

NOUVELLES DE LA MANITOBA PARAPLEGIA FOUNDATION (MPF)

Les fonds de la MPF sont consacrés à quatre secteurs principaux : les projets spéciaux, les essais de produits, la recherche et l'aide directe aux personnes médullolésées. L'ACP remercie la MPF de son soutien continu à l'amélioration de la qualité de vie des personnes médullolésées.

La MPF a approuvé plusieurs demandes d'aide financière au cours des derniers mois. En voici les points saillants :

En novembre 2007 :

Une aide financière a été accordée à un membre de l'ACP pour l'achat d'un coussinet de gel Action, lequel lui servira de coussinage sur son siège de baignoire, ainsi que de support additionnel sous le coussin Roho de son fauteuil roulant manuel.

De l'aide financière a été accordée à un membre de l'ACP pour l'achat de bottes à embouts d'acier qui conviennent à son orthèse pour cheville et pied. Grâce à ces bottes, il pourra accomplir son travail de mécanicien de véhicules automobiles, pour lequel il doit demeurer debout pendant la plupart de la journée.

En décembre 2007 :

Une aide financière a été accordée pour l'achat de mains-courantes PushBlack, un nouveau produit conçu pour offrir aux personnes en fauteuil roulant ayant une fonction manuelle amoindrie une meilleure traction ou prise pour propulser les roues de leur fauteuil. Un membre de l'ACP fera l'essai quotidien de ces mains-courantes, afin d'en vérifier l'efficacité sous le climat du Manitoba, puis l'information recueillie à la suite de cet essai sera communiquée aux autres membres de l'ACP.

De l'aide financière a été accordée à un membre de l'ACP pour couvrir l'achat de commandes pour sa nouvelle demeure. Ces commandes lui permettront d'allumer et d'éteindre lumières et appareils électriques, ainsi que de commander l'intercom, la serrure de la porte et l'ouvre-porte de l'entrée de sa maison au moyen d'une télécommande à distance. Grâce à cet appareil, ce membre de l'ACP pourra ouvrir la porte pour laisser entrer les aides en soins de santé, ainsi qu'entrer et sortir de chez lui de manière autonome.

Venez faire un tour du côté du site Web de la MPF à www.cpamanitoba.ca/mpf. Vous pouvez soumettre une demande d'aide financière en communiquant avec le bureau de l'ACP ou en passant par le site Web de la MPF.

Dan Joanisse dit adieu et merci à l'ACP

Comme certains d'entre vous le savez déjà, j'ai accepté dernièrement une offre d'emploi du gouvernement provincial. C'est ainsi que le 22 février, je quittais mon poste à l'ACP. Bien que mon travail avec l'ACP ait pris fin, je suis néanmoins emballé par mon nouveau travail en tant que conseiller en matière d'appels pour le compte du Bureau des

005, afin d'aider les personnes ayant subi des dommages corporels à la suite d'un accident et voulant interjeter appel de la décision rendue par la Société d'assurance publique du Manitoba (SAPM) relative à leur demande d'indemnisation. Le Bureau, de même que la Commission d'appel

Sans compter les emplois d'été pendant que j'étais étudiant à l'université et un bref mandat d'administration de l'ACP, j'ai travaillé pendant près de huit ans pour l'ACP. Lorsque je repense à ce temps de ma vie, je suis très fier d'avoir contribué, il, au développement d'une association qui joue un rôle crucial dans la vie des qu'elle dessert. Après la blessure médullaire que j'ai subie en 1991, ma famille et moi avons fait très souvent appel à l'ACP pour son appui et ses conseils, allant de suggestions pratiques sur la façon d'aménager notre maison pour la rendre accessible en

nouvelle carrière, en passant par des conseils en matière d'adaptation. L'ACP était toujours là pour nous aider. Sans l'aide inestimable de l'ACP à ce moment aucun doute dans mon esprit que je n'aurais pas été en mesure, plusieurs années plus tard,

Bien que j'aie grandement joui de mon travail à l'ACP, ce sont les personnes avec qui j'ai travaillé qui en ont fait une expérience des plus enrichissantes. J'aimerais, en particulier, remercier chaleureusement les membres du personnel de l'ACP, tant ceux des années passées que ceux d'aujourd'hui, pour leur appui et leur amitié au fil des années. De plus, je me sens privilégié d'avoir eu l'occasion de collaborer avec des professionnels très dévoués

