



LA SOURCE D'INFORMATION

**« La Source » Association des personnes handicapées
du Haut Saint-Maurice inc.** septembre 2006

Bonjour à vous tous, nous sommes rendus à l'automne, la belle saison est derrière nous et nous voilà à nous préparer pour cette saison de transition. Ne trouvez-vous pas que le temps passe à une vitesse foudroyante, il me semble que nous venons à peine de voir la chaleur nous arriver. Nous avons eu un bel été avec beaucoup d'activités tant pour les adultes que pour les adolescents. Tout d'abord nous avons organisé 4 voyages à l'extérieur pour voir différentes activités culturelles et aussi pour rencontrer nos amis lors du rassemblement « Inter-Échange » Nous avons dégusté le merveilleux blé d'inde lors de la traditionnelle épluchette au Club La Tuquois.

Les jeunes adolescents ont pu visiter le zoo de Granby, faire une journée de plein air au Camping La Tuque Inc, partager des idées lors d'une rencontre provinciale avec des centaines d'autres personnes pour visiter la Ronde, le Cosmodome de Laval et aussi assister au spectacle du groupe « Simple Plan » pendant la fin de semaine de la fête du Travail.



Nous avons supervisé une jeune fille qui a accompagné un garçon de La Tuque qui vit avec un trouble envahissant du développement. Ce jeune a pu grâce à notre employée; Charlotte Pétrod, participer au camp de jour de Ville La Tuque. Nous avons aussi requis les services de Claudia Roy pour accompagner les jeunes dans des activités qui nécessitaient plus d'un accompagnateur. Elle accompagna aussi un jeune homme dans des excursions à l'intérieur de notre ville pour donner un peu de répit à ses parents.

» La Source » Association de personnes handicapées

Ce que nous sommes, ce que nous faisons :

Nous sommes un organisme communautaire autonome, c'est à dire que nos membres ont la pleine liberté pour élire leurs administrateurs, établir leur plan d'action, et définir nos mandats tout en respectant les balises du programme de soutien aux organismes communautaire de l'Agence régionale. Nous fêterons sobrement nos 13 ans à la fin d'octobre puisqu'à cette date en 1993 nous avons notre assemblée générale de fondation.

À La Tuque nous travaillons de concert avec le comité consultatif de la famille de ville La Tuque qui élabore et ensuite qui suggère les politiques à nos élus pour favoriser l'épanouissement de nos familles. Nous occupons la vice-présidence du conseil d'administration de la Corporation du transport adapté « Autono-bus » car nous avons un siège réservé à cet organisme.

Nous sommes aussi membre de la table jeunesse enfance famille table qui regroupe différents intervenants du milieu communautaire, de l'éducation, des gens des Centre de la Petite Enfance et autres groupes qui touchent à la jeunesse. Le directeur de votre organisme qui est membre de la « Corporation de développement communautaire, siège à ce conseil d'administration à titre de trésorier. Cette corporation a pour mission de lutter contre la pauvreté et l'exclusion sociale tout en fournissant des services de formation, de conseils pour ses organismes membres.

La Source participe à un comité qui fait de la promotion et de la sensibilisation de la déficience intellectuelle. Le comité de concert avec plusieurs autres membres élabore des jeux pour les jeunes du primaire afin de les sensibiliser à la déficience intellectuelle. Ce comité organise aussi le spectacle de la Semaine québécoise de la déficience intellectuelle à la mi-mars. Il a aussi mis sur pied un groupe de jeunes adolescents qui parrainent et marrainent des jeunes qui vivent avec une déficience intellectuelle. Ces activités de Parrainage et de Marrainage permettent de créer des amitiés lors d'activités sociales en groupe.

Ronald Delisle est aussi trésorier du Regroupement des organismes de promotion de personnes handicapées de la Mauricie (**ROPPHM**). C'est un organisme qui aide nos associations locales en leur fournissant formation, informations et défense collective de droits. Nous travaillons à améliorer les principes de gouvernance de nos associations locales, de les supporter à travers leurs actions besoins et autres.

