

D'ABORD AVEC TOUT L'MONDE!

Nous donnons
des conférences;
nous animons
des débats!

Nous, on
participe...

Nous distribuons notre journal
partout à travers la ville!

Nous siégeons à des tables
de concertation importantes!

Édition
spéciale
12
pages

comme
personne!

Nous
nous
impliquons
dans des
causes sociales!

Isybie Chénier

Table des matières

Courrier du lecteur	p.2
À la une	p.3
Dans nos mots	p.4-5
Nous, on participe comme personnel	p.6-7
Sur le terrain	p.8-9
Nos droits	p.10
Le mot caché de Lise	p.10
Personnalité	p.11
Rendez-vous, Babillard, Petites annonces	p.12

Crédits

Éditeur :	Mouvement Personne D'Abord du Québec Métropolitain
Comité de rédaction :	
Journalistes et recherche :	Cécile Bellemare Pierre Dechene Michel Déry Sylvie Gagné Robert Laflamme Lise Luckenuick Yvette Muise Yan Paquet Serge Plamondon Régent Lacroix Michelle R.-Rousseau Chantal Santerre Sylvie Giroux Michel Aubut
Photographies :	
Illustrations :	
Collaboration aux illustrations :	
Personne-ressource au comité et révision :	
Collaboration :	Régent Lacroix Hélène Bernier Michelle R.-Rousseau Kathleen Kelly, Kel Imagination Jean-François Boisvert Kathleen Kelly Ian Renaud-Lauzé Publications Lysar Jacques Beaudet Ronald Demers Catherine Fortier Lise Luckenuick Serge Plamondon Rémi Rousseau Distribution Affiche-Tout Michel Déry Sylvie Gagné
Infographie/ mise en pages :	
Conception logos :	
Impression :	
Distribution :	
Co-distribution :	
Version audio : Lecteurs :	

Tirage

Le Vol.4 No.2, de « D'Abord avec tout l'Monde! » est imprimé à 10 000 exemplaires et distribué gratuitement dans la région de Québec par le Mouvement Personne D'Abord du Québec Métropolitain.

Il est également disponible en version audio, sur demande, au bureau du Mouvement.

© 2005 MPD'AQM. Le contenu de « D'Abord avec tout l'Monde! » ne peut être reproduit que s'il est fait mention de la source.

Dépôt légal, 1^{er} trimestre 2002 • Bibliothèque nationale du Québec • Bibliothèque nationale du Canada • ISSN-1499-9900 (imprimé) ISSN-1499-9919 (audio)

Abonnement de soutien

Ce journal vous intéresse?
Vous aimeriez en obtenir un exemplaire directement chez vous?
Rien de plus facile, contactez-nous au :

Mouvement Personne D'Abord du Québec Métropolitain
2101, 1^{re} Avenue
Québec (Québec) G1L 3M6
Téléphone & Télécopieur : (418) 524-2404
Courriel : mpdaqm@globetrotter.net
Site Internet : www.mpdqm.org

Vous nous aidez en souscrivant à



Centraide
Québec

Secrétariat à l'action
communautaire
autonome

Québec

Courrier du lecteur



Mot de la rédaction

Propos recueillis auprès de l'équipe de rédaction; résumé de Régent Lacroix

Exceptionnellement, dans ce numéro spécial du journal « D'Abord avec tout l'monde! », on parle surtout de nous : c'est pour vous donner la chance de nous connaître et de voir qu'on s'intéresse aux mêmes choses que vous : pauvreté, malnutrition, égalité, préjugés, injustices, violence verbale, physique, confiance en soi, respect, listes d'attente dans les hôpitaux comme dans les CRDI...

Pas besoin d'une « déficience intellectuelle » pour vivre ça!

Ce numéro, c'est aussi pour se rappeler ensemble que personne n'a besoin d'étiquette comme personne n'a à être montré du doigt ou à subir des préjugés.

Oui, nous sommes des personnes dites « déficientes intellectuelles » qui, depuis 4 ans, travaillent beaucoup et s'impliquent fort dans ce journal. Nous sommes des personnes qui sont libres d'expression et qui veulent parler de leur vécu, du Mouvement, des choses qu'on fait.

