

*Bulletin de nouvelles de l'Association canadienne des paraplégiques
(Manitoba) Inc.*



« La tragédie, mère de l'invention »

Également dans ce numéro :

~ L'ivresse du rallye avec Jody et Jan Zedril

~ Ressources de la 4^e Conférence nationale sur les lésions médullaires

~ Programme Logement et Sans-abri de Winnipeg

~ Protéger les plus vulnérables contre le crime

NOUVELLES DE LA MANITOBA PARAPLEGIA FOUNDATION INC. (MPF)

Les fonds de la MPF sont consacrés à quatre secteurs principaux qui ne sont pas subventionnés par d'autres sources de financement au Manitoba :

les projets spéciaux, les essais de produits, la recherche et l'aide directe aux personnes médullolésées qui n'ont pas les ressources financières suffisantes pour se procurer les appareils ou les services dont elles ont besoin. Toute demande d'aide directe doit être soumise à l'ACP. La personne qui en fait la demande doit fournir des précisions sur sa situation financière, expliquer pourquoi il lui est impossible de couvrir la dépense envisagée dans le cadre de son budget, et indiquer toute autre source potentielle de revenu, y compris les contributions de membres de sa famille.

L'ACP remercie la MPF de son soutien continu à l'amélioration de la qualité de vie des personnes médullolésées.

Membres du conseil d'administration de la MPF

**Doug Finkbeiner, c.r. (président), Arthur Braid, c.r. (vice-président),
James Richardson Jr. (trésorier),
D^{re} Lindsay Nicolle, Ernie Hasiuk, John Wallis**

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

Pendant le mois d'août 2010 :

- De l'aide financière a été accordée à un membre de l'ACP inscrit à un programme d'études en génie civil au Collège communautaire Red River. Cette aide servira à couvrir ses frais d'inscription au premier semestre, de même que ses frais de transport et l'achat de livres. Étant donné que ce membre est un nouveau résident du Manitoba, il n'est pas admissible à l'aide à la formation professionnelle du gouvernement provincial.
- De l'aide financière a été accordée à un membre de l'ACP inscrit au programme de baccalauréat ès sciences à l'Université du Manitoba. Cette aide servira à couvrir ses frais d'inscription au premier semestre, de même que ses frais de transport et l'achat de livres. Étant donné que ce membre vient de terminer ses études secondaires, il n'est pas admissible à l'aide à la formation professionnelle du gouvernement provincial.
- De l'aide financière a été accordée à un membre de l'ACP pour l'achat de deux coussins Stimulite qui serviront à prévenir les lésions cutanées pendant qu'il conduit son véhicule ou qu'il utilise un autre mode de transport.

Pendant le mois de septembre 2010 :

- Des fonds ont été accordés à un membre de l'ACP pour couvrir les frais de cours au Collège communautaire Red River. Grâce à ce soutien financier, ce membre sera en mesure de

poursuivre des cours qui pourront par la suite lui être crédités en vue d'un programme d'études en graphisme.

- Des fonds ont été accordés à deux membres de l'ACP pour l'achat de coussins fabriqués sur mesure, qui serviront à prévenir les lésions cutanées et à fournir une protection adéquate après la réparation chirurgicale de plaies de pression.

L'adresse du site Web de la MPF est www.cpamanitoba.ca/mpf. Vous pouvez obtenir un formulaire de demande d'aide financière en le téléchargeant du site Web ou en communiquant avec le bureau de l'ACP.

COMMUNIQUÉ DU GOUVERNEMENT DU MANITOBA

Le 2 novembre 2010

SELON LA MINISTRE RESPONSIBLE DES PERSONNES HANDICAPÉES, LA PARTICIPATION DU PUBLIC AIDERA LA PROVINCE À CRÉER DES LOIS SUR L'ACCESSIBILITÉ PROPRES AU MANITOBA

Des discussions publiques au cours des prochains mois aideront la Province à créer des lois sur l'accessibilité propres au Manitoba, qui amélioreront l'accès des personnes âgées et des personnes handicapées, ont annoncé aujourd'hui M^{me} Jennifer Howard, ministre du Travail et de l'Immigration et ministre responsable des Personnes handicapées, et M. Jim Rondeau, ministre de la Vie saine, de la Jeunesse et des Aînés.

« Le gouvernement du Manitoba appuie fortement la pleine intégration des personnes handicapées et des personnes âgées. Nous avons fait des progrès en vue de la réalisation de cette vision, mais il reste encore beaucoup à faire, a déclaré M^{me} Howard. Nous croyons que les Manitobains et Manitobaines partagent une même vision de faire du Manitoba une province où nous pouvons tous travailler, vivre et nous divertir sans obstacles. Les lois peuvent nous aider à élaborer un plan qui nous permettra de mettre en œuvre cette vision. »

Les ministres ont publié un document de travail qui décrit la vision du gouvernement d'une société sans obstacles, de même que les avantages découlant de la réalisation de cette vision et les obstacles actuels pouvant être supprimés grâce à de nouvelles mesures législatives.

« Les dispositions législatives proposées permettront aux personnes de tout âge et de toute capacité de réaliser leur potentiel le plus élevé, a souligné M. Rondeau. Nous voulons créer un milieu favorable aux aînés dans lequel tous les Manitobains et Manitobaines peuvent travailler, apprendre et se divertir sans obstacles à leur participation à la vie en société. »

En 2009, près de la moitié des plaintes officielles reçues par la Commission des droits de la personne du Manitoba portaient sur la discrimination fondée sur la déficience, alors qu'au cours des six années précédentes, la proportion était de 37 %. On prévoit que le nombre de Manitobains et Manitobaines handicapés augmentera de 38 % entre 2006 et 2031, tandis que le nombre de personnes âgées devrait s'accroître de 43 % au cours des 20 prochaines années.

« Afin de trouver des solutions proactives à long terme, nous comptons supprimer les obstacles en travaillant avec les secteurs public et privé, plutôt que d'avoir comme seul recours pour régler ces questions les plaintes concernant les droits de la personne, a précisé M^{me} Howard. Nous voulons collaborer avec tous les intéressés pour trouver des moyens pratiques de réduire les obstacles existants et prévenir la création de nouveaux. Nous croyons que, tout compte fait, cette approche bénéficiera à tout le monde.

La Province encourage les Manitobains à présenter leurs observations écrites, après avoir examiné le document de travail (en anglais seulement) qui se trouve sur le site Web du Bureau des personnes handicapées à www.gov.mb.ca/dio, et sur le site Web du Secrétariat manitobain du mieux-être des personnes âgées et du vieillissement en santé à www.gov.mb.ca/shas.

***Programme Logement et Sans-abri de Winnipeg :
annonce de 37 nouveaux
logements abordables
destinés aux familles et aux personnes handicapées***

le 3 décembre 2010

Winnipeg (Manitoba) – Les gouvernements du Canada et du Manitoba et la Ville de Winnipeg ont annoncé aujourd'hui l'octroi de 10,7 millions de dollars pour financer Place La Charette, un nouvel ensemble de logements abordables dont la gestion sera assurée par la société Ten Ten Sinclair Housing Inc. L'ensemble offrira 37 logements de meilleure qualité et plus accessibles aux familles et aux personnes handicapées de Winnipeg.

L'annonce a été faite par l'honorable Steven Fletcher, ministre d'État (Réforme démocratique), au nom de l'honorable Diane Finley, ministre des Ressources humaines et du Développement des compétences et ministre responsable de la Société canadienne d'hypothèques et de logement (SCHL), l'honorable Kerri Irvin-Ross, ministre du Logement et du Développement communautaire, et le conseiller municipal Mike Pagtakhan, représentant le maire de Winnipeg Sam Katz.

« Le gouvernement du Canada est déterminé à mettre des logements abordables à la disposition des personnes qui en ont le plus besoin, au Manitoba et partout au pays », a déclaré le ministre Steven

Fletcher. « Grâce à la construction de Place La Charrette, un plus grand nombre de personnes et de familles auront accès, ici, à Winnipeg, à des logements accessibles et abordables. »

« Depuis des décennies, la société Ten Ten Sinclair est la force motrice de l'aménagement de logements communautaires pour les personnes handicapées au Manitoba, a indiqué la ministre Irvin-Ross. En tant que gouvernement, nous voulons aider les personnes handicapées à participer pleinement à la société. Grâce à des initiatives comme celle-ci et aux ensembles d'habitation déjà construits, nous ouvrons des portes et offrons un éventail d'options de logement aux familles manitobaines. »

« Offrir un logement non seulement abordable, mais aussi structurellement adapté aux personnes ayant une déficience physique est une démarche à laquelle nous, à la municipalité, sommes fiers de participer », a déclaré le conseiller municipal Mike Pagtakhan. « Un logement où l'on se sent chez soi et en sécurité, offrant toutes les installations qui agrémentent la vie, voilà l'expérience que les locataires de cet ensemble pourront vivre pendant des années à venir. »

L'ensemble consistera en un bâtiment de deux étages, comportant 31 logements, et six maisons de plain-pied, pour un total de 37 logements destinés à des familles à faible revenu et des personnes handicapées dans le quartier de Saint-Norbert. L'ensemble, qui a pour modèle le tout récent ensemble Place Bertrand à Saint-Boniface, intégrera dans tous les logements des éléments de conception favorisant une accessibilité totale, de même qu'un système de chauffage géothermique.

Les fonds sont accordés dans le cadre du Plan d'action économique du Canada, le plan adopté par le gouvernement fédéral pour stimuler l'économie et créer des emplois durant la récession mondiale, de même qu'en vertu de la prolongation de l'Initiative en matière de logement abordable. Les gouvernements fédéral et provincial contribuent en parts égales à cet investissement global de 176 millions de dollars, lequel est effectué en application de l'Entente modifiée Canada-Manitoba concernant le logement abordable.

Les personnes handicapées ont souvent de la difficulté à trouver un logement adapté à leurs besoins particuliers. Le Plan d'action économique du Canada prévoit 75 millions de dollars, sur deux ans, pour la construction de logements locatifs à l'intention des personnes handicapées. En tout, le Plan d'action économique prévoit 2 milliards de dollars pour la construction et la rénovation de logements sociaux, et jusqu'à 2 milliards de dollars supplémentaires sous forme de prêts à faible coût consentis à des municipalités pour la réalisation de travaux d'infrastructure liés au logement.

Dans le cadre du programme FoyersClés, la stratégie de logement à long terme du Manitoba, les gouvernements du Manitoba et du Canada verseront 378 millions de dollars, sur deux ans, au profit d'initiatives de logement à Winnipeg et partout dans la province. Le programme FoyersClés vient épauler *Tout le monde à bord*, la stratégie manitobaine de réduction de la pauvreté, en augmentant l'offre de logements abordables et de qualité à l'intention des Manitobains et Manitobaines à faible revenu. Pour de plus amples renseignements sur le programme FoyersClés, veuillez consulter le site www.gov.mb.ca/housing.