Il est aussi vice-président de l'Association régionale de loisirs pour personnes handicapées de la Mauricie (**ARLPHM**) C'est un organisme régional qui a pour mission de promouvoir le loisir et le sport des personnes handicapées de la Mauricie. Il travaille en collaboration avec l'Unité régionale de loisirs et du sport de la Mauricie (**URLSM**) L'Association gère un budget pour permettre aux organismes membres de bénéficier de petites subventions pour encourager le développement des loisirs et du sport chez les personnes handicapées.

Ronald occupe aussi une place au Comité des Usagers du centre Interval qui a pour mission de favoriser le bien-être des usagers, de les aider dans leurs démarches et aussi défendre leur droit à des services de qualité et des services rapides.

Voilà en gros les différentes tables de concertation où « La Source a un siège et travaille de concertation avec d'autres ressources régionales ou locales afin d'augmenter les services et améliorer la situation des personnes handicapées.

Nous travaillons aussi à aider les personnes qui deviennent handicapées à obtenir les services qu'ils sont en droit de recevoir, nous les dirigeons vers les ressources existantes. Nous avons aussi d'autres buts dans comme celui de briser l'isolement des personnes handicapées, de favoriser un sentiment d'appartenance à notre organisme, de promouvoir et de défendre les droits des personnes handicapées. Mais par contre nous ne sommes pas un organisme qui donne de l'argent ou qui subventionne des projets, des améliorations locatives ou toute autre demande à caractère monétaire, nous pouvons aider les gens à chercher des endroits qui aident en donnant des montants sous forme de dons.

Activités à venir :

Le dimanche 8 octobre : Voyage pour voir la parade du défilé du festival de la galette à Louiseville. Départ de La Tuque vers les 9h30 et apportez-vous du linge chaud car il se pourrait que la température ne soit pas la meilleure. Nous serons reçus par l'Association de personnes handicapées du comté de Maskinongé à Louiseville. Le défilé débute vers les 14h00 et ça dure environ 2 heures selon les informations que j'ai reçues de mon confrère de Louiseville. Il existe deux possibilités pour le dîner, soit que vous dîniez à Trois-Rivières dans un restaurant avant de vous rendre au lieu du défilé ou vous apportiez votre lunch et vous mangiez dans la salle de l'association là-bas. Réservez avant jeudi 7 octobre 16H00 et indiquez votre choix pour le dîner, nous suivrons la décision de la majorité et nous vous aviserons.

Samedi le 28 octobre : Souper au club La Tuquois avec le groupe d'Arsène Mador. Le coût 5.00\$ pour les membres actifs et 17.00\$ pour les membres de soutien, le menu n'est pas encore déterminé, mais vous pouvez réserver jusqu'au mercredi 25 octobre 16H00. Nous vous fournirons le transport alors nous attendons vos appels.



Le dimanche 3 décembre : Souper de Noël à la salle de l'Age D'Or. Un souper Canadien (Ragoût, tourtière, dinde farci et pomme de terre). Le prix du billet est de 25,00\$ pour les membres de soutien et 5.00\$ pour les membres actifs. Cette activité se tiendra au local de l'age d'or situé au parc Saint Eugène. Il y aura l'échange de cadeau avant le souper et n'oubliez d'apportez pas le vôtre d'une valeur de 5.00\$. S'il vous plaît, donner votre nom à Rachel avant le jeudi 30 novembre 15H00 pour que l'on sache le nombre de personnes qui y participeront et n'oubliez pas de spécifier si vous avez besoin de transport.

Important : Nous voudrions vous aviser que les gens qui réservent et qui ne se présentent pas seront facturés au prix maximum par activité. Vous comprendrez que lorsque vous réservez nous avisons le traiteur et il nous facture pour le nombre de gens qui nous ont donné leur disponibilité.