Quoique j'aie accepté un nouvel emploi avec le gouvernement, il est certain que je demeurer en lien avec l'ACP au cours des années à venir. Alors, demeurons en contact et

L'éducation, ça fait aussi partie de la réadaptation

À l'ACP, j'ai remarqué une constante frappante chez toutes les personnes qui passent par l'hôpital de réadaptation. Les personnes qui comprennent vraiment ce qu'est la réadaptation savent que, même si elles doivent travailler

elles doivent également s'appliquer à acquérir de nouvelles habiletés qui ne dépendent pas

d'entre nous avons besoin d'un certain temps avant que nous en arrivions à saisir que sans une nouvelle formation, on n'ira pas loin bien vite.

continuer à s'en occuper après leur accident, et ceux qui, grâce à certains aménagements,

nombreux. La plupart d'entre nous devons retourner aux études afin d'acquérir de nouvelles connaissances et habiletés en vue d'une nouvelle carrière. Si vous avez entre 16

Nous connaissons tous et toutes l'expression « On n'apprend pas à un vieux singe à faire

je travaille à l'ACP, j'ai rencontré une personne ayant plus de 50 ans qui, à la suite d'études collégiales, a entrepris une carrière tout à fait différente de celle qu'elle avait avant son accident. J'ai vu des personnes dans la trentaine terminer leurs études puis se diriger vers le collège ou l'université avec un avenir prometteur. Moi n'avais pas entrepris d'études universitaires avant l'âge de 42 ans. L'âge n'y est pour rien à

lésion médullaire, l'éducation c'est ce qui entendu parler d'un certain Stephen Fletcher qui est député conservateur à la Chambre des

À l'ACP, nous ferons l'impossible pour vous aider à atteindre vos objectifs, pourvu que vous

fois leur carrière entamée, mais la réalité d'aujourd'hui c'est que la plupart d'entre nous

n'en suis pas capable – qu'il s'agisse de votre âge ou du fait que vous n'avez pas bien réussi à l'école autrefois. Même si vous êtes

faisait avant votre accident. Pour la plupart d'entre nous, le meilleur muscle à exercer, c'est

~Al Schultz~

Épaules en forme

que l'idée de me déplacer sans neige et sans me salir chaque fois que je sors me sourit

Le fait de recommencer à sortir se traduit souvent par un nombre accru d'activités, c'est

se blesser à l'épaule, ce que nous redoutons tous.

Si vous n'avez pas de blessure à l'heure actuelle, je vous présente néanmoins quelques

Balancier de l'horloge

bien détendu pendant cet exercice qui n'exige pas une grande dépense d'énergie.

Battement d'ailes

Le dos des mains placé sur les hanches, amener les coudes vers l'avant, le plus loin
s les ramener en position initiale. Répéter l'exercice

Foulard

En exécutant un mouvement détendu en diagonale, ramener le bras vers l'épaule opposée
ci, le plus loin possible sans ressentir de douleur. Répéter l'exercice

Rotation externe de l'épaule

l'horizontale, la paume tourn

») ou un vêtement avec les deux mains séparées d'environ six pouces.

Tirer le câble d'une main le plus loin possible d'un côté, en résistant avec l'autre main.

le mouvement en tirant de l'autre côté. Il est plus facile de tenir la corde ou
le vêtement si on l'enroule autour des poings ou si on y fait des nœuds. Répéter le

Flexions

vers le haut ou les pouces pointant vers l'avant (au choix). Tout en gardant le coude
immobile, lever l'avant bras et amener l'haltère presque à la hauteur des épaules. Ramener
de départ. Répéter l'exercice de 10 à 20 fois.

Développé

Tenir un haltère dans la main de façon à toucher l'épaule, le haut du bras en position de
départ (parallèle au corps). Assis bien droit, pousser l'haltère à la verticale, le plus haut
s le plafond. Redescendre l'haltère au niveau de l'épaule. Si vous avez des
problèmes d'équilibre, servez
l'exercice de 10 à 20 fois.

Levé des bras allongés

gard vers l'avant, à midi), tenir un haltère de 1 à 5 livres

h 30) jusqu'à ce que l'haltère soit plus haut que l'épaule. Redescendre le bras lentement vers la position de départ. Répéter l'exercice de 10 à 20 fois.