Le Plan d'action économique du Canada s'inscrit dans la foulée de l'engagement pris en 2008 par le gouvernement fédéral d'investir plus de 1,9 milliard de dollars, sur cinq ans, pour améliorer et construire des logements abordables et venir en aide aux sans-abri.

La modification à l'Entente Canada-Manitoba concernant le logement abordable, signée en mai 2009, prévoit l'injection de fonds dans le cadre du Plan d'action économique du Canada; elle s'est traduite pour le Manitoba par un investissement de 88 millions de dollars de la part du gouvernement fédéral. Le gouvernement du Manitoba fournira une contribution équivalente, ce qui portera l'investissement à un total de 176 millions de dollars destiné à aider les personnes ayant besoin d'un logement. Ces fonds permettront également, grâce à la concertation avec les autres pouvoirs publics et divers partenaires de la collectivité, de mettre en œuvre divers types de programmes de logement abordable. Au Manitoba, l'application des programmes de logement fédéraux-provinciaux est effectuée par le ministère du Logement et du Développement communautaire du Manitoba.

Pour obtenir de plus amples renseignements sur ces mesures et toutes celles qui ont été annoncées dans le Plan d'action économique du Canada, élaboré par le gouvernement fédéral en vue de stimuler l'économie et de protéger ceux qui sont le plus durement touchés par la récession mondiale, consultez le site www.plandaction.gc.ca.

Pour en savoir davantage sur la manière dont le gouvernement du Canada et la SCHL soutiennent la construction de logements plus solides et l'aménagement de collectivités plus prospères pour tous les Canadiens et Canadiennes, communiquez avec la SCHL au 1-800-668-2642 ou consultez le site Web www.schl.ca/plandactionlogement.

Depuis 2000, les partenaires du Programme Logement et Sans-abri de Winnipeg (PLSAW), c'est-à-dire le gouvernement du Canada, le Manitoba et la Ville de Winnipeg, ont engagé près de 185 millions de dollars pour réparer, rénover et construire plus de 8 400 logements ainsi que pour aider les personnes qui sont sans abri ou qui risquent de le devenir. Le PLSAW sert de guichet unique pour les organismes communautaires qui veulent obtenir de l'information sur les programmes de logement et de lutte contre l'itinérance financés par le gouvernement. Pour en savoir davantage, consultez le site www.whhi.ca.

La Province du Manitoba distribue ce communiqué en son nom, de même qu'au nom du gouvernement du Canada et de la Ville de Winnipeg.

La tragédie, mère de l'invention

Au moment même où Doug Barker, âgé de 28 ans, a trébuché avec son patin dans une fente dans la glace et qu'il a heurté tête première la bande de la patinoire, il savait que sa vie serait changée à tout jamais. À l'hôpital, on lui annonça un diagnostic sombre – son cou avait été cassé en six endroits et tout ce qu'il pouvait bouger, c'était ses épaules.

Ce fut une tragédie pour ce jeune père de deux enfants, un électricien qui aimait aller à la pêche, chasser, jouer au golf, et servir d'entraîneur au hockey. « Achète-toi un ordinateur », lui conseilla son médecin. Au lieu d'un ordinateur, Doug s'est procuré un tracteur.

Près de 18 ans après son accident, Doug empile les balles de foin sur sa ferme située au sud de Teulon. Il le fait avec un air de triomphe du haut de la cabine d'un tracteur qu'il a conçu lui-même.

Âgé aujourd'hui de 46 ans, Doug conduit et fait fonctionner le tracteur en poussant et en tirant sur deux leviers à l'aide de ses poignets. La machine est équipée d'un dispositif de relevage hydraulique pour son fauteuil roulant et la cabine est assez large pour accommoder son fauteuil roulant et ses quatre chiens.

Doug est euphorique. « J'en rêve depuis des années ! », dit-il au journaliste de la Tribune.

« J'ai le sentiment de revivre comme une personne à part entière. Lorsqu'on se blesse comme ça m'est arrivé, on ne peut s'empêcher de se sentir amoindri. »

Grâce à l'invention sans pareille de Doug, il peut empiler des balles de foin, pousser la neige, râtelier le foin, creuser des trous pour des poteaux, and déplacer de la terre. Il n'a pas arrêté de s'amuser depuis qu'il a mis la dernière main à sa machine il y a quelques jours.

« Je ne pense pas qu'il a beaucoup dormi hier soir », dit sa femme, Tracy, le jour où la Tribune et d'autres médias ont été invités chez lui pour le voir manœuvrer son chef d'œuvre.

Présentement, il y a seulement trois chevaux sur la ferme des Barker. Autrefois, les Barker élevaient des bœufs. « C'était beaucoup de travail, car je ne suis pas très bonne au volant d'un tracteur », de dire Tracy. Cependant, maintenant que Doug a repris les commandes d'un tracteur, il se pourrait qu'ils élèvent du bétail à nouveau.

L'idée de construire un tracteur adapté à ses besoins lui est venu à l'esprit il y a quelques années. Il était en train de regarder la télévision, lorsqu'il vit un tracteur fabriqué à partir d'une vieille moissonneuse-batteuse. Selon Doug, la cabine pouvait accommoder un fauteuil roulant. Il acheta le tracteur et se mit en train de créer son projet, en traçant d'abord des lignes avec de la craie sur le plancher de son garage. Il y consacra un an et demi et 60 000 \$.

« Personne ne m'a jamais dit que je ne pouvais rien entreprendre, dit-il. Lorsque je tentais de réaliser quelque chose, j'ai toujours été appuyé dans mes efforts, comme en témoigne la réalisation de ce projet. »

Les Barker ont investi 40 000 \$ de leur argent dans la modification du tracteur et ils ont reçu une subvention de 10 000 \$ de Rouler vers demain de la Fondation Rick Hansen. Puis, des amis et des gens d'affaires de la région ont contribué 10 000 \$ en matériaux et main d'œuvre.

L'entreprise Chris's Mobile Repair Service s'est chargé gratuitement de toute l'installation hydraulique, ce qui s'élève à plusieurs milliers de dollars. GC Glass de Winnipeg a installé toutes les fenêtres. « Je voulais régler mes comptes avec le propriétaire, mais il a refusé d'accepter le moindre sou », dit Doug.

Pour leur part, Tyler, le fils de Doug, Jeff Malpus, son beau-frère, ainsi que Rick et Blair McDonald, deux soudeurs de la région, ont consacré des centaines d'heures en travail de soudure.

« Les gens de la communauté l'ont soutenu sans relâche depuis son accident », affirme Tracy, la sœur de Doug.

Afin de servir d'inspiration à d'autres personnes handicapées, Doug a l'intention de mettre sur pied un site Web pour faire connaître son invention.

« Au début, lorsqu'on est blessé, on dépend entièrement d'autres personnes pour toutes les activités de la vie quotidienne », dit-il. « Cependant, tu peux passer le reste de ta vie à regagner le plus d'autonomie possible. »

~ Josiah Neufeld ~

Reproduit avec la permission du Stonewall Teulon Tribune

L'ACP (Manitob) Inc. remercie M&S Meat Market pour leur appui généreux à la Campagne Centraide de l'ACP

M&S Meat Market est un magasin spécialisé dans la vente de produits de viande, dont on retrouve un grand éventail. Non seulement pouvez-vous y faire vos achats, mais vous pouvez également avoir recours à leurs services de traiteur pour des noces, une fête ou encore une soirée sociale. Vous aurez alors l'occasion de déguster un magnifique assortiment de produits savoureux.

Jan (John) Lesczynski est le propriétaire du magasin. Il a mis son entreprise sur pied il y a 12 ans et depuis, elle s'est transformée en un établissement très réputé de Winnipeg Nord. En plus de la viande, des saucisses et des steaks, vous y trouverez un grand choix de produits importés de la Pologne.

Allez faire un tour chez M&S Meat Market pour saluer Jan et son personnel plaisant. Le magasin est situé au 915, rue Main et il est ouvert du mercredi au vendredi de 9 h à 17 h et le samedi de 8 h à 16 h.

Sean Gilmour, membre de l'ACP, se qualifie pour l'équipe nationale de réserve de hockey sur luge du Canada en 2010

Félicitations à Sean Gilmour, membre de l'ACP, qui s'est qualifié pour l'équipe nationale de réserve de hockey sur luge du Canada. Du 2 au 4 décembre, Sean a participé à une série de trois parties contre l'équipe de réserve des États-Unis à Buffalo, New York. Sean, joueur de défense provenant de Winnipeg, est le seul Manitobain faisant partie de l'équipe nationale.

Dans cette série contre les États-Unis, l'équipe canadienne a chaque fois remporté la victoire, avec un compte de 5-0, 4-1 et 1-0. Les efforts de Sean lui ont valu deux mentions d'assistance. Il continuera de

participer à l'équipe nationale en janvier, participant à une autre série de trois parties contre les États-Unis, qui se déroulera cette fois-ci en Ontario.

Bravo, Sean!

Tu représentes fièrement le Canada et le Manitoba !

~ Scott Coates ~

Initiative de développement urbain

Nous progressons dans la mise en œuvre de cette initiative. Comme de nombreux autres projets, elle s'oriente présentement dans le sens où elle sera la plus efficace.

Nous avons jugé bon de changer le mode initial de collecte des données : au lieu de procéder par des séances de groupes, nous avons opté pour des rencontres individuelles. Ce changement a eu lieu, parce que plusieurs de nos clients ont un horaire ne leur permettant pas de participer à des rencontres de groupe qui ont lieu en début de soirée. Nous communiquons maintenant avec nos clients et fixons un rendez-vous à une heure qui leur convient.

Les renseignements que nous avons recueillis jusqu'à présent sont de nature informative. Étant donné des contraintes de temps, nous allons maintenant les analyser et nous en servir pour mettre au point les prochaines étapes du projet.

Dans un article antérieur, j'ai souligné combien le passage d'un mode de vie rural à un mode de vie urbain constitue un changement majeur pour une personne. Il s'agit là d'une des principales préoccupations de nos clients, conscients qu'ils ne peuvent pas retourner dans leur communauté d'origine et mettre sur pied le soutien dont ils ont besoin. Les membres de notre groupe cible sont avant tout confrontés aux difficultés d'avoir à déménager d'une petite communauté rurale à un grand milieu urbain, où ils sont privés du soutien de leur famille et de leur réseau social. Nous examinons les services qu'ils ont reçus auparavant et nous en évaluons la mise en pratique et l'efficacité, afin de fournir aux participants une information judicieuse et l'appui nécessaire pour améliorer leur capacité à effectuer avec succès la transition d'un milieu à l'autre à une époque très traumatisante de leur vie.