On veut vous dire que c'est pas à cause d'une « déficience intellectuelle » qu'on peut pas penser, un jour, être maman, avoir un enfant, s'en occuper, lui donner de l'amour, de l'éducation, le protéger.

Avoir des projets de vie, avoir un travail, ça nous intéresse nous-aussi!

On fait notre journal pour prendre la parole, pour défendre nos droits sociaux; pour parler des dossiers qui nous concernent et que ça avance; pour que des personnes aient des services, qu'on les aide, qu'on les conseille; pour que les gens comprennent la « déficience intellectuelle »; pour que vous sachiez que le journal est là pour vous aussi, en tout temps.

Et, sauf pour ce numéro spécial, c'est autant de vous que de nous qu'on parle dans notre journal parce qu'on est « D'Abord avec tout l'Monde! ».

Merci de nous lire.

**Vous avez des commentaires à émettre
sur cette lettre ou sur un article du Journal?
N'hésitez pas à nous écrire. Cette tribune vous appartient!**

Le Mouvement Personne d'Abord c'est d'abord nous, Lise, André, Sylvie et plus d'une centaine d'autres personnes. Incorporé en 1983, notre organisme communautaire autonome en est un d'entraide, de promotion et de défense des droits par et pour les personnes adultes vivant avec l'étiquette sociale de la « déficience intellectuelle ».



Participation citoyenne

Une entrevue de Sylvie Gagné ; un résumé de Régent Lacroix



Cécile Bellemare est une femme comme toutes les autres et même un peu plus... Au cours des 5 dernières années elle a coanimé une série de 4 émissions de télé; réalisé des entrevues avec, entre autres, un animateur de TQS et une auteure; siégé sur un conseil d'administration au niveau local puis au niveau provincial en plus d'être déléguée au niveau national. Et, elle n'a même pas encore 30 ans!

L'important c'est de croire en ce qu'on est.

« J'suis au Mouvement depuis 5 ans. J'aime défendre nos droits. C'est important que le monde sache que c'est pas parce qu'on naît avec une « déficience intellectuelle » qu'on est pas capables de rien faire. On est là pour défendre nos droits pis c'est important qu'on soit unis. »

Confiance grâce au Mouvement

« Au Mouvement, j'apprends à me connaître. Au début, je me connaissais pas pis j'acceptais pas ma « déficience intellectuelle ».

Grâce au Mouvement, j'ai appris à avoir confiance en moi, confiance aux autres personnes qui ont les mêmes limitations que moi. Avant je n'avais pas réalisé

que j'avais une « déficience ». C'était tellement léger que je m'en doutais pas. Si y avait pas le Mouvement, je



m'enfermerais dans ma chambre, je retomberais comme avant.

Au début, je ne parlais presque pas

J'ai appris à être autonome, à me débrouiller

aux membres. Là, je me suis donné confiance grâce au Mouvement. J'ai fait du travail sur moi-même. J'ai appris à être autonome, à me débrouiller; j'ai appris à faire des entrevues pour

« D'Abord avec tout l'Monde! ». J'ai été secrétaire au C.A. Ça m'a donné

beaucoup de chances d'être sur le conseil d'administration pis j'aime ça donner mes idées aux personnes. C'est important de montrer aux gens qu'on est capables de réaliser des projets. »



Sur le C.A. de la Fédération des Mouvements Personne d'Abord du Québec

« Je représente le Mouvement au provincial. Là aussi je défends nos droits. On amène des points que les membres de Québec ont proposé. Ça m'apporte beaucoup. J'ai appris à avoir confiance en moi, à avoir confiance dans les autres personnes qui ont une « déficience intellectuelle. » »

Préparer les intervenant(e)s de demain

« Lorsque j'ai fait une représentation auprès des étudiantes de l'Université Laval, j'ai fait apprendre beaucoup de choses aux étudiants. J'ai montré que j'étais capable de faire des choses. J'ai parlé de ma vie de quand j'étais jeune jusqu'à aujourd'hui, comment j'ai évolué. J'ai donné beaucoup d'idées aux étudiants et que c'était important que les étudiants sachent ce qu'on veut faire pis c'est quoi leur métier plus tard quand ils vont être éducateurs pour travailler avec nous-autres. »

