



Unir nos forces pour la réussite du loisir des personnes ayant des besoins particuliers

Citer cet article

Jacques LABERGE

Laberge, J. (2023), « Unir nos forces pour la réussite du loisir des personnes ayant des besoins particuliers », *Sociologie Visuelle*, n° 4, François Routhier et Pierre Fraser (éds.), Québec : Photo|Société, pp. 207-211.

Affiliations

1 ARLPH (03)

Résumé. — En général, les gestionnaires travaillant dans le domaine des loisirs savent que l'organisation d'une activité de loisirs est une tâche complexe qui nécessite une analyse minutieuse de plusieurs facteurs. En plus des tendances actuelles, il faut tenir compte de la date, du lieu et des coûts pour les participants. Cependant, la complexité de cette analyse est encore plus grande lorsqu'il s'agit d'activités destinées aux personnes handicapées. En effet, ces activités doivent être repensées pour garantir que tous les participants, y compris ceux qui ont besoin d'accompagnateurs, puissent y participer pleinement. Les contraintes horaires et l'accessibilité physique des lieux peuvent également limiter les possibilités d'activités, sans compter les coûts supplémentaires pour l'adaptation des activités ou du matériel, qui peuvent parfois atteindre jusqu'à cinq fois le coût d'une activité de loisirs ordinaire. En conséquence, les personnes handicapées ont souvent moins d'opportunités pour découvrir de nouveaux loisirs et sont souvent limitées aux activités disponibles pour leur condition. C'est pourquoi l'Association régionale de loisirs pour personnes handicapées de la Capitale-Nationale (ARLPH de la Capitale-Nationale) travaille à développer la diversité des opportunités pour les personnes handicapées. Bien que l'organisation d'activités de loisirs adaptées soit complexe et nécessite la prise en compte de nombreux éléments, cela est tout à fait possible. Les événements suivants mettront en lumière les différentes actions qui peuvent être mises en place pour adapter la programmation et la rendre plus inclusive pour les personnes en situation de handicap.

Mots-clés. — Acceptation sociale ; exclusion ; inclusion ; loisirs ; préjugés.

La tournée *Destination Loisirs* prenait autrefois la forme d'un événement provincial où se retrouvaient des personnes handicapées de partout au Québec pour profiter d'une fin de semaine de quatre jours à pratiquer différentes activités de loisirs. Une région hôte était choisie tous les deux ans pour accueillir cet événement. La nature sociale de celui-ci, en faisait également un événement très attendu aux deux ans. En effet, les opportunités de voyages organisés se font assez rares pour les personnes handicapées. Les rencontres occasionnées lors de l'événement est également un facteur de son succès auprès des participants. Cela leur permet de faire la connaissance d'autres personnes d'un peu partout dans la province qui vivent les mêmes réalités qu'eux.

En raison de la pandémie de COVID-19, *Destination Loisirs* a dû être repensée pour l'année 2022 et s'est transformée en événements régionaux¹. Les régions de la Capitale-Nationale et de la Chaudière-Appalaches ont uni leurs forces pour offrir une activité conjointe à la fin septembre, organisée au Centre vacances du Lac-Simon de Portneuf. Les activités proposées lors du week-end étaient principalement des activités de plein air, et le choix de l'emplacement a été soigneusement effectué pour assurer une accessibilité physique maximale pour tous les participants. Cela a notamment permis la participation de jeunes de l'organisation Laura Lémerveil, qui compte des membres plus lourdement handicapés nécessitant un ratio d'un (1) accompagnateur pour une (1) personne handicapée, parfois même deux (2) accompagnateurs.

L'accompagnement est un facteur clé pour assurer le succès des activités adaptées. Il s'agit non seulement de l'accompagnement de la personne en situation de handicap pour l'aider à réaliser les actions et les mouvements liés à l'activité de loisir qu'elle pratique, mais également de l'accompagnement d'une personne expérimentée dans l'activité proposée. Comme les opportunités de loisirs diversifiées sont plus rares pour les personnes en situation de handicap, il est souvent nécessaire d'expliquer l'activité en détail, y compris les mouvements de base, aux participants avant de commencer l'activité. Dans le cadre des événements organisés par l'Association régionale de loisirs pour personnes handicapées de la Capitale-Nationale (ARLPH de la Capitale-Nationale), les associations membres étaient chargées de fournir des accompagnateurs pour les participants aux activités. L'ARLPH s'est quant à elle occupée de fournir des personnes expérimentées dans les activités proposées, telles que la planche à pagaie (paddleboard) et le vélo.

L'accompagnement à lui seul ne suffit toutefois pas à répondre à l'ensemble des personnes handicapées. En effet, certaines d'entre elles sont très autonomes, mais nécessitent du matériel adapté pour pouvoir pratiquer leurs activités. Ce matériel est toutefois

¹ <https://youtu.be/4Ec8lTYKxEI>.

souvent très dispendieux et difficile pour une personne de se procurer. Si on prend l'exemple d'une planche à pagaye adaptée, elle coûte deux fois plus qu'une planche à pagaye régulière. Et contrairement aux personnes ne vivant pas avec un handicap, une personne handicapée n'a peu, voire pas du tout, de possibilité d'emprunter cet équipement dans une base de plein air où elle voudrait pratiquer cette activité. C'est pourquoi l'ARLPH de la Capitale-Nationale se procure ce matériel qui est mis à la disposition des participants lors des différentes activités organisées. Il est important de mentionner que ces acquisitions ne seraient pas possibles sans l'aide de subventions gouvernementales telles que Population active et la Centrale d'équipements, pour n'en nommer que quelques-unes.