Nous nous rendons compte qu'il y a un manque de soutien dans plusieurs domaines, de même qu'un nombre limité de fournisseurs de services, pour répondre aux besoins complexes occasionnés par pareille transition. Il y a bien diverses communautés qui offrent des services, mais pas en nombre suffisant pour venir en aide aux clients ayant de grands besoins. Les causes en sont parfois un manque à la fois de services, de fournisseurs de soins ayant les compétences requises et d'installations adaptées à leurs besoins.

Il ne faut pas oublier qu'il y a peu de communautés qui ont l'infrastructure voulue pour accommoder des fauteuils roulants électriques, des marchettes, des fauteuils roulants manuels, etc. Puis, il y a un manque de logements accessibles pourvus des installations requises par nos membres. Nous devons aussi prendre en considération les questions de transport, les possibilités de partir de la communauté et d'y revenir. Souvent, plusieurs personnes ayant eu récemment une lésion médullaire choisissent de demeurer à Winnipeg.

Ce qui semblait un projet assez simple au départ s'est transformé en une initiative de grande activité qui, nous l'espérons, en collaboration avec d'autres fournisseurs de services, aidera nos membres à devenir plus autonomes au sein même de leur communauté. Avec un processus d'information mieux structuré et plus individualisé, de même qu'avec des outils d'épanouissement de soi et des services de counseling d'adaptation, nous croyons que ces membres éprouveront un sentiment de réalisation de soi et s'achemineront vers une vie bien remplie.

*Willie Ducharme
Coordonnateur du projet
Initiative de développement urbain*

Appareil d'assistance au vote

Élections Canada a mis à l'essai un appareil d'assistance au vote permettant aux électeurs ayant une déficience de voter de façon indépendante et secrète. Ce projet pilote a été réalisé lors de l'élection partielle fédérale qui s'est déroulée le 29 novembre 2010 dans la circonscription électorale de Winnipeg-Nord. Élections Canada évaluera les résultats de ce projet pilote et en fera part au Parlement.

Qu'est-ce qu'un appareil d'assistance au vote?

Un appareil d'assistance au vote aide les électeurs ayant une déficience à marquer leur bulletin de vote de façon indépendante et secrète. Il n'enregistre aucune information et ne compte pas les votes. Les électeurs pouvaient avoir recours à cet appareil pendant le vote par anticipation qui s'est déroulé du 14 au 23 novembre dans le bureau local d'Élections Canada de la circonscription électorale de Winnipeg-Nord. Les électeurs avaient le choix d'utiliser les autres modes de votation; l'appareil d'assistance au vote leur offrait tout simplement une option supplémentaire.

L'appareil comprend les fonctions d'accessibilité décrites ci-dessous, qui sont particulièrement utiles aux électeurs ayant une déficience visuelle ou une dextérité limitée :

- une commande tactile avec touches en braille,
- un dispositif fonctionnant au souffle qui permet aux électeurs de faire leur choix,
- des manettes à bascule,
- une bande audio permettant d'entendre les noms des candidats à l'aide d'écouteurs, avec commandes de réglage du volume et de la vitesse,
- un écran à grand contraste qui permet d'agrandir le texte.

L'appareil, doté d'une fonction de révision audio et/ou visuelle permettant de confirmer le choix du candidat avant l'impression du bulletin de vote, est compatible avec des implants cochléaires.

Comment fonctionne l'appareil?

Pour voter à l'aide de l'appareil d'assistance au vote, un électeur doit d'abord sélectionner la langue et les fonctions d'accessibilité qu'il souhaite utiliser. Il entendra des instructions verbales ou verra affichées des instructions visuelles.

Lorsque l'électeur est prêt, l'appareil affiche ou articule le nom des candidats. L'électeur sélectionne alors le nom du candidat pour qui il veut voter. Ensuite, il entend ou voit le nom du candidat choisi, ce qui lui donne l'occasion de confirmer son choix.

Une imprimante reliée à l'appareil marque un bulletin de vote ordinaire, qui est par la suite déposé dans la boîte de scrutin.

Après la clôture du scrutin, les fonctionnaires électoraux dépouillent les bulletins de vote selon la méthode habituelle d'Élections Canada. Il est impossible de distinguer les bulletins de vote marqués à l'aide de l'appareil d'assistance au vote de ceux marqués à la main.

Commentaires sur l'accessibilité du lieu de scrutin

Si vous avez utilisé un appareil d'assistance au vote et si vous voulez faire part de vos commentaires à Élections Canada, appelez leur bureau au 1-866-294-6772 (sans frais) ou envoyez-leur un courriel : info@elections.ca.

La Loi sur l'accessibilité du Manitoba

Qu'est-ce que c'est?

Une loi sur l'accessibilité présente la vision du Manitoba que nous voulons tous, soit une province où tous les résidents peuvent vivre, travailler et jouer sans faire face à des obstacles à leur participation à la vie sociale. Bien que les droits des personnes handicapées et des aînés soient stipulés dans nos codes des droits de la personne, la voie vers l'accessibilité complète n'est pas toujours claire. Les mesures législatives établiront le processus d'élaboration d'un plan d'accessibilité, qui profitera de l'apport de tous les Manitobains, ainsi que des entreprises et des services publics qui ont des incidences sur la population.

Qui sera touché par les mesures législatives?

Pour ainsi dire, tous les Manitobains vivent avec une incapacité ou connaissent une personne dans une situation d'incapacité. De nombreuses personnes souffriront d'une incapacité en raison du vieillissement ou à la suite d'une blessure. Les entreprises peuvent accroître le nombre de leurs clients en offrant des produits et des services plus accessibles. Le recrutement et la conservation d'employés qualifiés, y compris des personnes handicapées et des travailleurs âgés, sont importants pour notre réussite économique. La promotion du Manitoba à titre de destination accessible peut accroître le tourisme. Une province plus accessible profite ultimement à tous.

Pourquoi avons-nous besoin d'une telle loi?

Le *Code des droits de la personne du Manitoba* veille à ce que les personnes handicapées aient droit aux mêmes services que tout le monde. Près de 40 % des plaintes soumises à la Commission des

droits de la personne du Manitoba sont le résultat du non-respect d'une telle obligation dans des services offerts par les secteurs public et privé. Même si la procédure de plainte demeure un outil important pour la protection des droits des personnes handicapées, la plupart des Manitobains acceptent sans doute que la prévention des obstacles qui se traduisent par le dépôt de plaintes est une meilleure option que le simple accroissement de l'accessibilité en réaction aux plaintes. Les mesures législatives présenteront un plan pour éliminer les obstacles existants et prévenir les nouveaux obstacles qui sera fondé sur les conseils de toutes les parties concernées : entreprises, gouvernement, personnes handicapées et aînés.

Quand la loi entrera-t-elle en vigueur?

Un Manitoba entièrement accessible est un objectif à long terme. Bon nombre d'entreprises et de services publics se sont déjà engagés en faveur de cet objectif et ils travaillent à l'atteindre. Nous souhaitons la participation de tous les Manitobains à l'élaboration du plan d'accroissement de l'accessibilité, qui devrait proposer des délais raisonnables et des programmes de surveillance des progrès accomplis. Certains changements sont déjà en cours. Certaines modifications peuvent être mises en oeuvre rapidement, tandis que d'autres peuvent exiger plusieurs années. Nous voulons des délais assez longs pour que les changements ne créent pas un fardeau déraisonnable, tout en nous assurant de faire des progrès ininterrompus pour atteindre l'objectif de l'accessibilité.

Est-ce qu'une telle loi existe ailleurs?

Plusieurs gouvernements ont adopté des lois sur l'accessibilité afin de proposer une vision de l'accessibilité complète et un plan pour y parvenir. Des pays tels que les États-Unis et l'Australie et des provinces telles que l'Ontario ont tous adopté des lois sur l'accessibilité. Nous pouvons apprendre de leur expérience et veiller à concevoir des mesures législatives qui soient efficaces au Manitoba.

Comment fonctionnera la loi sur l'accessibilité?

L'engagement en faveur de l'accessibilité doit être le fait de tous — les gouvernements, les entreprises et les services publics. Notre province propose de nombreux bons exemples d'accessibilité, mais nous pouvons faire plus. Les mesures législatives présenteront notre vision commune et un processus pour la concrétiser. La conception finale d'une loi sur l'accessibilité sera orientée par le résultat des consultations que nous mènerons. Là où on a adopté des lois sur l'accessibilité, des groupes de personnes se réunissent pour établir des normes dans un secteur particulier. Ces groupes comprennent des personnes handicapées, ainsi que d'autres parties concernées par les normes, telles que les entreprises. Toutes les parties cherchent à établir un consensus et à obtenir l'avis du public. Une fois que les normes ont été adoptées, elles sont intégrées à la loi et les parties qui doivent s'y conformer reçoivent de l'information et de la formation au sujet de celles-ci. Puisqu'il arrive souvent que les normes entrent en vigueur de loi à divers moments, cela donne à tous suffisamment de temps pour s'y conformer. La loi prévoit également la soumission de rapports périodiques sur les progrès accomplis en vue d'atteindre l'objectif d'accessibilité.

Appareil d'assistance au vote

Élections Canada a mis à l'essai un appareil d'assistance au vote permettant aux électeurs ayant une déficience de voter de façon indépendante et secrète. Ce projet pilote a été réalisé lors de l'élection

partielle fédérale qui s'est déroulée le 29 novembre 2010 dans la circonscription électorale de Winnipeg-Nord. Élections Canada évaluera les résultats de ce projet pilote et en fera part au Parlement.

Qu'est-ce qu'un appareil d'assistance au vote?

Un appareil d'assistance au vote aide les électeurs ayant une déficience à marquer leur bulletin de vote de façon indépendante et secrète. Il n'enregistre aucune information et ne compte pas les votes. Les électeurs pouvaient avoir recours à cet appareil pendant le vote par anticipation qui s'est déroulé du 14 au 23 novembre dans le bureau local d'Élections Canada de la circonscription électorale de Winnipeg-Nord. Les électeurs avaient le choix d'utiliser les autres modes de votation; l'appareil d'assistance au vote leur offrait tout simplement une option supplémentaire.

L'appareil comprend les fonctions d'accessibilité décrites ci-dessous, qui sont particulièrement utiles aux électeurs ayant une déficience visuelle ou une dextérité limitée :

- une commande tactile avec touches en braille,
- un dispositif fonctionnant au souffle qui permet aux électeurs de faire leur choix,
- des manettes à bascule,
- une bande audio permettant d'entendre les noms des candidats à l'aide d'écouteurs, avec commandes de réglage du volume et de la vitesse,
- un écran à grand contraste qui permet d'agrandir le texte.

L'appareil, doté d'une fonction de révision audio et/ou visuelle permettant de confirmer le choix du candidat avant l'impression du bulletin de vote, est compatible avec des implants cochléaires.

Comment fonctionne l'appareil?

