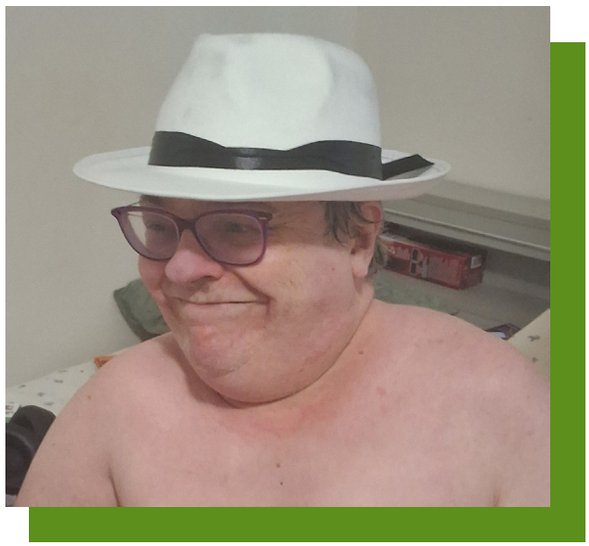
Naturisme et intimité forcée

Par Andréa Natsumi Nadeau, membre du CFPH

Cet article s'insère dans la continuité de mon article de l'année passée sur le naturisme et le handicap et comme prélude à une éventuelle suite portant sur l'impact de l'intimité forcée sur l'épanouissement sexuel.

Mon parcours naturiste est largement influencé par des considérations pragmatiques, comme espacer le temps entre les lavages de vêtements, ou juste faciliter mes transferts à la toilette depuis que je suis en fauteuil roulant. Mais à l'origine, c'était la réponse d'une adolescente malheureuse, car sa pudeur était incompatible avec le fait de devoir se promener dans divers degrés de nudité devant des inconnus pour des raisons médicales.

Si l'exposition totale ou partielle de mon corps était inévitable, si je voulais être soignée, j'ai éventuellement réalisé que je pouvais modifier ma perception subjective de ce dévoilement obligé pour arriver à un inconfort réduit et plus factuel qu'émotionnel.



Cependant, un effet pervers de ma solution est que plusieurs semblent en venir à penser que, parce que je n'ai pas peur de montrer mes fesses à tout le monde, je n'ai pas peur de me les faire taponner par tout le monde — quoi que, de ce qu'on m'a raconté, ce n'est pas bien bien mieux pour les personnes handicapées vêtues —, ce qui n'est pas du tout le cas. Mais, dans l'absolu, ce switch en vaut généralement la peine.

Évidemment, comme je le mentionnais dans l'autre article, ce qui aide encore plus est de ne pas limiter les incidences de nudité sociale au simple contexte médical, d'où mon intérêt pour le nu artistique, la positivité corporelle (body positivity) et, évidemment, le naturisme.

Au-delà du choc médiatique :
LE CAS JOEY OU L'IMPASSE D'UN SYSTÈME SANS NUANCES

Floyd Lapierre-Poupart est militant pour les droits des personnes en situation de handicap et les personnes marginalisées. Il est aussi acteur et conseiller à la scénarisation, et étudie en communication stratégique et relations publiques à l'UQAM.

Réaction et analyse de l'article paru dans La Presse du vendredi 25 septembre :
En CHSLD à 24 ans « Je ne me sens pas vivant », Léa Lemieux

_____

Incapable de trouver un appartement supervisé, Joey St-Jean, un jeune homme en situation de handicap, demande l'aide médicale à mourir.

L'histoire de Joey, ce jeune homme de 24 ans dont la demande d'aide médicale à mourir (AMM) fait la manchette aujourd'hui, suscite une charge émotive considérable. Le cadre narratif proposé par les médias est classique, presque prévisible : un jeune adulte lucide, écrasé par l'appareil bureaucratique d'un Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS), choisit la mort plutôt que l'enfermement en CHSLD. Le constat brut est difficile à contester, car personne ne peut soutenir qu'une institution pour aînés constitue un projet de vie acceptable à 24 ans. Pourtant, en réduisant ce parcours complexe à une fable linéaire opposant une victime pure à un système cruel, l'analyse journalistique publiée ce matin commet un contresens majeur. Elle ignore la réalité complexe du terrain, que ce soit du côté du jeune, de sa famille ou de l'administration. Elle transforme un dossier de santé publique très difficile en une simple guerre d'image dans les médias.

