Loisir POUR TOUS!

Volume 2, numéro 3 Automne 2018

Bulletin d'information publié par
ZONE LOISIR MONTÉRÉGIE

Pour le loisir des personnes handicapées

Quelques nouvelles de ZLM par le président

Au fil des derniers mois, il y a eu du mouvement au sein de notre organisme. En août dernier, M[me] Nancy Whitney nous annonçait son désir de relever de nouveaux défis. C'est en septembre qu'elle nous quittait, après avoir passé 18 années comme coordonnatrice des programmes et la dernière année, à titre de directrice. Certes, ce départ nous a attristé. Nous la remercions chaleureusement pour ces années de loyaux services et lui souhaitons beaucoup de succès dans ses nouvelles fonctions.

Suite à ce départ, M[me] Louise Lacasse a accepté de prendre l'intérim au poste de directrice, tout en conservant ses fonctions de coordonnatrice aux affaires administratives, financières et autres. Cet intérim a débuté en septembre dernier et se prolongera jusqu'à la fin de notre convention avec le Ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur (MEES), en 2020. Nous sommes vraiment heureux de compter sur une personne aussi dévouée, pleine d'énergie, aux multiples ressources et qui fait partie de l'organisation depuis près de 16 ans.

Ces changements ont aussi fait en sorte que M[me] Isabelle Bonin a vu son nombre d'heures passer de 25 à 30 heures semaine. ZLM est heureux de compter sur le talent et les forces de madame Bonin. En plus de détenir un baccalauréat en animation et recherche culturelles, elle connaît bien notre organisation pour avoir été bénévole pendant quelques années et pour avoir siégé au sein du conseil d'administration. Notons que parmi ses diverses fonctions de coordonnatrice des communications, madame Bonin est aussi responsable de la rédaction de ce bulletin d'information.

Avec tous ces mouvements et bien sûr, la nécessité de rapprochement avec les communautés et les nouvelles responsabilités liées à la convention du Ministère, nous sommes à définir un poste supplémentaire, lequel devrait être affiché prochainement. Si vous connaissiez des personnes qui pourraient être intéressées, n'hésitez pas à nous les diriger. Merci et bonne lecture!

Roger Larin, président

Dans ce numéro :

Les membres du conseil d'administration 2018-2019	p. 2
Jani Barré, une athlète marathonienne digne d'une guerrière	p. 3
Trois-Rivières organise un mini-rallye pour sensibiliser à l'accessibilité universelle	p. 5
Destination Loisirs 2018	p. 6
Inauguration de la terrasse Au Bureau.co	p. 7
Journée internationale des personnes handicapées	p. 7
Le manuel de l'accompagnement	p. 8
Vignette d'Accompagnement Touristique et de Loisir, changement à venir	p. 8
Vœux des fêtes	p. 9

Les membres du conseil d'administration 2018-2019

Le 4 octobre dernier, s'est tenu l'assemblée générale annuelle de Zone Loisir Montérégie. Il a été agréable de constater que les six administrateurs sortants ont tous manifesté leur intention de demeurer au sein du conseil d'administration. Ils ont tous été réélus. De plus, un septième poste a été comblé par M^{me} Mélanie Gauthier. En tant que président, je peux vous assurer que ces hommes et femmes assument totalement et de façon responsable leurs fonctions formant ainsi, un conseil d'administration fort et déterminé. Voici la composition du CA pour l'année 2018-2019, de gauche à droite :

M^{me} Julie Vachon, vice-présidente (Parrainage civique de la Vallée-du-Richelieu)
M. Roger Larin, président (consultant formateur)
M^{me} Mélanie Gauthier, administratrice (Parrainage Civique Vaudreuil-Soulanges)
M. Martin Morin, secrétaire (Conseil canadien des aveugles)
M^{me} Valérie Bélanger, trésorière (Association des traumatisés cranio-cérébraux de la Montérégie)
M^{me} Émilie Lapointe, administratrice (L'envol du Haut-Richelieu)
M. Michel Rouleau, administrateur (Ville de Saint-Hyacinthe)

Nous avons profité de cette occasion pour honorer et remercier M. Vincent Robichaud qui, pendant plus d'une décennie, a agi comme bénévole, formateur et président. M. Robichaud a joué un rôle important à ZLM, alors qu'il a mené, de façon efficace et sécurisante, plusieurs dossiers complexes.

Nous avons également souligné le départ à la retraite de M. Jean Lemonde qui a été directeur, jusqu'en mars 2017. Merci pour vos années de services et pour tout le travail accompli.

Vincent Robichaud et Louise Lacasse

Jani Barré, une athlète marathonienne digne d'une guerrière!