Pour votre information

Vous avez tous entendu parler des ces bactéries qui font des ravages partout et qui peuvent vous inquiéter alors nous vous expliquerons qu'est ce que la bactérie C Difficile et nous vous suggérerons quelques mesures afin d'éviter d'être contaminée par cette bactérie

Qu'est-ce que le Clostridium difficile ? Le Clostridium difficile, également appelé C. difficile, est une bactérie connue depuis longtemps. Un faible pourcentage de la population (environ 5%) peut être porteur de cette bactérie dans l'intestin sans avoir de problème de santé, ce qui, par conséquent, ne requiert aucun traitement. En effet, elle vit en équilibre avec les autres types de bactéries, normalement présente dans l'intestin de l'être humain. Cette bactérie a la capacité de survivre dans l'environnement.

Qu'est-ce qu'une infection à C. difficile ?

Après un traitement avec des antibiotiques, le nombre des bactéries dans l'intestin diminue et cela favorise la multiplication du C. difficile. La bactérie C. difficile peut se multiplier et produire une toxine responsable de la diarrhée.

Quels sont les symptômes d'une infection à C. difficile ?

Les symptômes courants sont la diarrhée, la fièvre et les crampes abdominales. On retrouve parfois dans les selles du sang, du mucus ou du pus. Dès qu'on soupçonne une infection à C. difficile, une analyse des selles permet de savoir s'il s'agit

de cette bactérie. Dans la majorité des cas, les patients guérissent de cette infection. Certaines personnes plus vulnérables peuvent avoir des complications comme une inflammation grave de l'intestin ou une déshydratation. Dans certains cas, le C. difficile peut entraîner la mort.

Qui est à risque d'avoir une infection à C. difficile ?

Les personnes âgées ayant des problèmes de santé et qui sont hospitalisées sont plus à risque d'être infectées par cette bactérie lors de leur séjour à l'hôpital. La prise de certains antibiotiques est, dans une vaste majorité de cas, le facteur précipitant de l'infection. Le risque d'être infecté est très faible pour les personnes en bonne santé.

Comment le C. difficile se transmet-il ?

Le C. difficile se transmet à partir de mains contaminées de la personne souffrant de diarrhée. Le personnel et les visiteurs peuvent se contaminer les mains lors de leurs contacts avec la personne malade ou en touchant à certains objets de son environnement (ex : chasse d'eau, robinets, poignées de porte).

Peut-on traiter l'infection à C. difficile ?

Oui. Pour chaque cas, le médecin doit d'abord évaluer si un traitement s'impose. Si c'est le cas, le médecin recommandera un antibiotique approprié. Il n'est pas nécessaire de faire un examen de contrôle si la diarrhée cessa avec le traitement. Si la diarrhée persiste ou recommence dans les semaines qui suivent, une consultation médicale est nécessaire.

Quelles sont les mesures prises pour prévenir la transmission à l'hôpital ?

La personne infectée est placée en isolement dans une chambre privée ou partagée avec d'autres patients infectés. D'autres mesures sont mises en place, tels le port de gants et de blouses à manches longues par le personnel et les visiteurs ainsi que la désinfection quotidienne de l'environnement. Ces mesures sont maintenues au moins 72 heures après l'arrêt de la diarrhée. Une affiche placée à la porte de la chambre rappelle aux membres du personnel et aux visiteurs de se laver les mains et de respecter les mesures mises en place.

Comment éviter la transmission du C. difficile à domicile ?

En présence de diarrhée causée par une infection à C. difficile, le lavage fréquent des mains de la personne malade et des membres de sa famille est le moyen le plus efficace et le plus simple pour prévenir la transmission. Certains objets et surfaces de l'environnement souvent touchés par la personne malade peuvent être contaminés. On doit procéder au nettoyage plus fréquent de la chambre et de la salle de bain en utilisant de l'eau de javel (1 partie d'eau de javel diluée dans 9 parties d'eau). Le lavage des vêtements peut se faire de façon habituelle avec un détergent commercial courant en utilisant de l'eau chaude ou tiède.



Quand doit-on se laver les mains ?