Pour voter à l'aide de l'appareil d'assistance au vote, un électeur doit d'abord sélectionner la langue et les fonctions d'accessibilité qu'il souhaite utiliser. Il entendra des instructions verbales ou verra affichées des instructions visuelles.

Lorsque l'électeur est prêt, l'appareil affiche ou articule le nom des candidats. L'électeur sélectionne alors le nom du candidat pour qui il veut voter. Ensuite, il entend ou voit le nom du candidat choisi, ce qui lui donne l'occasion de confirmer son choix.

Une imprimante reliée à l'appareil marque un bulletin de vote ordinaire, qui est par la suite déposé dans la boîte de scrutin.

Après la clôture du scrutin, les fonctionnaires électoraux dépouillent les bulletins de vote selon la méthode habituelle d'Élections Canada. Il est impossible de distinguer les bulletins de vote marqués à l'aide de l'appareil d'assistance au vote de ceux marqués à la main.

Commentaires sur l'accessibilité du lieu de scrutin

Si vous avez utilisé un appareil d'assistance au vote et si vous voulez faire part de vos commentaires à Élections Canada, appelez leur bureau au 1-866-294-6772 (sans frais) ou envoyez-leur un courriel : info@elections.ca.

La Loi sur l'accessibilité du Manitoba

Qu'est-ce que c'est?

Une loi sur l'accessibilité présente la vision du Manitoba que nous voulons tous, soit une province où tous les résidents peuvent vivre, travailler et jouer sans faire face à des obstacles à leur participation à la vie sociale. Bien que les droits des personnes handicapées et des aînés soient stipulés dans nos codes des droits de la personne, la voie vers l'accessibilité complète n'est pas toujours claire. Les mesures législatives établiront le processus d'élaboration d'un plan d'accessibilité, qui profitera de l'apport de tous les Manitobains, ainsi que des entreprises et des services publics qui ont des incidences sur la population.

Qui sera touché par les mesures législatives?

Pour ainsi dire, tous les Manitobains vivent avec une incapacité ou connaissent une personne dans une situation d'incapacité. De nombreuses personnes souffriront d'une incapacité en raison du vieillissement ou à la suite d'une blessure. Les entreprises peuvent accroître le nombre de leurs clients en offrant des produits et des services plus accessibles. Le recrutement et la conservation d'employés qualifiés, y compris des personnes handicapées et des travailleurs âgés, sont importants pour notre réussite économique. La promotion du Manitoba à titre de destination accessible peut accroître le tourisme. Une province plus accessible profite ultimement à tous.

Pourquoi avons-nous besoin d'une telle loi?

Le *Code des droits de la personne du Manitoba* veille à ce que les personnes handicapées aient droit aux mêmes services que tout le monde. Près de 40 % des plaintes soumises à la Commission des droits de la personne du Manitoba sont le résultat du non-respect d'une telle obligation dans des services offerts par les secteurs public et privé. Même si la procédure de plainte demeure un outil important pour la protection des droits des personnes handicapées, la plupart des Manitobains acceptent sans doute que la prévention des obstacles qui se traduisent par le dépôt de plaintes est une meilleure option que le simple accroissement de l'accessibilité en réaction aux plaintes. Les mesures législatives présenteront un plan pour éliminer les obstacles existants et prévenir les nouveaux obstacles qui sera fondé sur les conseils de toutes les parties concernées : entreprises, gouvernement, personnes handicapées et aînés.

Quand la loi entrera-t-elle en vigueur?

Un Manitoba entièrement accessible est un objectif à long terme. Bon nombre d'entreprises et de services publics se sont déjà engagés en faveur de cet objectif et ils travaillent à l'atteindre. Nous souhaitons la participation de tous les Manitobains à l'élaboration du plan d'accroissement de l'accessibilité, qui devrait proposer des délais raisonnables et des programmes de surveillance des progrès accomplis. Certains changements sont déjà en cours. Certaines modifications peuvent être mises en oeuvre rapidement, tandis que d'autres peuvent exiger plusieurs années. Nous voulons des délais assez longs pour que les changements ne créent pas un fardeau déraisonnable, tout en nous assurant de faire des progrès ininterrompus pour atteindre l'objectif de l'accessibilité.

Est-ce qu'une telle loi existe ailleurs?

Plusieurs gouvernements ont adopté des lois sur l'accessibilité afin de proposer une vision de l'accessibilité complète et un plan pour y parvenir. Des pays tels que les États-Unis et l'Australie et des provinces telles que l'Ontario ont tous adopté des lois sur l'accessibilité. Nous pouvons apprendre de leur expérience et veiller à concevoir des mesures législatives qui soient efficaces au Manitoba.

Comment fonctionnera la loi sur l'accessibilité?

L'engagement en faveur de l'accessibilité doit être le fait de tous — les gouvernements, les entreprises et les services publics. Notre province propose de nombreux bons exemples d'accessibilité, mais nous pouvons faire plus. Les mesures législatives présenteront notre vision commune et un processus pour la concrétiser. La conception finale d'une loi sur l'accessibilité sera orientée par le résultat des consultations que nous mènerons. Là où on a adopté des lois sur l'accessibilité, des groupes de personnes se réunissent pour établir des normes dans un secteur particulier. Ces groupes comprennent des personnes handicapées, ainsi que d'autres parties concernées par les normes, telles que les entreprises. Toutes les parties cherchent à établir un consensus et à obtenir l'avis du public. Une fois que les normes ont été adoptées, elles sont intégrées à la loi et les parties qui doivent s'y conformer reçoivent de l'information et de la formation au sujet de celles-ci. Puisqu'il arrive souvent que les normes entrent en vigueur de loi à divers moments, cela donne à tous suffisamment de temps pour s'y conformer. La loi prévoit également la soumission de rapports périodiques sur les progrès accomplis en vue d'atteindre l'objectif d'accessibilité.

Programme d'aide professionnelle pour les personnes handicapées

Les renseignements ci-dessous sur le Programme d'aide professionnelle pour les personnes handicapées pourraient intéresser les membres de l'ACP qui envisagent de postuler un emploi auprès du gouvernement du Manitoba.

Sur le site Web de la Commission de la fonction publique du Manitoba, on peut lire ce qui suit :

« Les personnes handicapées, l'un des groupes visés par l'équité en matière d'emploi, font l'objet de considération particulière dans tous les concours de ce gouvernement. Le texte suivant figure dans toute annonce d'emploi du gouvernement du Manitoba :

L'équité en matière d'emploi est un facteur qui entre en ligne de compte dans le processus de sélection. Les candidats à un emploi sont priés d'indiquer dans leur lettre de présentation ou leur curriculum vitae s'ils appartiennent à l'un des groupes suivants : femmes, Autochtones, minorités visibles ou personnes handicapées.

Toutes les offres d'emploi sont transmises par l'entremise de notre portail de télécopies à de nombreux organismes qui représentent les personnes handicapées. À leur tour, ces organismes en informent leur clientèle.

Programme d'aide professionnelle de la Commission de la fonction publique à l'intention

des personnes handicapées

Dans le budget de 2001-2002, 5 années-personnes et les crédits salariaux correspondants ont été accordés à la Commission de la fonction publique, afin de promouvoir le placement de personnes handicapées au sein du gouvernement provincial. Le programme a pour objectif d'aider les ministères à effectuer les adaptations nécessaires afin de permettre à une personne handicapée de bien fonctionner dans un poste pour lequel elle a la compétence requise.

Les postes subventionnés sont d'une durée de 6 à 12 mois. À la fin de la période de placement, le ministère d'accueil doit mettre tous les moyens en œuvre afin de poursuivre la relation d'emploi par un autre poste à terme ou un poste permanent. La durée du placement est susceptible de varier, en fonction de l'ampleur des adaptations requises.

Afin de faire la promotion de ce programme auprès des personnes handicapées et de les encourager à soumettre leur candidature à des postes gouvernementaux, la Commission de la fonction publique participe à un salon de l'emploi à l'intention des personnes handicapées, organisé chaque année par le Manitoba Business Leadership Network Inc. (MBLN). Ce réseau a pour mission d'encourager les gens d'affaires à faire connaître les avantages qu'il y a pour une entreprise d'embaucher des personnes handicapées, et d'aider ainsi les Manitobains et Manitobaines handicapés à se trouver un emploi intéressant.

Des représentants de tous les ministères ont rencontré des candidats potentiels au kiosque du salon et ont répondu aux questions qui leur étaient posées concernant le programme. Notre participation à ce genre d'activités a pour objectif de voir à ce que la politique du gouvernement en ce qui a trait à la promotion de l'embauche de personnes handicapées soit mieux connue de celles-ci. Elle servira également à faire la promotion de notre Programme d'aide professionnelle pour les personnes handicapées et à encourager les ministères à profiter activement des années-personnes et des salaires correspondants disponibles. »

(Provenance : site Web de la Commission, en date du 30 novembre 2010)

Dernièrement, j'ai aidé un membre de l'ACP à préparer la demande d'emploi qu'il voulait soumettre dans le cadre de ce programme. En guise de préparation, il devait appeler Cateland Penner, la coordonnatrice du programme. Cela nous a permis de recueillir des renseignements sur le programme et le processus de demande d'emploi. Mme Penner lui a suggéré de consulter le site Web du gouvernement, en particulier les sections qui décrivent les divers ministères gouvernementaux, et de noter ceux qui l'intéressaient. Elle lui a aussi suggéré d'indiquer dans sa lettre de présentation les compétences, les connaissances, et l'expérience qu'il possède et qui pourraient appuyer sa demande d'emploi auprès du gouvernement provincial.

Ensuite, ce membre de l'ACP et moi avons examiné la liste des divers ministères, parmi lesquels il a retenu le nom de quelques ministères qui l'intéressaient. Nous avons discuté des compétences (éducation, formation, emplois et expérience personnelle) qu'il possédait et qui pourraient concourir à promouvoir le mandat de chaque ministère. Nous avons revu son curriculum vitae en y apportant des changements, puis il a préparé une lettre de présentation dans laquelle il s'est présenté comme appartenant à un groupe minoritaire (personne ayant un handicap physique), a décrit brièvement la nature de son handicap, et indiqué les ministères qui l'intéressaient. Il a également souligné les

compétences, aptitudes et connaissances qu'il possède et comment celles-ci pourraient contribuer à l'exécution du mandat et du rôle de chacun de ces ministères.

Soumettre une demande dans le cadre du Programme d'aide professionnelle ne garantit pas un emploi. Le processus de sélection des candidats est semblable à celui des concours de sélection dans tous les domaines. Vous soumettez un curriculum vitae et une lettre de présentation, qui sont ensuite examinés. Si ces deux documents réussissent à convaincre le lecteur que vous êtes un bon candidat, il se peut que vous soyez convoqué en entrevue. Plusieurs font une demande; peu de postulants sont retenus.