Extension des bras (pompes)

mains pour soulever le corps, jusqu'à ce que les bras soient en extension. Revenir

l'exercice de 10 à 20 fois.

Rotation interne de l'épaule

er un câble élastique à une poignée de porte. Faire quelques nœuds dans le câble

fléchi, et l'avant

étiré, ramener l'avant bras vers le devant du corps, jusqu'à ce qu'il pointe vers midi. Le ramener ensuite en position initiale. Répéter l'exercice

Si vous avez une blessure à l'épaule

Même si, selon moi, l'étude aurait dû recourir à un meilleur groupe témoin (des sujets qui ont réellement des blessures à l'épaule), les photos illustrent bien les exercices.

Trapèze (faisceau inférieur et moyen) : Méthode 1

Tout en étant assis bien droit, les bras tournés vers l'extérieur et légèrement écartés du

basses. Cet exercice devrait se faire avant la rotation externe de l'épaule avec un câble

Trapèze (faisceau inférieur et moyen) : Méthode 2

Muscle dentelé antérieur

lancer le bras qui tient le câble élastique vers l'avant.

Rotateurs externes de l'épaule

gardant les épaules basses, puis éloigner lentement les mains l'une de l'autre.

Trapèze (faisceau supérieur)

Assis bien droit, se servir d'un bras pour stabiliser le tronc et l'autre pour faire pencher légèrement la tête d'un côté. Éviter de tourner la tête pendant l'étirement.

Pectoraux

Placer le fauteuil dans une entrée de porte et placer l'avant

Long chef du biceps

Placer le fauteuil dans une entrée de porte, l'avant

l'avant bras. Pendant l'étirement, il est important de garder les épaules basses (dépression

Capsule postérieur

ESSAIS DE PRODUITS EFFECTUÉS PAR LA MPF

De temps à autre, la Manitoba Paraplegia Foundation Inc. achète des appareils pour en faire l'essai dans le but d'en déterminer la qualité et savoir si elle peut en recommander l'usage aux clients de l'ACP. Dans ce numéro de *ParaTracks*, nous présentons trois de ces appareils.

Il s'agit d'un fauteuil servant à la fois de fauteuil hygiénique et de chaise de douche muni de roues arrière aux larges dimensions, ce qui permet à l'utilisateur de se déplacer manière autonome. Muni de roues de 16 po ou 18 po, ce fauteuil peut s'ajuster à la plupart

fauteuil est muni d'un siège rembourré pour protéger la peau. Ce siège pivote de manière à présenter l'ouverture à l'avant, à l'arrière ou de chaque côté. Il est muni de repose

ce produit, la MPF l'a prêté à l'unité des soins aux médullolésés située étage de l'hôpital de réadaptation. En voici les avantages et désavantages



-
-
- Il s'agit de l'un des fauteuils commode

- Le siège rembourré s'étant désagrégé en moins d'un an, il a fallu le remplacer.
- pour la nettoyer, si des cheveux et d'autres saletés viennent à s'y loger.
- ère laissent des marques noires sur le plancher après qu'on a pris sa

Il s'agit d'un appareil solide et bien construit, qui comporte quelques défauts comme nous l'avons indiqué ci des magasins afin d'en comparer les prix. Nous avons constaté un assez grand éventail de prix d'un marchand à l'autre.

Il s'agit d'un vélo à main stationnaire, fixé à une table et servant pour les exercices comme un bon appareil d'exercices pour les paraplégiques et quadraplégiques. Ce vélo est cet appareil et l'a prêté à un client qui s'en est servi régulièrement. En voici les avantages

-
- Il est facile d'en ajuster la tension en fonction du niveau d'exercice désiré.
- limitée de se servir de l'appareil.
- C'est un appareil coûteux. Attendez
- C'est un appareil lourd. Une fois installé quelque part, il n'est pas facile de le déplacer.
-

Si vous en avez les moyens, c'est un bon appareil d'exercice pour les personnes en fauteuil nt. Avant de se procurer le vélo Colorado, la MPF avait fait l'achat d'un vélo à main de marque générique pour en faire l'essai. Il a été livré brisé, était peu solide et, par

courantes sont recouvertes d'une couche de néoprène légèrement striée pour

courantes et l'un de

nos clients en fait l'essai depuis un mois.