Après être allé aux toilettes;

- ☞ Avant et après avoir donné des soins à une personne infectée par le C. difficile ou un autre microbe;
- ☞ Après tout contact avec l'environnement d'une personne malade;
- ☞ Avant de préparer, de manipuler, de servir des aliments ou de manger;
- ☞ Après s'être mouché, avoir toussé ou avoir éternué;
- ☞ Après une contamination accidentelle avec du sang ou d'autres liquides biologiques;
- ☞ Lorsque les mains sont visiblement souillées.

Source : Association des personnes stomisées de l'Estrie
Information sur le site du ministère de la Santé et des services sociaux www.msss.gouv.qc.ca juillet 2006

En tant que citoyen que pouvons-nous faire pour éviter d'être touché par les épidémies d'influenza?

- Se faire vacciner contre l'influenza saisonnière à chaque année
- Se laver les mains (encore une fois) avec du savon antiseptique
(gel, alcool) souvent
- Éviter de porter ses mains à sa bouche, au nez ou aux yeux.
- Éviter le port des faux ongles ou de vernis à ongle contribuant au développement des bactéries
- Tousser et éternuer dans un mouchoir jetable et se laver les mains ou tousser dans la partie supérieure et interne du bras pour éviter le contact avec les mains.
- Portez un masque si vous toussiez.

Technique de lavage des mains

Technique	Justification
Retirer les bijoux avant de se laver les mains	
Rincer les mains à l'eau courante tiède	Pour déloger et éliminer des micro-organismes
Faire mousser le savon et laver, en frictionnant toutes les surfaces des mains et des doigts	La durée minimale de cette étape est de 10 secondes; elle peut devoir être prolongée si les mains sont macroscopiquement souillées. Si l'on emploie des agents antiseptiques, il faut prévoir une dose de 3-5 ml Les pouces, le dos des doigts et des mains et la région qui se situe sous les ongles sont fréquemment oubliés
Rincer les mains à l'eau tiède.	Pour éliminer les micro-organismes et tout résidu de l'agent de lavage des mains.
Sécher les mains à fond avec un essuie-mains à usage unique ou avec un séchoir à air pulsé.	Le séchage permet de réduire encore d'avantage le nombre de micro-organisme, il faut éviter d'employer des essuie-mains réutilisables à cause des risques de contamination microbienne.
Fermer le robinet en évitant de recontaminer les mains.	Pour éviter la recontamination des mains
Ne pas porter d'ongles	Les ongles artificiels ou le

artificiels ou de vernis à ongles.	verniss à ongles écaillé peuvent augmenter la charge bactérienne et empêcher de voir la saleté qui se trouve sous les ongles
------------------------------------	--

Un petit rappel linguistique

Doit-on dire :

a) **Cheval ou chevaux ?**

Le pluriel de cheval est, et reste, chevaux. La croyance qui veut que la forme chevaux au pluriel soit maintenant acceptée est tout à fait fausse et ne vient pas d'un avis quelconque de l'Office ni des propositions de rectifications de l'orthographe, il s'agit là d'une sorte de « légende scolaire » qui doit être démentie.

b) **Action de grâce ou de grâces ?**

Vous hésitez chaque fois : doit-on mettre grâce au singulier ou au pluriel ? Ne vous en faites pas, les deux formes sont possibles. Rappelez-vous cependant que le mot Action prend la majuscule pour désigner la fête (la fête de l'Action de grâce ou de grâces), alors que la prière de reconnaissance, l'action de grâce(s), s'écrit sans majuscule.

c) **Fête du Travail**

Le nom fête du Travail s'écrit avec une minuscule à fête et une majuscule à Travail.

La capsule

L'origine du mot soccer

La Coupe du monde de la FIFA battait son plein cet été, alors un petit rappel linguistique, dit-on : soccer ou football ?

Les deux !

Le mot soccer tire son origine du terme britannique association football abrégé en association, puis assoc. Qui s'est finalement réduit en soc. La finale-er aurait été ajoutée sur le modèle de rugger, forme populaire pour rugby où Rugby football (Rugby étant à l'origine le nom d'un collège de la ville de Rugby où se pratiquait ce sport.).