Pour plus de renseignements sur le Programme d'aide professionnelle pour les personnes handicapées, composez le 945-2332 et demandez à parler à Cateland Penner, la coordonnatrice du programme. Vous pouvez également chercher le programme en vous servant de Google. Si vous avez besoin d'aide pour préparer votre curriculum vitae ou une lettre de présentation, communiquez avec votre conseiller ou conseillère en réadaptation des Services d'orientation professionnelle de l'ACP.

~ Lawrence Haien ~

DEM Net – Réseau de gestion des urgences pour les personnes handicapées

Qu'est-ce que c'est?

DEM-Net est un réseau provincial de gestion des urgences conçu et élaboré par des personnes handicapées du Manitoba ayant pour objectif de veiller à ce qu'elles jouent un rôle dans l'élaboration des systèmes et des mesures de soutien qui affectent leur vie en cas de catastrophe ou situation d'urgence.

Énoncé de mission

Minimiser les risques auxquels sont exposés les Manitobains et Manitobaines ayant un handicap pendant et après une situation d'urgence ou une catastrophe, au moyen de l'établissement de réseaux d'entraide, de sessions de formation et de possibilités éducatives.

Avantages pour la collectivité

- 1.** Établir des liens entre les personnes handicapées et les organismes de gestion des urgences en ce qui a trait à la planification des mesures de soutien, la promotion et la défense des intérêts des personnes handicapées, ainsi qu'à l'aide à leur apporter.
- 2.** Une formation prise en charge et donnée par les personnes handicapées.
- 3.** La formation offerte au personnel de gestion des urgences, y compris la sensibilisation à la condition des personnes handicapées, favorisera l'inclusion des personnes handicapées dans l'atténuation des impacts, de même que dans la planification des activités de préparation,

d'intervention et de rétablissement.

4. Des outils de sensibilisation de la population, des ressources de formation et des modes de diffusion de l'information sont élaborés afin d'informer les Manitobains et Manitobaines handicapés, les premiers intervenants et la population en général sur les besoins des personnes handicapées en situation d'urgence.

« SECOURIR »

Un pas vers la compréhension mutuelle

- **Respecter** les différences individuelles et être prêt à répondre aux besoins propres à chaque personne.
- **Faire participer** les personnes handicapées à la planification des mesures d'urgence et participer soi-même à la formation conçue et offerte par ces personnes.
- **Les mesures de soutien** se présentent sous diverses formes – accompagnateurs, interprètes, règles et politiques, aménagement de locaux, ressources – et doivent tenir compte de chaque personne.
- **Les communications** doivent être accessibles en divers formats, de manière à rejoindre tout le monde. Cela comprend les messages d'avertissement, les documents de planification et les vidéos de formation, l'information relative aux interventions et au rétablissement, et la signalisation.
- **Le fait de comprendre** que les attitudes, les perceptions et les stéréotypes donnent lieu à l'apposition d'étiquettes inappropriées et au traitement inapproprié des personnes handicapées vous aidera à mieux savoir comment secourir chaque personne.
- **Tout le monde** bénéficie d'une approche inclusive où les personnes handicapées sont respectées pour ce qu'elles peuvent contribuer à la gestion de situations d'urgence données.

Ce que nous pouvons faire pour vous dès aujourd'hui !

- Offrir des ressources en ligne et des liens à www.ilrc.mb.ca.
- Offrir de la formation pour répondre à vos besoins personnels, organisationnels ou communautaires.
- Inscrire votre nom sur notre registre d'urgence de personnes handicapées et de préposés d'aide à la vie autonome.
- Vous faciliter l'accès à des ressources en matière de planification et de préparation.
- Diffuser de l'information sur nos réseaux et nos plans qui viennent en aide à la collectivité des personnes handicapées.
- Faciliter la participation en ligne à des réunions et des sessions de formation à l'échelle de la province au moyen de webconférences.
- Offrir des ressources traitant des divers handicaps par l'entremise de notre réseau de partenaires communautaires.
- Ajouter votre nom à notre réseau provincial de promotion de l'inclusion des personnes handicapées dans la gestion de situations d'urgence.

- Fournir de l'information et des services d'aiguillage aux premiers intervenants et gestionnaires des situations d'urgence, afin de leur fournir un appui approprié sous forme d'information et de ressources.

Pour en savoir davantage :

Independent Living Resource Centre
Téléphone et ATME : (204) 947-0194
Télécopieur : (204) 943-6625
Sans frais : 1-800-663-3043
Courriel : thecentre@ilrc.mb.ca
Site Web : www.ilrc.mb.ca

PROTÉGER LES PLUS VULNÉRABLES CONTRE LE CRIME

...PAUL A. MACDONALD

Trois heures du matin. Vous vous réveillez en sursaut. Vous venez d'entendre le bruit sec de quelque chose qui se casse, mais vous n'avez aucune idée d'où il provient. Assis tout droit dans votre lit, vous entendez des pas glisser doucement sur le plancher. Ce qui vous vient à l'esprit, c'est qu'il s'agit d'un cambrioleur ou pire, d'un agresseur. La peur vous prend, parce que vous savez que vous êtes très vulnérable. Vous avez une lésion médullaire incomplète, qui limite votre mobilité à un point tel que vous ne pouvez pas vous défendre, sortir par une fenêtre, ou encore trouver un endroit où vous cacher. Vous demeurez seul, alors il est peu probable que la cavalerie vienne à votre rescousse lorsqu'un intrus pénètre dans votre maison. Pis encore, vous avez laissé votre téléphone portable sur la table dans le salon et vous n'avez pas de téléphone fixe. Vous êtes vraiment mal pris. Qu'est-ce que vous allez faire? Que pouvez-vous faire?

VICTIME

C'est là un mot qui, dans notre monde actuel, s'appliquera inévitablement à presque toute personne à un moment donné de sa vie. Ce qui rend la chose si pénible à accepter, c'est que vous ne savez pas ce qui va se passer dans les minutes qui suivent. Cette incertitude suscite un sentiment d'impuissance qui, lui, est source de frustration. Selon un cliché éculé, l'on devrait espérer que tout se déroule pour le mieux, tout en se préparant au pire. Si le pire ne survient pas, au moins vous pourrez dire que vous vous étiez préparé pour une telle éventualité. Votre plan d'urgence pourrait échouer, mais il se pourrait bien aussi qu'il réussisse. L'important, c'est de ne pas attendre 3 heures du matin pour prévenir la situation et penser à un plan d'action. De plus, avoir un plan B, et même un plan C, ce n'est pas une mauvaise idée.

UNE TENDANCE INQUIÉTANTE

... s'est développée dans l'ensemble du pays depuis quelques années. Un nombre croissant de personnes vulnérables et incapables de se protéger ont été attaquées. Comme si ça ne suffisait pas, ces attaques n'ont pas lieu seulement la nuit ou dans un quartier dangereux, mais en plein jour et dans des endroits publics où il y a beaucoup de monde. Les bandits deviennent soit plus désespérés, soit plus audacieux, mais c'est là une discussion pour les experts en psychologie criminelle, ce que je ne suis pas. Par contre, je sais que faire l'autruche ne protège pas contre un incident fâcheux. Être prêt, ça signifie pouvoir **se tenir la tête haute, fixer son agresseur du regard et lui dire « Essaie donc pour voir ! »**

DANS LA RUE

Les attaques contre les personnes handicapées se produisent dans la rue, tout comme à la maison. J'ai eu la chance de pouvoir m'entretenir avec Garnie McIntyre, agent de la prévention du crime au sein du Service de police de Winnipeg. Il convient que le crime est à la hausse, impliquant souvent des personnes handicapées. Cependant, il a ajouté que personne ne devrait demeurer à la maison par peur d'être agressé. Souvent une agression dans la rue est un crime d'occasion. L'agresseur peut être en réalité une bonne personne, mais qui est en train de faire de mauvais choix. Il peut avoir davantage peur que la personne à laquelle il s'attaque, mais il faut néanmoins le prendre très au sérieux.

SE DÉPLACER DANS LES LIEUX PUBLICS

- ~ *Le système de surveillance mutuelle ne s'applique pas qu'aux sorties à la piscine. Quel que soit l'endroit où vous allez, y aller en groupe aura pour effet de dissuader un attaquant. Si vous avez des voisins qui sont également en fauteuil roulant, allez magasiner en groupe !*
- ~ *Si vous avez des cartes de crédit et que vous n'avez pas besoin de vous en servir, laissez-les à la maison.*
- ~ *Soyez vigilant lorsque vous utilisez un guichet automatique. Si vous vous sentez nerveux, fiez-vous à votre instinct.*
- ~ *Avoir un téléphone portable est une bonne chose, mais vous ne pourrez pas appeler au secours assez vite avec cet appareil. Une alarme personnelle qui fait beaucoup de bruit fera fuir un assaillant, avant que ses tympans n'éclatent. Si on vous attaque, faites autant de bruit que possible. Attirer l'attention des gens. Même si personne ne vient à votre secours, l'assaillant fuira plutôt que de courir le risque d'avoir des témoins.*
- ~ *Essayez de ne pas le provoquer. S'il n'y a personne qui puisse venir à votre secours, ravalez votre fierté et donnez-lui ce qu'il ou elle veut.*
- ~ *Plus vous êtes en mesure de fournir une bonne description de votre agresseur, meilleures sont les chances que la police puisse l'arrêter. Essayez de vous rappeler ce qu'il portait, de tout signe permettant de l'identifier, et même de sa démarche. « Un gars portant un sweat à capuchon » n'est pas une description suffisante.*
- ~ **Le port d'une arme illégale est interdit**, même pour une personne handicapée. Laissez votre pistolet à décharge électrique et votre vaporisateur de poivre de cayenne à la maison, sinon vous courez le risque de partager une cellule avec quelques gars portant un sweat à capuchon.

FORTIFIER VOTRE CHÂTEAU-FORT

Vous pouvez faire beaucoup de choses pour protéger votre maison contre les voleurs. Les possibilités peuvent varier en fonction de vos besoins personnels et des limitations associées à votre mobilité.

1. *Faire installer un système d'alarme permet d'avoir une protection générale, même lorsque vous êtes à la maison. Les prix varient d'une entreprise à l'autre et selon le niveau de protection désirée. Le coût d'un tel service est un*

facteur important à prendre en considération par rapport à la faisabilité de cette option.