-
- 'elles sont mouillées.
- courantes donnent une si bonne prise qu'il faut faire attention de ne pas s'endommager la peau des mains.

L'un des meilleurs produits du genre offerts sur le marché. Nettement supérieur aux mains

Nouveau règlement municipal concernant le stationnement pour handicapés à Winnipeg

La Direction du stationnement de Winnipeg vient d'annoncer qu'elle abandonnera progressivement la pratique permettant aux titulaires d'un permis de stationnement pour

mais n'avait jamais été prévue dans la loi.

tationner un véhicule muni d'un

dans un espace réservé est de moins de quatre heures. Le règlement n'indique pas,

du fait qu'il était admis qu'une personne handicapée était incapable d'avoir accès au parcomètre, notamment pendant l'hiver, et que de toute façon, elle pouvait avoir de la

Depuis l'introduction de la nouvelle technologie électronique qui permet de payer les droits de stationnement au moyen d'un téléphone cellulaire ou d'une carte de crédit, il est

l'expiration de la période, la Direction du stationnement téléphone à la personne et lui

aires de stationnement avec parcomètres. Il est également prévu d'augmenter dans toute 'espaces de stationnement avec parcomètre réservés aux titulaires de

La Direction du stationnement de Winnipeg travaille actuellement à l'élaboration d'un

au titulaire de permis de stationnement n'ayant pas de carte de crédit ou de téléphone cellulaire de prépayer son stationnement et d'afficher une carte perforée.

tationnement qui seront accompagnées d'un

D'un point de vue positif, l'élimination du stationnement gratuit pour les titulaires de permis de personnes qui cherchent à obtenir ce type de permis. L'un des grands problèmes reliés du fait, la pénurie d'espaces de stationnement désignés. Il y a eu un grand nombre de permis en circulation et la plupart d'entre eux ont été délivrés à des personnes qui ne répondent pas aux critères établis, c'est

Représentant de l'ACP au comité consultatif sur les permis de stationnement pour

Sans limites

David Tweed, tétraplégique (lésion médullaire au niveau C6), montre qu'il existe peu de limites en matière de loisirs lorsqu'on est en fauteuil roulant. Propriétaire du commerce de détail, quand qu'il fait beau, il s'évade

Je suis tétraplégique et je ne peux pas pratiquer beaucoup d'activités extérieures. Le fait de

Récemment, David est devenu détaillant du modèle de motodune qu'il utilise et a réussi à

sortir d'une flaque de boue plus creuse qu'elle n'y paraissait. e Cheryl Schindle de l'ACP, après avoir été

Hockey sur luge

direction rapides, les passes, l'effort physique, l'esprit d'équipe, le contact et, bien sûr, la préparation des tirs au but et la fierté d'avoir marqué. Cette description vous rappelle certainement le hockey sur glace. Mais qu'on ne s'y trompe pas, il s'agit là des attributs du

Hockey Canada, de l'équipe du Manitoba Moose, de la Society for Manitobans with Disabilities, ainsi que d'un certain nombre de personnes qui se sont données à fond dans ce

comme son nom l'indique, ce sport se pratique assis sur une luge (siège) montée sur un
à l'aide de deux bâtons de hockey modifiés munis de pics. Le hockey sur luge est
porté par des personnes de tout âge, qu'elles soient handicapées ou non.
Le hockey sur luge est un sport paralympique. L'équipe nationale s'entraîne à Calgary. Le

elle s'est

l'inscription à la ligue, n'hésitez pas à communiquer avec Bill Muloin

Le défi de vivre

Je lutte pour vivre d'un jour à l'autre.

Je ne remporte pas le combat qui m'est imposé.
De toutes mes forces, j'essaie de demeurer calme.

Et je n'arrive pas à exprimer ce qu'au fond de moi je ressens.

J'étais auparavant un soutien pour les autres.

difficulté, c'est que je crois perdre le nord.

Dont je n'ai pas encore une bien claire idée,

J'étais autrefois quelqu'un de très fort

Il me faut aujourd'hui toute mon énergie
Pour me déplacer la largeur d'une planche de transfert.

Il le faut, il le faut, c'est ce qu'on me répète sans cesse.

Quelqu'un

Torturée dans son corps, le cœur à vif.