Pour comprendre les véritables failles de ce dossier, il faut d'abord poser un regard lucide sur la rupture du milieu d'origine. L'article paru aujourd'hui laisse entendre que le réseau de la santé a arbitrairement « garroché » le sujet en hébergement, l'arrachant à sa trajectoire de vie sans explications. Cette lecture évacue une réalité bien plus fréquente et douloureuse : celle des familles aimantes et dévouées qui finissent par frapper un mur invisible.

L'institutionnalisation précoce n'est que rarement le fruit d'un caprice administratif ; elle est presque toujours la réponse ultime à une crise de gestion à domicile, exacerbée par des enjeux comportementaux ou d'adaptation que les proches ne peuvent plus contenir. En occultant la responsabilité de l'individu dans la rupture de son propre filet de sécurité, le texte idéalise le sujet pour mieux diaboliser l'institution, omettant que le réseau intervient souvent pour pallier à un épuisement familial chronique.

Cette confrontation entre l'individu et la structure se joue chaque jour au cœur de notre système de santé. Un milieu d'hébergement, par sa nature même, est une collectivité régie par des protocoles, des horaires fixes et une rationalisation des soins. Pour ma part, je vis en appartement et je reçois du soutien à domicile. Je suis donc, moi aussi, soumis au quotidien à un horaire imposé et à la rigidité administrative du réseau. Pourtant, j'arrive à être autonome et à m'épanouir chez moi, parce que je comprends que l'autonomie demande des compromis, mais surtout qu'il faut savoir parler au réseau en avançant les bons arguments. On gagne son indépendance par le dialogue et le respect mutuel avec l'administration, pas en lui rentrant dedans. De plus, le vécu de plusieurs de mes ami(e) s qui habitent en CHSLD me permet d'avoir une vision juste de l'autre côté de la médaille : de manière générale, le personnel tente d'accommoder le plus possible les résidents avec les moyens du bord. Pour plusieurs d'entre eux, l'hébergement, sans être la solution idéale, s'avère « pas si pire » et offre un cadre sécuritaire ainsi qu'une routine stable.

C'est normal que ça clash quand quelqu'un qui rejette toute autorité se retrouve face à l'administration. Ce que Joey appelle de la froideur, c'est juste le quotidien d'un service public : il faut des règles pour protéger tout le monde et le personnel doit partager son temps équitablement entre tous les résidents. Forcer le système à se plier à ses moindres désirs, ce n'est pas de l'autonomie, c'est de l'entêtement. Ce matin, les médias ont confondu le caprice et la liberté. Ils ont fait l'erreur de faire passer un refus de collaborer pour une belle quête d'indépendance, alors qu'il s'agit simplement d'un refus de dialoguer et de respecter les autres.

Sur le plan éthique, la démarche de Joey, qui articule simultanément une demande d'AMM et une campagne de sociofinancement sur GoFundMe pour s'acheter des meubles, met en lumière une contradiction profonde que l'article omet de questionner. Nous assistons à une instrumentalisation de la mort comme levier politique, une forme de chantage existentiel appliqué à la gestion publique. La liberté authentique suppose la responsabilité de ses actes. Ici, la demande d'AMM n'est pas l'expression d'un désir d'extinction lié à une souffrance physique intolérable et incurable, mais une stratégie de pression radicale visant à forcer la main de l'État : « Donnez-moi un appartement autonome, ou vous aurez mon décès sur la conscience. » En reprenant ce discours sans filtre, le journalisme se fait complice d'une dérive où la détresse psychologique réelle devient une arme de négociation.