- a. *Il y a habituellement des frais d'achat et d'installation pour ce genre d'équipement.*
 - b. *Si vous habitez Winnipeg, vous devez vous procurer un permis d'alarme de sécurité de la Ville.*
 - c. *Vous devrez payer des frais mensuels de surveillance, habituellement au mois ou aux trois mois.*
 - d. *Si vous n'êtes pas propriétaire de l'endroit où vous demeurez, vous devrez peut-être obtenir la permission du propriétaire ou du gestionnaire de l'immeuble avant de faire installer un système d'alarme.*
2. *Avoir une assurance de propriétaire occupant est une bonne façon de protéger vos biens personnels, mais elle ne pourra pas remplacer les trésors de famille. S'il est impossible de les remplacer, cachez-les dans un endroit sûr, bien à l'abri des voleurs!*
3. *Si les options ci-dessus dépassent vos moyens, il y a encore des choses que vous pouvez faire, sans qu'il vous en coûte beaucoup d'argent.*
- a. *Le prix des minuteries programmables varie entre 10 \$ et 40 \$. Vous pouvez vous en servir pour allumer et éteindre la plupart de vos appareils domestiques à une heure déterminée d'avance. Avoir plusieurs minuteries de ce genre vous permet de les régler à des heures différentes, afin de déjouer quiconque chercherait à déceler un schéma récurrent de présences et d'absences.*
 - b. *Repérez les points faibles de votre maison par où un intrus pourrait pénétrer facilement. Les fenêtres, les portes avec fenêtres et les fenêtres du sous-sol sont les endroits par où ils pénètrent le plus souvent.*
 - c. *Y a-t-il un téléphone dans votre chambre à coucher? Mieux vaut que ce soit un téléphone portable qu'un téléphone fixe. Si vous avez un portable, il ne vous en coûterait probablement pas beaucoup pour faire ajouter à votre forfait un deuxième appareil à utiliser en cas d'urgence. Ainsi, il y aurait toujours un téléphone dans votre chambre à coucher.*
 - d. *Un sujet de controverse, c'est celui de savoir si vous devriez avoir une arme quelconque pour vous défendre. Tout dépend dans quelle mesure vous êtes disposé à vous en servir lorsque vous êtes acculé au pied du mur. Un moment d'hésitation de votre part est tout ce dont un criminel a besoin pour profiter de la situation. Je ne peux conseiller personne à ce sujet, car il s'agit d'un choix très personnel; cependant il vaut la peine de s'y arrêter. L'agent McIntyre a indiqué que, selon la loi, une personne a le droit de se défendre; cependant c'est la cour qui, en dernière analyse, détermine si des moyens raisonnables ont été utilisés pour se défendre.*
 - e. *Si vous demeurez au rez-de-chaussée dans un logement avec des fenêtres qui sont facilement accessibles, mettez sous les fenêtres un objet qui fait du bruit lorsqu'il est déplacé.*
 - f. *Demeurez au courant de ce qui se passe dans votre quartier et les environs. Le Service de police de la Ville de Winnipeg offre sur Internet des services qui permettent aux citoyens de se renseigner.*
 - i. *Le site Web CrimeStat fournit des renseignements à jour sur les activités criminelles dans tous les secteurs de police de la ville. Vous pouvez consulter des cartes et des statistiques qui indiquent l'incidence des crimes graves dans votre quartier. Certaines personnes auront peut-être du mal à s'y retrouver, mais il ne s'agit pas du seul service du genre à être offert. Voir <http://winnipeg.ca/CrimeStat/>.*

ii. E-Watch est un autre service électronique auquel vous pouvez accéder et qui fournit des détails sur les crimes récents dans tous les secteurs de la ville. Il existe même un service de courrier électronique auquel vous pouvez vous abonner pour obtenir des bulletins hebdomadaires faisant état d'activités criminelles. <http://winnipeg.ca/police/watch/>

*iii. Vous pouvez aussi télécharger gratuitement le guide Take Action: Crime Prevention Handbook. Il fait plus de 80 pages et contient plein de conseils et de renseignements très utiles. Vous serez peut-être surpris de vous entendre dire « **Je ne savais pas ça** » plus d'une fois en le lisant.*

http://winnipeg.ca/police/PDFs/Crime_Prevention_Book_2005.pdf

iv. Si vous n'avez pas accès à Internet, on m'a assuré qu'on accepte les demandes pour une copie papier du guide. Composez le numéro des services non urgents de la police de Winnipeg et demandez à la téléphoniste de vous mettre en communication avec le Service des relations publiques.

MAINTENANT... QUE FAIRE?

SI QUELQU'UN S'ATTAQUE À VOTRE CHÂTEAU-FORT

Dans un monde parfait, vous seriez prêt pour une telle éventualité avec un plan d'action ou de fuite. Malheureusement, un incident fâcheux arrive quand on s'y attend le moins. Chaque situation est différente et plusieurs personnes ne savent pas vraiment comment elles vont réagir sous l'effet du choc, ce qui fait qu'il est très difficile d'établir des règles de base sur quoi faire en cas d'introduction par effraction dans votre domicile. Si le pire des scénarios se produit, il n'y a pas grand-chose à faire sauf coopérer avec les intrus. Le but à garder en tête, c'est de les éloigner de votre maison sans trop de mal et aussi rapidement que possible. Essayez de noter de quoi ils ont l'air pour une déclaration ultérieure à la police, mais faites attention qu'ils ne se doutent pas que vous êtes en train de composer une image mentale d'eux.

Si vous avez un système d'alarme, vous pourriez faire installer un bouton d'urgence dans votre chambre à coucher et vous en servir pour envoyer un signal d'alerte silencieux si vous êtes confronté à un intrus. En deuxième lieu, avoir en tout temps dans votre chambre à coucher un téléphone portable pour les urgences est ce qu'il y a de mieux.

Les crimes contre les personnes handicapées sont une question brûlante de l'heure. Il est impossible d'en couvrir tous les aspects dans un bulletin d'information comme celui-ci. Le guide de prévention du crime dont j'ai fait mention plus haut ne contient pas beaucoup d'information se rapportant explicitement aux personnes handicapées. C'est là où l'agent McIntyre peut intervenir.

S'il y a suffisamment d'intérêt, il est disposé à faire une présentation conçue à l'intention des personnes handicapées. Si vous ou des membres de l'ACP êtes intéressé, faites-le-moi savoir par courriel. Si un nombre suffisant de personnes se montraient intéressées, une telle présentation pourrait avoir lieu au début de la nouvelle année.

Refuser d'être victime, c'est choisir de demeurer maître de la situation !

pmacdonald@smd.mb.ca

La voie du succès

Depuis quelque temps, je ne pense plus trop à ma lésion médullaire (un signe encourageant de réadaptation, paraît-il). Cependant, lorsqu'on m'a demandé d'écrire un article pour *ParaTracks* sur ma réussite professionnelle, je me suis mise à réfléchir à ce qui a contribué à mon succès. J'ai d'abord pensé à quelques traits personnels, tels le fait que je suis compétitive et têtue comme une mule, mais je savais que je n'étais pas seule à être responsable de mon succès. À 19 ans, j'avais une idée vague de ce qu'était un conseiller en orientation et je n'avais surtout aucune idée du rôle important que de tels conseillers allaient jouer dans ma réadaptation au cours des dix années qui allaient suivre. Ai-je bien dit dix années? Il m'est difficile de croire que quelqu'un de l'ACP m'a accompagnée dans mon cheminement pendant autant d'années et, pour cet appui fidèle, je leur suis reconnaissante. La bienveillance et l'encouragement soutenus de conseillers et conseillères en orientation professionnelle, de même que leur capacité d'accéder à des ressources telles que le Programme de réadaptation professionnelle des personnes handicapées, ont été à l'origine de ma réussite scolaire et professionnelle.

J'ai eu le bonheur que des professionnels perspicaces de l'ACP se sont rendu compte tôt dans ma réadaptation que j'avais besoin de quelque chose de SUBSTANTIEL à accomplir, afin que je puisse avoir le sentiment d'être un membre actif, compétent et productif de la société. Je n'ai pas tardé à transformer le chaos provoqué dans ma vie par l'éclatement de vertèbres au niveau lombaire en une réussite scolaire après l'autre, un crédit universitaire à la fois. Pour être franche, je croyais que j'étais une personne anéantie et que j'allais dorénavant dépendre des autres pour de l'aide. Je ne pouvais m'imaginer comme étant une personne autonome, surtout au niveau financier. Toutefois, à mesure que je développais ma relation avec mes conseillers et conseillères en orientation, je me suis mise à découvrir et à explorer mon potentiel au niveau des études.

Dans un premier temps, j'ai entrepris des études à l'université de Brandon, où j'ai obtenu un baccalauréat ès arts avec une majeure en psychologie. Je suis ensuite retournée à Le Pas, ma ville natale, où j'ai travaillé pendant deux ans pour l'Office régional de la santé NorMan en tant que clinicienne en psychogériatrie (c'est-à-dire une professionnelle en santé mentale auprès des personnes âgées). Puis, je suis retournée à Brandon, où j'ai traversé une crise d'identité professionnelle. J'ai continué à travailler dans le domaine de la santé mentale, mais j'étais lasse de me faire poser la question : « Mais qu'est-ce que tu fais au juste? », faisant allusion bien sûr à mon appellation professionnelle. J'étais incapable de fournir une réponse claire aux gens. Comme je me sentais un peu déprimée par cette source constante de frustration professionnelle, j'ai communiqué avec un conseiller en orientation de l'ACP.

Une fois de plus, j'ai eu le bonheur de pouvoir poursuivre des études avec l'aide de l'ACP. Je suis retournée à l'école et je me suis inscrite à un programme de baccalauréat ès sciences de quatre années en soins infirmiers psychiatriques. Pendant ces études à l'université de Brandon, je me sentais bien dans ma peau malgré mes limitations fonctionnelles, probablement en raison du fait que j'avais appris que la meilleure façon de pourvoir à ses besoins, c'est de parler franchement de son incapacité et de s'assurer de parler à la bonne personne. D'après mon expérience, les « bonnes » personnes à qui s'adresser ont tendance à être les conseillers et les administrateurs des services aux étudiants, ainsi que les professeurs d'un abord facile. Cependant, même les personnes d'un abord désagréable m'ont surprise et ont apporté des changements lorsque je leur ai demandé de l'aide. Au bout de 3 années (j'avais pu transférer un nombre suffisant de crédits équivalant à une année d'études), j'ai obtenu mon

diplôme avec la mention « très grande distinction ». De plus, l'Office régional de la santé de Brandon m'avait remis une médaille d'argent et j'avais obtenu une mention honorable pour la médaille d'or. Oh, les avantages de retourner aux études en tant qu'étudiante adulte après plusieurs années d'expérience de vie !

Une fois terminées mes études universitaires, j'avais enfin le *sentiment* d'être la professionnelle que j'avais désirée être pendant si longtemps. La prochaine étape, c'était de passer à l'action en mettant à profit mon nouveau diplôme. Initialement, j'ai choisi de travailler de nouveau avec une clientèle qui m'était familière (en gériatrie). Je me suis ensuite rendu compte que l'une de mes raisons d'être retournée aux études, c'était pour acquérir de nouvelles habiletés afin d'accroître mon employabilité, ma capacité de me déplacer et ma satisfaction au travail. Par conséquent, j'ai décidé de faire un grand saut et de commencer à travailler en tant qu'infirmière psychiatrique autorisée auprès des enfants et des adolescents. Présentement, je travaille à temps plein en tant que travailleuse en santé mentale en milieu communautaire pour le Child and Adolescent Treatment Centre de Brandon. Je suis préposée aux admissions, ce qui veut dire que je suis très occupée et que mon travail est très varié, car je suis la première personne du centre qui rencontre les enfants et les jeunes qui éprouvent des troubles de santé émotionnelle, psychologique ou développementale.