Au XIX^e siècle, en Angleterre, on opposait le rugby football à l'association football qui allait devenir le soccer. Donc, l'origine de soccer est anglaise, même si aujourd'hui ce terme est surtout en usage en Amérique du Nord où on pratique aussi le football avec un ballon ovale, que l'on qualifie parfois, selon le cas de canadien ou d'américain.

Par ailleurs, le terme **football**, également emprunter aux Britanniques, est employé dans les autres pays francophones pour nommer ce sport que l'on appelle soccer au Québec. Il a donné les dérivés footballeur et footballeuse, ainsi que l'abréviation familière foot.

Il est intéressant de noter que l'acronyme FIFA s'emploie pour désigner la **F**édération **I**nternationale de **F**ootball **a**ssociation, dont on a célébré le centenaire en 2004, puisque le sport a d'abord été introduit en France sous son nom anglais de football association.

Football ou soccer ?

Bien difficile de ne pas en parler de cette grande fête qu'était la Coupe du monde, elle a occupé une place considérable dans l'actualité lors des dernières semaines. Mais difficile aussi de trancher entre ces deux dénominations qui, à part l'inconvénient de leur origine anglaise, ont chacune leurs avantages.

D'abord « notre » soccer. Affectionné des Québécois, ce terme est bien implanté au Québec où on l'utilise dans tous les contextes ou registre. Et puis l'autre, football, souvent abrégé en foot, qui a l'avantage d'être usité dans toute la francophonie, pour ne pas dire à l'échelle de la planète, mais aussi l'inconvénient de s'employer déjà pour désigner un autre sport en Amérique du Nord. Durant le temps qu'à durer cet événement, on a parlé plus de football dans les médias et on peut penser que les jeunes ont joué plus au foot qu'au soccer. Une fois la vague passée, le temps nous dira lequel de ces deux termes aura la préférence des Québécois... à moins qu'il y en ait pour regretter le ballon coup de pied de leur enfance.

En passant, comment prononcez-vous soccer ? Comme rocker ou comme laser ? Si les deux prononciations s'entendent au Québec, celle avec un e ouvert (comme dans laser), qui est déjà courante suit davantage la tendance du français (amer, cancer, cuiller, enfer, etc.).

Résident ou résidant ?

Qui n'a jamais hésité en écrivant résident (ou résidant) ? Un coup d'œil sur les attestations des deux formes dans la presse confirme que le flottement est grand dans l'usage. Et ce qui n'aide en rien, les ouvrages de référence ne s'entendent pas toujours sur la graphie à privilégier. La position de l'Office vise à simplifier l'analyse qu'on en fait; nous proposons l'orthographe résident ou résidente pour désigner ou qualifier « toute personne qui réside dans un lieu donné ». Ainsi, ce sera le cas des résidents d'un quartier, d'un centre d'hébergement, d'un foyer, etc. Ce sera également le cas pour les médecins résidents ou encore pour le statut de résident permanent.

Quant à la graphie résidant, on la réservera au participe présent (Les personnes résidant à l'extérieur du Canada... Les citoyens résidant à proximité des grands axes routiers...). En fait, il n'y a qu'à penser à l'emploi de président et de présidant. Notons en passant que l'appellation citoyens, courante au Québec pour désigner les habitants d'une ville, est aujourd'hui vieillie ailleurs dans la francophonie alors que, curieusement, le dérivé concitoyen « personne qui habite la même ville qu'un autre » est toujours usuel.

Enfin le vocabulaire de l'information a déjà intégré l'adjectif résident (un programme résident), de l'anglais résident pour signifier « qui se trouve en permanence dans la mémoire de l'ordinateur ».

Source : information sur le site Internet de l'Office de la langue française OQLF dans capsule www.oqlf.gouv.qc.ca.