Cette façon de faire transforme un problème de société complexe en un simple spectacle larmoyant. Pour dénoncer le manque criant de logements supervisés, les médias se jettent sur une histoire déformée sans prendre le temps de vérifier les faits. Ce raccourci fait de gros dégâts. D'un côté, c'est insultant pour l'ensemble des personnes en situation de handicap, car cela donne l'impression misérable que leur seule issue face aux ratés du système, c'est l'euthanasie. De l'autre, c'est profondément injuste pour le personnel de la santé : l'article fait croire qu'ils s'en foutent, alors qu'ils ont

proposé des solutions modernes et adaptées à Joey. Des solutions qu'il a rejetées simplement parce qu'il refusait de se plier à la moindre contrainte administrative.

Il ne s'agit pas pour autant de dédouaner l'État québécois ou la gestion technocratique des CISSS. Les structures régionales excellent dans l'art de la communication corporative et de la gestion de risque, utilisant souvent le jargon clinique pour masquer leur manque de flexibilité logistique et des listes d'attente mathématiquement décourageantes. Nous sommes en réalité devant une guerre de communication stérile entre deux entités manipulatrices : un individu habile qui sait sur quels boutons émotifs presser pour instrumentaliser l'opinion publique, et une bureaucratie froide qui se retranche derrière le secret médical pour maintenir le statu quo et éviter le sur-mesure.

En bout de ligne, le cas de Joey demeure profondément tragique, non pas parce que le système est simplement cruel, mais parce qu'il incarne l'entonnoir systémique absolu. Il démontre l'incapacité chronique du réseau de la santé à concevoir des alternatives intermédiaires pour des profils hautement complexes, dont les comportements passés excluent le maintien en communauté traditionnelle, mais dont la lucidité rend l'institutionnalisation révoltante. Pour élever le débat public au-dessus du simple fait divers larmoyant suscité par les manchettes d'aujourd'hui, le journalisme de qualité doit cesser de chercher des coupables idéaux ou des martyrs parfaits. Il doit avoir le courage de documenter la réalité du terrain dans toute sa grisaille, sa complexité et ses contradictions humaines, car c'est seulement à travers cette lucidité que l'on pourra bâtir de véritables solutions de rechange.



PHOTO CATHERINE LEFEBVRE, COLLABORATION SPÉCIALE

ROP03 : Une voix collective pour les personnes handicapées de Portneuf à Charlevoix

Fondé en 1995, le Regroupement des organismes de personnes handicapées de la région 03 (ROP03) est la seule structure officielle de communication et de concertation pour les organismes de promotion et de défense des droits des personnes handicapées dans la région de la Capitale-Nationale.

Son territoire couvre un vaste secteur, de Portneuf à Charlevoix, et englobe l'ensemble des réalités liées au handicap. Le ROP03 représente les organismes qui desservent les personnes vivant avec tous les types de handicaps, qu'ils soient physiques, intellectuels, sensoriels, neurologiques ou autres, et ce, à toutes les étapes de la vie, de l'enfance jusqu'au grand âge.

La mission du ROP03 est de défendre les droits et de promouvoir les intérêts des personnes handicapées et de leurs proches, tout en favorisant une société plus inclusive, accessible et équitable.

Le regroupement compte actuellement 36 organismes membres. Ces organismes offrent une multitude de services essentiels aux personnes handicapées et à leur entourage : soutien et accompagnement, information, répit, loisirs adaptés, intégration sociale, défense des droits et participation citoyenne. Ensemble, ils forment un réseau dynamique d'expertise et de solidarité au bénéfice de toute la communauté.

À titre de porte-parole régional, d'agent de concertation et d'organisme de soutien, le ROP03 rassemble ses membres autour d'enjeux communs et assure leur représentation auprès des différentes instances décisionnelles et consultatives. Cette action collective permet de faire entendre les réalités vécues sur le terrain et de contribuer à l'amélioration des conditions de vie des personnes handicapées et de leurs familles.