Le colloque plein air accessible

Un autre élément fondamental dans la réussite du développement d'activités de loisirs adaptés est la sensibilisation des gestionnaires et acteurs offrant différentes activités. Étant donné l'essor généralisé de la population envers le plein air depuis quelques années, il a été convenu que le premier colloque du réseau des instances régionales de loisir pour personnes handicapées porterait sur ce sujet. À l'aide de conférences, de kiosques de fournisseurs de matériel adapté et d'expérimentation terrain au Canyon Sainte-Anne, les participants du colloque ont pu être exposés aux adaptations possibles pour rendre les sites de plein air accessibles. Ils ont alors pu voir des exemples concrets d'adaptation qui ne venaient pas au détriment de leur terrain de jeu naturel, la conservation de la nature étant parfois la priorité. En tout, c'est plus de 180 personnes qui ont participé à ce colloque.

Plein air sur le pouce

La première édition de cette activité a eu lieu en février 2020. Les membres de l'ARLPH de la Capitale-Nationale avaient alors été invités par l'ARLPH du Saguenay Lac-St-Jean à participer à une programmation d'activités hivernales adaptées. Le tout s'est tenu au Centre du Lac-Pouce à Laterrière, d'où le nom, *Plein air sur le pouce*.

Le transport était un élément fondamental à prendre en compte pour assurer le succès de l'événement, étant donné qu'il avait lieu à environ deux heures de route de Québec. Les participants ont donc été hébergés pendant deux nuitées afin d'optimiser leurs déplacements. L'endroit a été choisi pour son accessibilité, la disponibilité du gestionnaire de l'établissement à s'adapter aux besoins des participants, ainsi que pour la qualité du service offert lors d'événements passés de l'ARLPH du Saguenay Lac-St-Jean.

Lors de cette activité, les participants ont pu profiter de plusieurs activités pendant leur séjour, telles que la glissade, la raquette, une randonnée nocturne avec lampe

frontale, du cardio plein-air, de la trottinette des neiges et une activité de loisir scientifique pour se réchauffer avant de retourner profiter de l'hiver. D'autres activités plus sociales, telles que la tire sur neige, un souper et une danse, étaient également proposées pour offrir une expérience complète et de qualité aux participants et aux accompagnateurs. Grâce à la météo clémence de cette fin de semaine, tout le monde garde un très bon souvenir de cet événement.

Pentathlon des neiges Sun Life

Avec son défi d'intégration, le Pentathlon des neiges Sun Life offre l'opportunité aux personnes handicapées de s'insérer dans une compétition ouverte au grand public. L'ARLPH de la Capitale-Nationale financent alors 10 équipes auprès de ces organisations membres. Les équipes doivent être composées de 5 participants avec un minimum de deux personnes ayant des besoins particuliers auprès de ses organisations membres. Comme il s'agit d'une compétition amicale, chaque participant peut également participer et se dépasser selon ses compétences et ses capacités. L'ARLPH a développé un programme d'activité régulière afin de permettre aux participants d'améliorer leur technique associée à l'une des disciplines du Pentathlon.

Culture

Pour ce qui est du volet culturel, des outils tels que la Carte d'accompagnement loisir (CAL) ont permis de travailler sur l'accessibilité au loisir culturel des personnes handicapées. Néanmoins, cet accès se limite surtout à du loisir passif où elles sont spectatrice d'art. Ces opportunités ne sont pas mal en soit, mais l'objectif de l'ARLPH de la Capitale-Nationale étant toujours d'augmenter les possibilités de pratique de loisir pour que les personnes handicapées, il y avait encore un peu de travail à faire. C'est pourquoi de nouveaux projets voient le jour afin qu'elles puissent également pratiquer des activités culturelles. En prenant exemple sur l'ARLPH du Saguenay Lac-St-Jean, l'ARLPH de la Capitale-Nationale a développé sa propre version de l'événement « Un talent pas si différent ». Lors de cet événement, les participants seront appelés à montrer leurs talents artistiques sous forme d'exposition d'arts visuels ou lors d'un spectacle en pratiquant un art de la scène. Les participants ont également des occasions de pratiquer ces divers arts dans leurs organismes locaux afin de se préparer à leurs vernissages ou à leur numéro.

Conclusion

En somme, le sujet du loisir adapté est complexe et nécessite une réflexion approfondie, afin d'offrir des activités et des services de qualité aux personnes handicapées. Cependant, il existe de nombreuses solutions et possibilités d'adaptation. Après tout, ces réflexions permettent une créativité renouvelée pour repenser le monde et la façon dont chaque être humain peut y trouver sa place pour se développer pleinement.

Au cours des dernières années, plusieurs innovations matérielles ont vu le jour grâce à des fabricants et distributeurs québécois. Nous avons désormais accès à des fauteuils de plein air adaptés, et l'électrification des équipements se développe rapidement. Nous remercions des entreprises comme Kartus, Trackz, GoRampe et Évo-Concept pour leur contribution dans ce domaine.

Vous ne savez pas par où commencer pour adapter vos activités de loisir ? Contactez l'ARLPH de votre région administrative².

² <https://www.aqlph.qc.ca/aqlph/notre-reseau/membres-affiliees/>.