Je ne trouve pas chanceux d'être en vie.
Je ne suis pas heureux d'avoir survécu.
Je n'aime pas ma vie telle qu'elle est aujourd'hui,

Le temps passera, et j'accomplirai

L'histoire de ma vie

Mon cœur s'épanche,

Je ne peux m'expliquer pourquoi je dois tant lutter.
Pourtant, j'ai cherché à faire le bien, malgré mon état.
Je suis un homme bon, même s'il m'arrive souvent de tomber.
Moi et d'autres un ange maudit.

Bien que j'aie vu et même commis plus d'une erreur,

Je ne m'apitoie pas sur mon sort et je ne vis pas de dégoût de moi

Je me mets à rêver au temps d'autrefois

Car cloué dans ce fauteuil, j'en deviendrais fou.

Ou lancer en l'air mes enfants, comme mon père le faisait lorsque j'étais enfant.

J'ai encore une bonne vie, même si elle m

Ce n'est pas lui qui m'a poussé à faire de la vitesse, à conduire comme un fou.

J'ai maintenant beaucoup de temps pour réfléchir à la vie,

Si c'est vrai ce qu'on dit, que rien n'arrive sans raison,

Que c'était prévu depuis le jour de ma naissance,
J'aimerais toujours savoir, au bout de douze saisons, le pourquoi de la chose.
J'attends encore le signe de ma raison d'être sur terre.

Voilà ce qu'il en est; je poursuis ma vie,

Ne méprisez pas mes larmes, car j'ai bien raison de pleurer.
Il ne s'agit pas d'un jeu, ni d'un monde surréel,
C'est bien là MA VIE.

Traduction libre d'un poème rédigé par Ben Anderson le 25 nove

Blessé à l'âge de trente ans...

ci. Félicitations, Mike, ainsi qu'à tous ceux qui y sont pour quelque chose. Apres avoir

j'étais rédacteur de _____, j'étais déjà bien conscient que mes articles tournaient
Après y avoir songé davantage, j'en suis venu à me dire qu'il y

d'autres. Peut _____ – et la chose est intéressante d'un point de vue anthropologique
– qu'un jour
faire un travail sur comment les personnes médullolésées de l'an 2001 se débrouillaient au
jour le jour avec leur handicap physique. Alors, voici ce qu'il en est... pas de plagiat,

Lorsque j'ai été blessé à l'âge de trente ans, l'une de mes principales préoccupations (après
médullaires?), c'était « _____ » Il n'était plus question de
étage d'un immeuble sans ascenseur donnant
sur l'avenue Corydon, la rue des gens branchés. Étant donné les circonstances de ma
e n'avais pas bénéficié d'un
règlement de l'ordre de plusieurs millions de dollars et je ne pouvais donc pas envisager
aménagements qui permettent à un tétraplégique de jouir d'

J'étais vraiment envieux de ceux qui pouvaient jouir d'une telle situation. Je les voyais se
_____ elqu'un pour les accompagner presque partout. Ils
jouissent ainsi d'une grande liberté et peuvent participer à toute une foule d'activités.) Lors

gravement handicapées pour savoir quoi faire une fois qu'ils vous ont déshabillé et
ou six employés du service vous attaquent de tous bords tous côtés, tandis que tout ce qu'il

faudrait pour que ce ne soit pas une véritable épreuve, c'est un aide expérimenté

, j'avais dit que j'allais

que, dans un milieu de soins partagés, il y ait l'avantage d'un niveau de sécurité élevé, le saint Graal pour moi, c'était une cour assez grande pour y faire pousser un jardin et qu'un mières recherches en ce sens n'aboutirent à rien,

jour PROPRIÉTAIRE d'une maison; je me disais de manière plus réaliste que j'en louerais une d'un ami et que nous pour auprès de Logement Manitoba. (C'est là toujours une possibilité, si vous pouvez trouver quelqu'un qui soit intéressé à une telle entente. Pareille initiative de ma part a échoué tout Winnipeg). Après cet échec, j'ai décidé de tenter ma chance une dernière fois d'acheter une