Jani Barré a tout d'une athlète de haut niveau. Depuis 7 ans, la Maskoutaine de 39 ans participe à des marathons dans diverses villes du Québec. À chacune de ses courses, elle franchit la ligne d'arrivée avec fierté. Celle qui est atteinte d'ostéogenèse imparfaite, une maladie qui affecte ses os, s'était, jusqu'à maintenant, toujours attaquée qu'aux demi-marathons. Ayant soif de changement, elle a participé, le 23 septembre dernier, au Marathon de Montréal. C'est en fauteuil roulant qu'elle a parcouru les 42,2 km. Nous l'avons rencontré pour qu'elle nous parle de cette expérience.

Une belle préparation

De son propre aveu, Jani avait besoin d'un nouveau défi. « Après de nombreuses courses en six ans, je sentais que j'étais rendue là ». Pour elle, c'était donc une évidence. Elle se devait de faire un marathon de 42,2 km. Pour y arriver, elle a dû redoubler d'ardeur en participant à de nombreux demi-marathons, au cours de la dernière année. De plus, elle roulait plusieurs kilomètres par jour, et ce, même l'hiver.

En plus des marathons de 21,1 km auxquels elle a participé, elle s'entraînait, à la boxe, trois fois par semaine. Finalement, pour peaufiner sa préparation, elle s'était même installée chez elle, dans sa cour, un ballon poire et un sac de frappe de boxe. Cela démontre à quel point Jani était déterminée à accomplir cet exploit et ainsi devenir la première femme canadienne en fauteuil roulant à participer à un marathon.

Pour réussir, elle avait besoin d'un fauteuil confortable et à sa hauteur. Elle a fait appel à la compagnie québécoise Motion Composites. D'ailleurs, la Maskoutaine souhaite adresser une mention spéciale à cette compagnie, puisque tout au long de sa course, elle avait l'impression d'être à vélo. Le confort était donc au rendez-vous!

Une certaine pression l'habitait

Comme à chacune de ses courses, Jani n'avait qu'un seul objectif; celui de franchir la ligne d'arrivée. La Maskoutaine avoue qu'elle ressentait beaucoup de pression, car elle voulait réussir. Toutefois, elle n'hésite pas à dire que le 42,2 km était très long. Elle compare même ce dernier à une route sans fin. Cependant, elle relate « C'est de la bonne pression, positive »! Ce qui a été le plus difficile pour l'athlète c'est qu'à partir du 36^{e} kilomètre, elle a eu très mal au poignet droit. Ainsi, elle a dû poursuivre sa course avec une extrême prudence. Dans sa tête, elle devait se dire que tout allait bien. Sa grande force mentale et le renforcement positif ont eu un rôle important à jouer dans la dernière portion de sa course.

Toutefois, celle qui a eu 157 fractures relate avoir eu une réelle peur de se casser le poignet. Par chance, elle a pu terminer sans blessure. Ainsi, elle a pu se prouver à elle-même ainsi qu'aux autres qu'elle était capable de réussir et que le possible est immense.

Jani Barré, une athlète marathonienne digne d'une guerrière!

Motivée par les encouragements de la foule

Tout au long de son marathon, la femme de 39 ans avait le sourire aux lèvres. Elle était tellement heureuse d'être là, avec tous les autres marathoniens. Lors des marathons, elle a vraiment l'impression d'être comme les autres. Selon ses propres dires : « Dans ma tête, je ne roule pas, je cours ». Ce qui l'a impressionnée, ce sont les encouragements des gens. Pour elle, cela a eu un réel impact sur sa course. Du début à la fin, elle pouvait voir des pancartes d'encouragements et étendre des Go Jani! Cela la motivait encore plus à poursuivre dans les moments de fatigue qui ont précédé la fin des 42,2 km.

Pour la Maskoutaine, le support des gens est primordial lors d'une course. Le fait de savoir que tant de gens sont derrière elle lui permet de pousser encore plus pour atteindre l'arrivée. Malheureusement, elle déplore que parfois, les gens ne soient pas au rendez-vous pour supporter les coureurs. Jani l'a remarquée lors d'une course à Saint-Hyacinthe. Cela a été décevant pour l'athlète, car elle était très fière de participer à la course du défi Gérard-Côté, dans sa ville. Celle qui aime tant sa ville et ses habitants aurait simplement aimé que les gens viennent l'encourager durant son trajet. Elle espère que lors de prochaines courses dans sa ville, il y ait un engouement plus grand de la part des supporteurs.

Prochaine étape: marathon de Las Vegas, et après…

Rien n'est à l'épreuve de Jani Barré. Le 11 novembre 2018, elle a pris part au marathon le plus spectaculaire, soit celui de Las Vegas. Ce qu'elle souhaitait le plus en participant à ce marathon : « suivre mon feeling, être inspirée, m'amuser et battre mon temps du Marathon de Montréal qui est de 4 heures, 12 minutes et 30 secondes » . On lui souhaite!