J'aime vraiment mon travail. Combien de personnes (handicapées ou pas) peuvent en réalité en dire autant? Voici un conseil (si vous êtes du genre à accepter les conseils) : si vous ne l'avez pas encore fait, entrez en relation avec un conseiller ou une conseillère en orientation professionnelle. Ou encore parlez à un conseiller ou une conseillère des Services aux étudiants d'un collège ou d'une université qui pourrait vous intéresser. Ce n'est pas nécessaire de savoir ce que vous souhaitez faire quand « vous serez grand », avant d'entreprendre un cheminement qui conduit à un métier ou une profession. Il suffit tout simplement d'avoir un peu de détermination et un grand désir de surmonter vos limitations physiques pour jouir d'une plus grande autonomie et vous réaliser pleinement.

Merci beaucoup d'avoir lu mon article. Bon courage !

~ Monica Pugh, RPN, BScPN, BA Spéc (Psych) ~

Sur le chemin de la réadaptation

Ressources de la 4^e Conférence nationale sur les lésions médullaires Contribution à mon perfectionnement personnel et professionnel

En tant que personne atteinte d'une lésion médullaire incomplète au niveau C7, j'ai eu l'occasion, au cours des 17 dernières années, de relever un certain nombre de progrès dans le domaine de la recherche sur les lésions médullaires et d'en suivre l'évolution. Ces percées dans le domaine de la recherche clinique ont contribué à l'amélioration de la situation des personnes médullolésées. En tant que conseiller en réadaptation depuis 18 mois, je me suis familiarisé avec le rôle des prestataires de services dans l'élaboration de plans de réadaptation communautaire pour les clients.

La première fois que j'ai pris connaissance de cette conférence nationale, c'est par courriel. Lorsque l'occasion s'est présentée de participer à la 4^e conférence nationale à Niagara Falls en Ontario, je n'aurai pas pu souhaiter avoir meilleure occasion de rencontrer d'autres intervenants et personnes concernées, de collaborer avec eux, et de prendre connaissance de nouvelles avancées et approches que je pourrais transposer dans mon travail.

J'y ai rencontré des médecins, des chercheurs et d'autres bénéficiaires comme moi. À mesure que je passais de l'un à l'autre dans la salle, j'étais frappé par la passion et l'attention particulière qui animent les nombreux intervenants et intervenantes préoccupées par la santé et le rétablissement des personnes médullolésées. J'ai été impressionné par de nouvelles percées dans la recherche au cours de sessions telles que *Loss and Gain of Function: Activity-Dependant Plasticity after SCI*, *Muscle-Bone-Fat Interactions*, et *Wheelchair Skills Training for People with Spinal Cord Injury – What, Who, When, Where, How and Why?* Ces présentations m'ont permis d'acquérir de nouvelles connaissances, connaissances que je pourrai mettre à profit dans mon travail de conseiller en réadaptation.

Mon travail de conseiller en réadaptation consiste en la prestation de services aux personnes médullolésées. L'élaboration et la mise en œuvre de plans de réadaptation communautaire comprend un certain nombre d'objectifs qui portent sur des questions telles que la santé et le bien-être, le transport, la planification financière, l'emploi, les études, le matériel et les fournitures, la famille, la sexualité et les aménagements nécessaires.

Parmi les nombreuses présentations, deux d'entre elles m'ont fourni une information précieuse que je peux utiliser dans mes interactions avec plusieurs de mes clients préoccupés par des questions ayant trait, d'une part, au transport et, d'autre part, à la santé et au bien-être.

Voici le nom de ces deux sessions :

1. *Planes, Trains, and Automobiles: Travel after Spinal Cord Injury*, présentée par le TIRR Memorial Hermann (the Institute for Rehabilitation and Research).
2. *Nutrition, the Missing Link: The Role of Nutrition in Rehabilitation*, présentée par Joanne Smith.

1^{re} session : *Planes, Trains, and Automobiles: Travel after Spinal Cord Injury*

Une semaine avant mon départ pour la conférence, quelques clients m'avaient posé des questions au sujet des déplacements en avion. Ce qui les préoccupait, c'étaient des questions telles que : **Comment est-ce que je vais passer le contrôle de sécurité? Comment est-ce que je vais faire pour monter à bord de l'avion et en descendre? Que va-t-on faire de mon fauteuil roulant?**

La présentation du TIRR Memorial Hermann Institute for Rehabilitation and Research éduque les gens sur les possibilités de voyage à la suite d'une lésion médullaire. Le programme « Project Airport » mis sur pied par cet institut est le fruit d'un partenariat entre divers hôpitaux de réadaptation et l'industrie du transport aérien. Ce programme vise à éduquer les personnes médullolésées, en les aidant à surmonter les obstacles liés aux voyages en avion, en les sensibilisant aux voyages par avion et à l'aide qu'ils peuvent obtenir, de même qu'à développer leur confiance en soi par rapport aux voyages. Le TIRR aide les patients à se préparer pour ce genre de voyages par des séances de formation en soins auto-administrés, du transport à l'aéroport, une présentation faite par la TSA (Transport Security Administration) des États-Unis, des renseignements sur la billetterie, l'enregistrement de bagages et d'appareils, l'embarquement à bord et le débarquement de l'avion, et enfin le retour à l'établissement de réadaptation. Tout ceci a lieu avant que quelqu'un reçoive son congé de l'hôpital.

Qu'est-ce que cela a à faire avec mon travail de conseiller en réadaptation? Le programme « Project Airport » m'aide à venir en aide à mes clients. Grâce aux renseignements que j'ai obtenus sur ce programme, je suis plus à même de répondre à leurs questions sur les voyages par avion et de les aider à poser les bonnes questions lorsqu'ils voyagent. Je peux les aider à surmonter la peur qu'ils ont de voyager par avion, à accroître la confiance dont ils ont besoin pour voyager, et à franchir les obstacles qui se dressent sur leur chemin.

À mesure que je me familiarise avec ce programme, je me demande **ce que je peux faire pour contribuer à la création d'un programme semblable pour la clientèle de l'ACP Manitoba.** J'en ai discuté avec d'autres professionnels, dont des ergothérapeutes, et divers organismes, pour voir si un tel programme pourrait faire partie de notre programme de réadaptation local. Les groupes et les organismes de réadaptation aux États-Unis ont réagi favorablement à la formation offerte et à l'information fournie par le TIRR. Il est à espérer qu'un jour un programme semblable à « Project Airport » puisse faire partie des activités de réadaptation au Manitoba. La première étape consiste à en faire la promotion et à éduquer les gens. La session d'information du TIRR Memorial a non seulement contribué à mon perfectionnement professionnel, mais a aussi éveillé chez moi une meilleure conscience des programmes qui peuvent répondre aux besoins des personnes médullolésées.

2^e session : Nutrition, The Missing Link: The Role of Nutrition in Rehabilitation

La deuxième session a beaucoup contribué à mon perfectionnement de conseiller en réadaptation, de même qu'à ma formation personnelle en tant que personne médullolésée. À la suite d'une blessure et au cours des nombreuses années qui suivent une lésion, la nutrition joue un rôle important dans le bien-être physique et émotionnel d'une personne médullolésée, en facilitant la digestion, la guérison naturelle et l'état de santé en général.

Les personnes médullolésées sont confrontées à toute une gamme de problèmes de santé secondaires, tels que l'inactivité, l'obésité, la constipation et la diarrhée, les infections des voies urinaires, les plaies de pression, le diabète, les maladies du cœur et l'ostéoporose. La présentation de Joanne Smith m'a aidé à prendre conscience des facteurs de risque dont il faut être au courant à mesure que nous – mes clients et moi – vieillissons. La question primordiale à se poser, c'est **Qu'est-ce que je dois faire pour demeurer en santé?**

Les personnes médullolésées souffrent de certaines carences nutritives. En décelant leurs besoins en éléments nutritifs, elles peuvent mener un mode de vie plus sain. Parmi les carences nutritives les plus communes, mentionnons les vitamines A, B2, B12, D et E, le calcium, le chrome, le magnésium, le zinc, les fibres et les acides gras essentiels. Certaines personnes peuvent poser la question « **Mais en quoi ces substances nutritives peuvent-elles nous aider?** » Elles peuvent contribuer à un regain d'énergie chez une personne médullolésée, au bon fonctionnement des systèmes cardiovasculaire et intestinal, favoriser la guérison de blessures, et contribuer à obvier aux effets de l'ostéoporose, de l'obésité et du diabète.

Afin de faciliter leur digestion, il est recommandé que les personnes médullolésées aient un régime alimentaire à teneur élevée en fibres (fruits, légumes, grains entiers et légumineuses), mangent plus souvent et de plus petites portions, et réduisent leur consommation de sucre. Les protéines sont des éléments nutritifs essentiels à la régénération des tissus, ce qui est important pour guérir les plaies de pression. En raison de changements physiques à la suite d'une lésion médullaire, l'ingestion de

substances nutritives et de meilleures habitudes alimentaires aident les systèmes physiologiques, les organes et les fonctions corporelles fonctionnent mieux et de façon plus efficace.

Plusieurs personnes ayant une lésion médullaire prennent des médicaments pour demeurer en santé. Cependant, il ne faut pas oublier que ces médicaments stressent le foie et peuvent ainsi l'endommager. Par contre les nutriments essentiels provenant d'aliments tels que le brocoli, les oranges, les tangerines, le chou, les champignons, le maïs et les pommes aident à filtrer les toxines, contribuant ainsi à un mode de vie sain. La présentation de Joanne Smith m'a aidé à centrer davantage mon attention sur la vie saine et m'aidera à éduquer et à guider mes clients en ce sens. La nutrition peut jouer un rôle clé dans l'adoption d'un mode de vie sain. Vivre de façon plus saine signifie moins de visites chez les professionnels de la santé, de même qu'un plan de réadaptation communautaire plus efficace.

Je tiens à remercier la Fondation Rick Hansen de m'avoir fourni l'occasion de participer à cette conférence et d'y puiser une information précieuse que je peux mettre à contribution, tant au plan personnel que professionnel. Les progrès, les innovations, la recherche et la technologie dont il a été question lors de la conférence ont contribué à accroître mon bagage de connaissances, ce qui à son tour, me permettra d'offrir le meilleur service possible aux clients de l'ACP.