Après m'être inscrit au programme Homebuyers Saving Circle de Seed Winnipeg, et avec l'assurance de recevoir un peu d'aide de ma famille, j'ai contacté la Spence Neighbourhood Association, que j'avais déjà contactée plusieurs années auparavant, mais dont la proposition m'était alors apparue trop cher, pour voir s'il y avait des maisons à un prix dable pour moi. On m'a d'abord répondu qu'il y avait une longue liste d'attente et on m'a découragé de soumettre une demande. Lorsque j'ai demandé si le fait d'être handicapé changeait les choses, on m'a répondu « » On m'encouragea fort à venir immédiatement, car l'association était en train de construire une maison sur la rue coin de rue de l'Université de Winnipeg, et il n'y avait encore

En deux mots, j'étais de la partie.

nageai d'un appartement à soins partagés, situé près du Palais législatif, dans un quartier qui cherche à se redéfinir. On y met beaucoup l'accent sur l'embellissement

participer à la vie communautaire. Je sais qu'il y a des risques à vivre dans un quartier près ville, mais depuis que j'y suis déménagé je fais davantage attention. Ma cour sera entourée entièrement d'une clôture; la maison comprend un système d'alarme avec surveillance, lequel est installé dans toutes les maisons construites par l'association. Je suis

conseil d'administration à chaque mois, mais elle organise également diverses activités

changer. L'Université de Winnipeg s'affaire rapidement but de les transformer en résidences pour étudiants, ainsi qu'à d'autres fins. Vu que je demeure près de l'université, j'espère que, dans un avenir pas trop éloigné, ma maison fera partie d'un campus urbain grandement él

Bon, voilà, l'intro est terminée. Passons maintenant à la maison.

réchauffe l'eau chaude qui circule dans les planchers en béton. D'une chaleur bien agréable lorsqu'on se promène en pieds de bas, à ce qu'on me dit. Il y a également la possibilité de passer à l'énergie thermique, ce qui aurait pour effet de réduire le coût du chauffage de l'eau. La maison dans son ensemble répond à la norme R très efficace en matière de chauffage et de climatisation. J'étais également admissible à une

Il n'y a pas d'escaliers pour accéder à ma maison en raison de la construction en dallage de plain pied avec le sol. Elle est donc tout à fait visitable. J'ai fait

autre rail me transporte de ma chambre à coucher à mon bain à remous, que j'ai payé de

couvrir la plupart des frais d'achat du lève
Paraplegia Foundation) a financé l'achat du deuxième rail.

D'autres installations financées par la MPF sont un ouvrage
de drainage automatique. La raison d'être d'un ouvrage


en soins de santé. De plus, grâce à cet appareil, je n'ai pas à m'inquiéter de l'inévitable
: l'urine entre et l'urine sort.

On peut se le procurer par l'entremise
d'un détaillant canadien de Vancouver ([_____](#)). On peut se le procurer par l'entremise
modifier cet appareil en y ajoutant une commande électronique. J'ai l'impression qu'il ne

composante électrique pouvant faire défaut, et puisque l'urine passe par l'appareil, c'est

Le prix de l'appareil le rend encore plus alléchant; les modèles électriques, y compris un

venait très bien, étant donné que le prix de l'ouvrage
\$. J'ai de la
chance d'avoir un membre de ma famille qui a pu l'installer (merci, Don). Installation
comprise, le tout m'a

Afin de m'aider à gérer les divers appareils électroniques installés ici et là dans ma maison,
dont un intercom qui me permet de savoir qui est à la porte avant de l'ouvrir, la MPF a
subventionné l'achat d'un nouveau système Ensom, in 
technique de réadaptation, ce qui a nécessité un peu plus de câblage que prévu...

! Vous avez réussi à suivre mon exposé de la longue liste d'appareils dont je dispose à présent. J'affi
maison. Je suis très satisfait du personnel que j'ai embauché. Étant donné que c'est moi qui décide, de concert avec mes aides, de l'horaire de leurs visites, je ne ressens presque de stress. Je dois avouer que j'hésitais un peu de quitter mon appartement à soins partagés, mais le jeu en a valu la chandelle et je jouis aujourd'hui d'un style de vie qui comprend tout ce dont j'avais rêvé.