Jani en bref

Lorsqu'on lui demande de nous parler de ses objectifs de vie, elle est catégorique; ce sont les marathons et son spectacle d'humour. En 2019, elle désire faire le marathon de New York. L'année suivante, celui de Boston. Nul ne doute qu'avec sa détermination, elle y parviendra et poursuivra, comme elle dit si bien, son rêve. Pour ce qui est de son spectacle d'humour, celle qui travaille sur ce projet depuis quatre ans fera sa première apparition en janvier 2019. Notons qu'elle est également fière ambassadrice de la compagnie Motion Composites.

Trois-Rivières organise un mini-rallye pour sensibiliser à l'accessibilité universelle

Aller à l'extérieur pour faire les courses ou encore faire une promenade dans les rues s'avèrent des activités qui, somme toute, devraient être banales et sans obstacle. Par contre, pour une personne qui vit avec un handicap ou une limitation, cela peut être beaucoup plus ardu. Afin de sensibiliser la population à l'accessibilité universelle, la ville de Trois-Rivières a organisé un mini-rallye.

Le 11 septembre dernier, les participants, dont quatre conseillers municipaux, ont pu comprendre la réalité que doit vivre quotidiennement une personne non voyante, une personne sourde ou malentendante ainsi qu'une personne à mobilité réduite.

Au cours de leur expérience en rallye, ils ont pu constater que les comptoirs dans les commerces sont parfois trop hauts, ce qui les rend inaccessibles pour une personne en fauteuil roulant. De plus, dans les rues, les trottoirs sont souvent mal adaptés et dangereux. Une conseillère municipale s'en est rendue compte lorsqu'elle a fait une chute. Finalement, les participants ont pris conscience qu'il n'est pas toujours facile d'entrer à l'intérieur d'un commerce, car il peut arriver qu'il n'y ait pas de porte automatique ou encore que celle-ci ne fonctionne pas.

D'ailleurs, la directrice de l'Association des handicapés adultes de la Mauricie, M^{me} Mélanie Lethiecq, relate que le but du rallye était de « […] faire voir qu'il y a beaucoup d'endroits où ce n'est pas du tout accessible ». Étant moi-même, l'auteure de ce texte, à mobilité réduite, je trouve anormal qu'en 2018, une personne en fauteuil roulant ne puisse pas entrer dans un commerce, dû au fait qu'il y ait des marches.

Il n'en demeure pas moins que c'est le quotidien des personnes vivant avec des limitations. Dès qu'elles sortent, ces dernières sont confrontées à des obstacles, des risques de chutes ou encore des édifices non accessibles. Néanmoins, parce qu'elles veulent briser l'isolement et socialiser, elles sont prêtes à faire face à ces éventualités.

À la lueur de cette activité, les conseillers ont pris conscience qu'il y a des améliorations à faire pour faciliter l'accessibilité des personnes en situation de handicap. Bien sûr, de nombreux progrès ont été faits au fil des années, mais il reste encore beaucoup de chemin à parcourir avant de parler d'accessibilité universelle.

En terminant, saluons l'organisme à but non lucratif, BAIL-Mauricie, qui a organisé ce rallye. Toute activité prônant l'accessibilité doit être mise de l'avant, si nous voulons que les choses bougent et changent! Pour plus de détails, consultez-le : https://www.tvanouvelles.ca/2018/09/11/un-rallye-pour-sensibiliser-a-laccessibilite-universelle.

Destination Loisirs 2018

C’est à Baie-Comeau, dans la région administrative de la Côte-Nord, que la 30e édition de Destination Loisirs s’est déroulée. Ce rendez-vous bisannuel est destiné aux organismes membres de Zone Loisir Montérégie. En plus d’être une rencontre culturelle, cet événement est souvent une occasion de retrouvailles pour les participants. Ceux-ci l’attende avec impatience, car au fil des années, cette rencontre d’une durée de quatre jours est devenue un incontournable pour ceux et celles qui y prennent part. À chacune des éditions, on remarque une forte participation des personnes vivant avec une déficience intellectuelle, bien que l'événement accueille également des personnes ayant une déficience physique ou visuelle. Toutefois, lors de l'inscription, les organisations responsables doivent bien tenir compte du degré d'accessibilité des lieux où se déroule les activités.

Du 31 août au 3 septembre dernier, les participants ont pu faire des visites touristiques, des activités culturelles et des pratiques sportives. La troupe Chaud Bizz a aussi offert un spectacle qui a ravi tous ceux et celles qui étaient présents. Finalement, la fin de semaine s’est clôturée par un banquet mémorable.

Pour cette édition, quinze régions administratives des dix-sept qui composent le Québec étaient représentées. Fidèle à son habitude depuis la toute première édition, la Montérégie avait la plus grande délégation avec 81 personnes.