~ Scott Coates ~

L'ivresse du rallye

Reproduit avec la permission du Winnipeg Free Press

Stimulant et motivant. Voilà les premiers mots qui me sont venus à l'esprit dès le moment où j'ai rencontré les frères Jan et Jody Zedril. Ce duo dynamique forme l'équipe Zedril Rally Sport, et ils viennent tout juste de remporter leur deuxième Championnat de rallye canadien au volant de leur Mitsubishi Lancer. Avec Jan, 33 ans, au volant et Jody, 36 ans, dans la position tout aussi importante de copilote, les deux Winnipegois ont triomphé d'obstacles apparemment insurmontables pour devenir l'une des équipes de rallye les plus respectées en Amérique du Nord. Ensemble, ils ont connu un parcours long et sinueux, au propre comme au figuré.

Parce qu'il n'y a pas de rallyes ici au Manitoba, les Zedril ont sillonné le Canada et les États-Unis, remorquant leur voiture derrière leur camionnette afin de compétitionner dans leur sport de prédilection. Ils ont voyagé nuit et jour, souvent par fort mauvais temps; la plupart du temps ils ont dormi dans leur camionnette et mangé dans les relais routiers.

On dit souvent que la course unit les membres d'une même famille, et habituellement, leur père Richard se joint à eux, non seulement pour leur prêter son soutien moral, mais aussi pour les aider à préparer et réparer leur voiture de rallye.

Depuis leurs débuts en 2007, les frères ont participé à 33 rallyes et en ont remporté 22!

Il ne faut pas s'étonner que les Zedril constituent une équipe de rallye aussi accomplie. Les frères ont toujours été les meilleurs amis du monde et ils ont passé leur enfance à courser l'un contre l'autre sur des motos hors route, des motoneiges et des VTT. Avant de se lancer dans les rallyes, ils étaient également des coureurs de motocross accomplis : Jan est un ancien champion national canadien et

Jody était un coureur expert.

Le jour où la vie de Jody a changé pour toujours, il faisait du motocross. À l'été 1995, Jody faisait de l'échauffement pour une course quand il a eu son accident.

« Je n'allais pas assez vite et j'ai manqué un double et la moto s'est renversée en arrière », dit Jody. « J'ai été conscient tout le temps. J'espérais que la sensation physique allait revenir, mais ça n'a jamais été le cas. » Depuis, Jody se déplace en fauteuil roulant.

Sa vie a peut-être changé, mais il n'a pas arrêté de vivre. Seulement trois mois après l'accident de son frère, Jan, qui est machiniste sur matériel à commande numérique par ordinateur, a modifié un VTT pour Jody.

J'ai demandé à Jody ce que les médecins en pensaient. « Je ne le sais pas car je ne leur en ai jamais parlé », dit-il en riant. Après l'accident, Jody a continué à participer aux activités locales de motocross, et a même servi à titre de secrétaire-trésorier de la Manitoba Motocross Association. Il a également démarré une entreprise à domicile - il est aujourd'hui un technicien en informatique chevronné avec une longue liste de clients.

Jody a peut-être perdu l'usage de ses jambes, mais son esprit d'aventure est demeuré intact. Il s'est vite lassé d'être seulement spectateur. Quand les frères ont commencé à chercher une activité qu'ils pourraient faire ensemble, le rallye s'est imposé.

En 2002, les deux frères ont assisté en tant que spectateurs à leur premier rallye, le Ojibwe Forests Rally, à Bemidji, au Minnesota. Ils ont été séduits sur-le-champ. Ils étaient prêts à acheter une voiture de rallye le jour même, mais ils avaient encore quelques obstacles à surmonter avant de le faire. Pour se familiariser avec toutes les facettes du sport, de 2003 à 2006 ils se sont portés volontaires à beaucoup de rallyes.

« Nous voulions compétitionner, mais nous savions que pour le faire, nous aurions à apprendre à nous familiariser avec le milieu et à nous y faire connaître », dit Jody de la communauté tricotée serrée du rallye.

Il leur a fallu trois bonnes années pour y arriver; ils ont assisté à de nombreux rallyes afin d'acquérir suffisamment de confiance pour présenter une demande à l'organisme autorisé à donner à Jody le feu vert pour participer aux courses en tant que copilote. Ils ont dû ronger leur frein pendant six mois avant d'obtenir une réponse qui était toute simple. Si Jody pouvait se dégager de la voiture en 15 secondes ou moins, il pourrait être copilote.

Les Zedril ont acheté leur voiture, une Mitsubishi Lancer 2003, d'une autre équipe de rallye à Stamford, au Connecticut, et se sont exercés à la conduire dans des endroits éloignés du Manitoba avant de participer à leur premier rallye, le rallye SnoDrift, à Atlanta, au Michigan, en janvier 2007. C'est là que Jody a finalement démontré aux officiels qu'il pouvait s'extraire de la voiture dans le temps fixé. Il estime qu'il est sorti de la voiture en 14,9 secondes environ.

Ils ont terminé troisièmes dans cette première course et ont remporté le championnat au cours de leur première saison. Ils ont depuis remporté une liste impressionnante de victoires dont, entre autres, le Championnat canadien de rallye, le championnat US Rally-America, et la catégorie Production sport du

championnat North American.

Les frères courent dans la catégorie deux roues motrices avec leur Lancer et ils reçoivent un énorme soutien de Mitsubishi Canada. Ils connaissent leur voiture de fond en comble et la traitent comme un enfant gâté, s'occupant eux-mêmes des réparations et de l'entretien.

Ne vous laissez pas tromper par tous les décalques; la voiture se rapproche beaucoup d'une voiture stock-car. Les règles de la catégorie dans laquelle ils évoluent sont assez claires : les seules améliorations permises ont trait à la sécurité et à la fiabilité. Cela signifie qu'ils peuvent avoir des pièces de suspension plus costaudes et des freins plus solides, mais les choses sont réduites à l'essentiel sous le capot. La voiture peut en fait circuler légalement sur les routes. Côté sécurité, il y a aussi des éléments importants comme des phares à haute intensité pour la conduite de nuit, une cage de protection, un extincteur d'incendie à bord, des sièges de course et des harnais de sécurité.

Dans la voiture, Jody et Jan communiquent au moyen d'un appareil de radio émetteur-récepteur qui se trouve dans leur casque. Jody doit soigneusement suivre le tracé du circuit et, pendant chaque épreuve, il transmet à Jan des directives allant de la direction à prendre jusqu'à la vitesse maximale, en passant par le degré prononcé d'une pente. Le poste de copilote est extrêmement important. Lorsqu'on roule dans le noir à plus de 160 km/heure dans un sentier boisé, il est essentiel de ne pas se tromper lorsqu'on indique au conducteur s'il faut tourner à gauche ou à droite.

Quand ils parlent de rallyes, Jody est celui qui parle le plus et il est extrêmement bien informé sur tous les aspects du sport. Jan ne parle pas beaucoup. Il se tient tout simplement à proximité, l'air souriant et ayant dans l'œil ce pétilllement qui semble être un trait commun chez les grands conducteurs.

Pendant le tournage d'un épisode à venir de la série télévisée *Willy's Garage* diffusée sur Winnipeg on Demand de MTS, j'ai eu l'occasion d'aller faire un tour avec Jan et laissez-moi vous dire que cet homme sait conduire.

Après avoir bouclé ma ceinture de sécurité et reçu de Jody un cours intensif sur les techniques de navigation rallye, Jan et moi avons décollé à toute vitesse, dévalant les sentiers qui entourent la gravière que la société de production avait louée pour l'après-midi. C'était la première fois que je me retrouvais dans le siège du passager d'une voiture de course, bien harnaché et portant un casque et un habit de course.

Au début de notre essai, Jan a dévalé une pente escarpée se terminant par un virage en épingle. Notre vitesse : 160 km/h. Malgré le fait que la Lancer est un modèle à traction avant, Jan a orchestré un virage appel-contre-appel classique dans lequel la voiture semble déraiper et glisser latéralement comme sur la glace.

Dans ma jeunesse, j'ai eu la chance de rouler dans quelques voitures assez rapides et j'ai fait plus d'un tour de piste en stock-car. Mais être assis aux côtés de Jan, qui manœuvre sa voiture de main de maître, a sûrement été le sommet de mon expérience automobile. C'était comme entendre un virtuose jouer de son instrument.

La tête me tournait, mais quand j'ai jeté un coup d'œil à Jan, il était aussi cool que Fonzie, passant d'une vitesse à l'autre avec grande adresse, appliquant les freins avec légèreté, martelant l'accélérateur et négociant les virages avec une fluidité comparable à celle de l'épée d'un samouraï. Heureusement

que Jan avait mémorisé le parcours, parce que mes compétences en navigation étaient sûrement obscurcies par l'énorme quantité d'adrénaline circulant dans mes veines.

Lorsqu'on a demandé aux frères Zedril ce qu'ils aiment le plus au sujet des rallyes, ce n'est pas ce que vous pensez. Ce ne sont pas des mordus de la vitesse. Ils conviennent tous les deux que c'est le style de vie des rallyes, les défis à surmonter, l'aventure en plein air, et tous les déplacements qui accompagnent ce sport qui le rendent si attrayant.

« C'est vraiment une expérience à nulle autre pareille, et c'est un grand privilège d'y participer », dit Jody. « Être capable de fraterniser avec des champions passés et présents est très excitant. Et c'est aussi un grand honneur que de se retrouver avec tous les gens du milieu, concurrents, médias, officiels, organisateurs, bénévoles, supporters et spectateurs. »

Même si les frères Zedril sont souvent champions de rallyes au Canada, ils continuent à caresser de grands rêves. Ils espèrent un jour participer au rallye de tous les rallyes : le Paris-Dakar. Ils rêvent aussi de pouvoir un jour amasser des fonds pour l'Association canadienne des paraplégiques et la Fondation Rick Hansen, en plus de sensibiliser les gens aux causes de ces organismes.

Avec Jan au volant et Jody comme copilote, c'est certain qu'ils ne sont pas loin de réaliser leur rêve.

Fiche des championnats des frères Zedril

- 2009 - 2010 : Champions du Championnat de rallye canadien pour véhicules de catégorie 2RM
- 2008 : Champions du Championnat de rallye canadien - catégorie Production
- 2007 - 2008 : Champions du North American Rally – catégorie Production
- 2007 - 2008 : Champions du rallye U.S. Rally-America – catégorie National Production

À propos des rallyes

Le rallye est une épreuve de course automobile disputée sur les routes publiques ou privées, avec des véhicules de série modifiés ou des véhicules assemblés sur mesure pouvant rouler légalement sur les routes. Les courses ne se déroulent pas sur une piste, mais en suivant un circuit et passant par différentes étapes. On peut remporter un rallye grâce à la vitesse pure entre deux étapes ou en fonction d'un temps optimal prédéterminé pour chaque étape.

~ Paul Williamson, Willy's Garage ~