J'encourage vivement toute personne int

l'avenir, et j'envisage le jou
gouvernement s'engageront à mettre sur pied des programmes qui mettront ces maisons à

ec d'autres bénéficiaires qui demeurent à proximité
fournirait de l'emploi à temps plein à des aides en soins de santé et constituerait une

afin de s'assurer que

chacun. Les experts consultés doivent jouir d'une certaine autorité, afin que les

regrette que les seuils de porte n'aient pas été encastrés dans le béton; on dirait à l'heure actuelle d'énormes dos d'âne à l'entrée de la maison. De plus, le corridor et les entrées de porte auraient pu être mieux conçus. Lorsque j'ai sug
soient installées, il y a eu réticence, ce qui n'aurait pas dû se produire, et je regrette que je n'aie pas tenu bon sur ce point précis.

Avec de l'aide pour un dépôt, une hypothèque compatible avec un loyer subventionné p
l'État pourrait être négociée. Au moyen d'un investissement modeste du gouvernement, les récipiendaires d'une telle subvention pourrait devenir propriétaire de maison. Le capital amassé pourrait servir de coussin pour l'avenir. Il y a aussi la possibilité d'augmenter ses revenus en louant une chambre (ou en incorporant de l'espace pour un aide qui demeure

l'arrière d'un lot qui fait 50 pieds de largeur. C'est là suffis
stationner cinq automobiles, tout en vous laissant amplement d'espace dans la cour arrière

D'accord, l'histoire n'est pas aussi amusante que je l'avais envisagée. Ce qui compte, par contre, c'est que j'ai rêvé d'avoir un jour une maison et que ce rêve est devenu réalité. Ce

t et attend le jour où je pourrai me remettre à la production de vidéos. J'espère que je pourrai dans un avenir rapproché en faire l'annonce ici même.

Yvette Cenerini sur l'art d'être maman

Le 4 septembre 2007, j'ai mis au monde le garçon le plus beau qui soit. C'est vrai, j'ai donné naissance. Quelques jours après ma blessure médullaire au niveau C5 à l'âge de 15 ans, je me souviens avoir demandé aux médecins si cet accident m'empêcherait d'avoir des enfants. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant.

À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant.

À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant.

À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant.

À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant.

À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant.

À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant.

À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant.

À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant.

À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant. À l'époque, j'étais enceinte de mon premier enfant.

pas. C'était assez. Il était temps que maman se repose et reprenne des forces

maison, s'est bien adapté à son rôle de «
lorsqu'il s'agit de s'occuper de notre fils. Alain s'occupe de nourrir Adriel, de changer les
couches, de le moucher, le baigner et l'habiller, tandis que moi je lui chante des berceuses
à l'heure du coucher, je m'occupe de coordonner les gardiennes et d'amuser Adriel lorsque
papa est occupé ou a besoin de repos. À mesure qu'Adriel deviendra plus indépendant, je
pourrai aider davantage. Par exemple, le fait qu'il ait commencé récemment à manger de la
bananes pilées et des céréales de riz qui s'envolent en l'air par moments.

Amis et membres de ma famille continuent de m'appuyer et de me prêter main forte
régulièrement. Le Family Centre m'accorde un temps de

plus, la modification de certains objets nécessaires au bébé me permet de m'occuper
d'Adriel autant que je le peux. Les beaux gars du
modifié un berceau de manière à ce que je puisse m'y glisser dessous lorsqu'Adriel a besoin
de moi. De plus, on m'a donné une table grâce à laquelle je peux jouer en toute sécurité
vient. Malgré mes déficiences physiques, j'ai confiance

développement d'un enfant. Oh oui, bien sûr, il y a ma grande tante qui croit que c'est un
véritable miracle si j'ai pu avoir un enfant et qui me demande les questions les plus

disent qu'ils ont toujours su que je serais une mère extraordinaire et qu'ils n'ont jamais
douté de ma capacité d'aimer et de prendre soin d'Adriel.

Cette expérience m'a appris à apprécier et à respecter mon corps d'une toute autre façon.
Bien que je sois paralysée et que je ne puisse ni me tenir debout ni courir, mon corps m'a
permis d'éprouver de grandes joies, de la joie que je ne tiens pas pour acquise.
Lorsqu'Adriel me regarde avec son p'tit sourire câlin, je pense aux heures magiques que les
trois d'entre nous avons connues. Je pense aussi à quel point nous sommes reconnaissants
qu'il fasse partie de notre vie et à notre fierté à l'égard de ce que nous avons accompli
jusqu'à présent.
Bien sûr... peut