CE QU'IL FAUT SAVOIR DE L'ADAPTATION DE VÉHICULES



Qu'il s'agisse d'une rampe d'embarquement, de pédales adaptées ou d'un élévateur, le Programme d'adaptation de véhicules de la Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ) couvrent les frais liés aux différents besoins d'adaptation de véhicule requis par une personne handicapée qu'elle soit conductrice ou passagère. Le véhicule à adapter peut être neuf ou usagé (en autant qu'il ait une durée de vie minimale de 4 à 5 ans). En plus des travaux d'adaptation du véhicule, les frais de réparation d'équipements installés lors d'une adaptation peuvent également être couverts par le programme, et ce, même si la garantie du fournisseur est expirée ou si elle ne les couvre pas.

Pour bénéficier du programme, il importe dans un premier temps, de faire ouvrir son dossier rapidement à la SAAQ¹, puisque le délai de traitement est d'environ six mois. Il est à noter que le revenu familial n'est aucunement pris en compte lors de l'évaluation de l'admissibilité. Le formulaire de demande d'adaptation peut être obtenu dans les centres de réadaptation et les CLSC. La SAAQ peut aussi vous le faire parvenir dès l'ouverture de votre dossier, en même temps que la liste des fournisseurs accrédités.

Par la suite, la démarche consiste à faire appel à un ergothérapeute afin qu'il évalue la capacité de conduire de la personne le cas échéant ainsi que les adaptations nécessaires. Généralement, ces ergothérapeutes relèvent d'un centre de réadaptation en déficience physique; il peut aussi y avoir une liste d'attente pour obtenir une telle évaluation. Celle-ci est gratuite à moins que la personne – afin d'éviter des délais – décide de consulter un ergothérapeute qui œuvre au privé; les frais sont alors d'environ 600.00\$ et ne sont pas couverts par le programme de la SAAQ.

Quels que soient les délais d'attente, il est très important d'obtenir l'autorisation de la SAAQ avant de faire adapter le véhicule par le fournisseur ou de procéder aux réparations du véhicule. Si les travaux n'ont pas été autorisés, les dépenses ne sont pas remboursées, les dépenses ne sont pas remboursées, et ce, même si un fournisseur certifie le contraire. La SAAQ est claire à ce sujet : **aucun** remboursement des dépenses effectuées avant son autorisation n'est accordé.

Si un fournisseur exige le paiement de certains frais pour des travaux qui, selon lui, ne sont pas couverts par le Programme

d'adaptation de véhicule, il est préférable de vérifier auprès de la SAAQ si tel est le cas. Il est arrivé déjà que des clients aient payé pour certains travaux que le fournisseur s'est, par la suite, fait payer de nouveau par la SAAQ. Il semble également que certains fournisseurs ont des exigences particulières comme le recours aux services de leur propre ergothérapeute ou l'achat d'un certain type de véhicule prétextant que certains ne sont pas adaptables. Il est donc impératif de vérifier ces informations auprès de la SAAQ avant d'engager des frais supplémentaire ou d'effectuer un autre choix de véhicule.

¹Pour ce faire, il faut communiquer au 1 800 702-9213

Source : Par Annie Landry Journal l'Intégration, été 2006 vol. 15 no 3



Bénévoles demandés

Les 10 et 11 octobre aura lieu dans notre ville le porte à porte de la campagne de financement de Centraide Mauricie. À toutes les années « La Maison des Jeunes supervisent cette activité et comme Centraide subventionne nos organismes, il est normal de demander de l'aide. Si vous avez le goût de prendre une marche d'environ 1 heure entre 17H00 et 20H00 donner votre nom comme bénévole pour solliciter les gens de La Tuque. Un circuit prend environ 1 heure à faire, alors donner votre nom à La Maison des Jeunes au 523-2047 entre 14H00 et 19h00.

Merci de votre collaboration.

Cours d'informatique

Nous vous offrons la possibilité de suivre des cours à l'informatique. Si l'internet pour vous n'est pas accessible ou si vous n'êtes pas familier avec l'informatique, donnez-nous votre nom et vos disponibilités. Dans la mesure où un nombre suffisant de gens répond à notre invitation, nous organiserons en collaboration du Centre d'alphabétisation populaire (CAPE.) Lorsque vous nous appellerez, faites-nous savoir votre degré de connaissance sur un ordinateur et pour naviguer sur le « net »