Le ROP03 développe également divers outils d'information accessibles à ses membres et au grand public. Parmi ceux-ci figurent notamment un répertoire des ressources offrant du répit et des camps de jour adaptés, ainsi qu'un outil d'information relatif au projet TramCité, visant à sensibiliser la population aux enjeux d'accessibilité.

Depuis plus de 30 ans, le ROP03 contribue à renforcer la voix collective des personnes handicapées et des organismes qui les soutiennent. Grâce à l'engagement de ses membres, il poursuit son travail de concertation, de représentation et de défense des droits afin de favoriser une pleine participation sociale de toutes les personnes handicapées sur le territoire de la Capitale-Nationale.

Ensemble, nous travaillons à bâtir une région plus accessible, inclusive et accueillante pour tous.

Parutions au sujet de l'organisme



Avant la rue : stabilité résidentielle, trauma et prévention de l'itinérance chez les personnes handicapées.

Vers une vision renouvelée, intégrée et cohérente en matière de santé mentale, itinérance et dépendance

Émissions et documentaires



Being Heumann – date de sortie prévue le 13 novembre

Apple TV

En 1977, la militante des droits des personnes handicapées, Judith (Judy) Heumann, dirige une occupation historique de 28 jours de l'édifice fédéral du ministère américain de la Santé, de l'Éducation et du Bien-être à San Francisco, unissant les manifestants dans une lutte pour les lois sur l'accessibilité et l'égalité des droits.

Parutions médiatiques



Une mère de Québec a choisi d'assumer elle-même les 100 000 $ nécessaires pour l'adaptation de sa maison

Journal de Québec

Malgré la reprise ce mois-ci du Programme d'adaptation de domicile (PAD), des personnes handicapées ont lancé la serviette en raison des délais trop longs, si bien qu'une femme de Québec a choisi d'assumer elle-même les 100 000 $ nécessaires à la transformation de sa maison.

Un petit vent de changement souffle au Carrefour!

Comme vous le savez, nous avons toujours le souhait de voir le Carrefour familial des personnes handicapées évoluer et continuer à offrir toujours plus à notre belle communauté.

Nous aimerions éventuellement accueillir de nouveaux intervenants, mais pour ça… il faut leur faire de la place!

Et comme on n'a malheureusement pas encore trouvé la façon de pousser les murs sans déménager, il va falloir user d'un peu de créativité!

Alors, ne soyez pas surpris si, à l'occasion, vous trouvez nos portes fermées, si ça bouge beaucoup dans les locaux ou si vous avez l'impression qu'on est en plein branle-bas de combat!

Pas de panique! On ne quitte pas!

On est simplement en mode transformation. Nos locaux vont avoir droit à une petite beauté et seront réaménagés afin d'être plus fonctionnels pour mieux vous accueillir.

Il risque donc d'y avoir un peu de poussière, quelques boîtes, du va-et-vient… et probablement quelques « où est-ce qu'on met ça? » dans les prochaines semaines!

Mais derrière tout ce petit chaos, on vous prépare quelque chose de beau.
Merci pour votre patience et votre confiance pendant cette période de changement.

On a bien hâte de vous montrer le résultat!



CFPH
Carrefour familial des personnes handicapées

Célébrations de Noël

Les feuilles des arbres quasi toutes tombées nous rappellent que bientôt, la neige ornera nos journées. L'hiver est déjà à nos portes! Et avec lui, les festivités de Noël se préparent tranquillement pour tout un chacun. Au Carrefour familial des personnes handicapées, cela représente une occasion de célébrer ensemble, autour d'un bon repas et de chaleur humaine.

Nous vous invitons à joindre le groupe de travail de Noël.Votre enthousiasme, vos idées et votre participation sont les bienvenus pour organiser une soirée mémorable pour toutes et tous.

Pour celles et ceux qui désirent s'impliquer, merci de vous inscrire à l'adresse suivante :

accueil@cfph.org

Au plaisir de vous retrouver bientôt



Pour nous joindre :

Carrefour familial des personnes handicapées
360, rue du Pont,
Québec (Québec) G1K 6M6

418-522-1251
accueil@cfph.org