Remerciements à tous ceux et celles qui de près ou de loin ont préparé, accompagné et participé à ce rendez-vous. Pour la prochaine édition en 2020, les gens ont rendez-vous à Shawinigan, dans la belle région de la Mauricie. Sachez que nous comptons poser la candidature de notre région pour 2022 ou 2024.

Inauguration de la terrasse Au Bureau.co

Zone Loisir Montérégie a pris part, le 27 septembre dernier, à l'inauguration de la terrasse Au Burau.co. L'événement, organisé en collaboration avec le regroupement Connexion Affaires et la Chambre de Commerce et d'Industrie de Beauharnois Valleyfield Haut Saint-Laurent, a permis aux personnes présentes de faire du réseautage. Une belle ambiance était au rendez-vous et tous ont apprécié ce 5 @7.

La 5 @ 7 a aussi permis à Zone Loisir Montérégie de se faire connaître davantage. Les profits liés à la vente de consommations ont été versés à ZLM en plus des dons reçus.

Merci à tous!

Journée internationale des personnes handicapées

Dans le cadre de la Journée internationale des personnes handicapées, le 3 décembre prochain, l'Association des personnes handicapées de la Vallée-du-Richelieu, l'Association des traumatisées cranio-cérébraux de la Montérégie et le Parrainage civique de la Vallée-du-Richelieu collaboreront ensemble afin de mettre en place une journée unique. Zone Loisir Montérégie prendra part à cet événement!

L'accessibilité universelle sera l'enjeu principal de cette rencontre. Au cours de cette journée, les élus des municipalités de moins de 15 000 habitants seront réunis et pourront entre autres échanger, lors d'une table ronde, des moyens pour faciliter la participation citoyenne de tous. De belles et enrichissantes discussions sont à prévoir.

Le manuel de l'accompagnement :

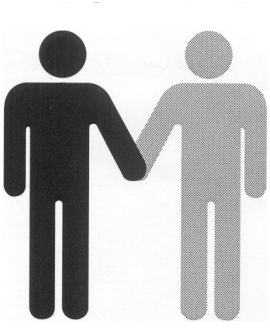
La deuxième édition du guide de formation en accompagnement des personnes handicapées, Le manuel de l'accompagnement, est toujours disponible. Bien que le contenu de ce guide ait été pensé pour le milieu du loisir, il est très facile d'appliquer toutes ces informations aux secteurs de l'éducation, de la santé, de la petite enfance et du travail. C'est ce qui le rend unique en son genre.

Cette 2e édition nous a permis de mettre à jour la nomenclature et la classification des limitations ainsi que de bonifier les conseils de base et les références aux partenaires.

Cet outil est donc vraiment d'actualité. La préface est signée par madame Hélène Carbonneau, professeure au département en Loisir, culture et tourisme de l'UQTR et monsieur Roger Larin, consultant et formateur en participation sociale.

Le manuel de l'accompagnement est en vente au coût de 39,99 $ plus les frais d'envoi. Vous pouvez le commander par courriel à l'adresse suivante : llacasse@zlm.qc.ca ou par téléphone au 450 322-0163. Vous pouvez aussi visiter le site officiel de notre organisme au www.zlm.qc.ca pour plus de renseignements.

Vignette d'Accompagnement Touristique et de Loisir, changement à venir



Zone Loisir Montérégie gère la vignette d'accompagnement touristique et de loisir (VATL). Prochainement, il y aura un changement de gestion. Dorénavant, c'est l'Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées (AQLPH) qui chapeautera le tout. Pour le moment, aucune date n'a été fixée pour la transition.

Soyez assurés que nous vous tiendrons au courant de la suite des choses dans notre prochain bulletin d'information, afin que vous soyez à l'affût du nouveau fonctionnement. N'ayez crainte, jusqu'à ce que le changement ait lieu, Zone Loisir Montérégie maintient la gestion de ce programme, tel que connu actuellement.

Le temps des Fêtes nous invite aux rassemblements autant sociaux que familiaux. Chaque association organise des activités pour souligner l'événement. C'est l'heureuse rencontre qui sème la joie de vivre et permet d'oublier les mille et une tracasseries du quotidien.

Le conseil d'administration et l'équipe de Zone Loisir Montérégie vous souhaitent une heureuse période des Fêtes et une année 2019 à la hauteur de vos aspirations.

ZONE LOISIR MONTÉRÉGIE
www.zlm.qc.ca

Siège social
3800, boulevard Casavant Ouest
Saint-Hyacinthe (Québec) J2S 8E3
Téléphone : 450 771-0707
Courriel : ibonin@zlm.qc.ca

Point de service
87, rue Sainte-Cécile, bureau 215
Salaberry-de-Valleyfield (Québec) J6T 1L9
Téléphone : 450 322-0163
Courriel: llacasse@zlm.qc.ca