À la recherche d'un emploi

« Les gens qui ont des préjugés envers nous, ne nous respectent pas. C'est parce qu'ils ne s'acceptent pas eux-mêmes! Ils disent qu'on peut rien faire: nous, on a déjà fait une émission de télévision. Moi ce qui me



choque, c'est que le monde nous prenne pour des imbéciles, des fous, des incapables... on est toujours « protégés » par quelqu'un, on a toujours des barrières. »

« Ce qui me ferait le plus plaisir, ce serait d'aller pour un job pis que l'employeur nous prenne; qu'un employeur nous accepte comme on est. L'important c'est qu'on accepte ce qu'on est, ce qu'on est capables de faire, de pas mettre de barrières,



d'avoir moins de préjugés. C'est moins pire mais y a encore du travail à faire. »

Saviez-vous que?

- En 2004-2005, des membres du Mouvement ont réalisé 10 conférences-témoignages ayant pour thème « Participer socialement: un pour tous et tous pour un! » auprès 343 étudiants de niveaux collégial et universitaire?

- 8 conférences ont été données pour faire la promotion de notre outil: « Le plan de services c'est d'Abord à moi: Guide pour exprimer mes besoins »

rejoignant ainsi 298 personnes dont des étudiants, des intervenants et des personnes concernées.

- Nous avons été présents à la télévision à quelques reprises, notamment, au Canal Vox « Oui-Dire » et à « TVA Québec.com »?

- Notre message publicitaire « Les étiquettes vont sur les pots et non sur les personnes » a été diffusé périodiquement

sur les ondes du Canal Vox au cours des 3 dernières années?

- En novembre 2004, notre toile collective « Grandir d'Abord » a été exposée au Musée des beaux-arts du Québec et a aussi été retenue pour faire la couverture de la « Revue francophone de la déficience intellectuelle »?

- Nous avons tenu 2 kiosques d'information/promotion et que cela a permis de sensibiliser 350 personnes?





Parce que les livres

ne peuvent tout enseigner



Une entrevue de Sylvie Gagné et Michel Déry;
résumé de Régent Lacroix

En plus de colloques et de congrès, chaque année, des membres du Mouvement sont invités à faire des représentations auprès d'étudiant(e)s en techniques d'éducation spécialisée (TES) et en techniques de travail social (TTS). Ces étudiant(e)s, ce sont les intervenant(e)s de demain auprès des personnes ayant une « déficience intellectuelle ». Ce contact leur permet donc de mieux connaître la situation des personnes avec lesquelles elles seront appelées à travailler et, à ces personnes, de leur démontrer les valeurs qui les animent et le potentiel qui les habite. Nos journalistes ont demandé à Yvette Muise, qui n'en est pas à sa première expérience, et à Lise Luckenuick, qui a vécu son initiation en ce domaine, de partager leurs impressions avec nos lecteurs.

Yvette :

« Cette année, j'ai fait de la représentation dans des écoles, au Collège Mérici, au Cégep Ste-Foy; dans les écoles, j'ai parlé de ce qu'on faisait; j'ai parlé de moi, de

ce que j'aimerais faire, pourquoi je suis dans le Mouvement. Les étudiants m'ont posé des questions et, à la fin, ils ont écrit leurs commentaires. »

Lise :

« Mes premières représentations, j'étais nerveuse. Je l'ai dit aux étudiants et ils m'ont dit qu'avant la fin je le serais plus, puis c'est vrai! Je suis allée leur expliquer



Lise :

« En faisant des choses comme ça, ça me donne plus confiance en moi; ça me dit de continuer, de pas lâcher, de foncer dans la vie. »

Yvette :

« On fait pas ça juste pour nous autres, on fait ça pour tous les membres. Parce qu'on représente le Mouvement. C'est pour ça qu'il faut le faire bien, qu'on puisse être fiers pis que les autres disent : Ouais t'as bien fait ça! »

Lise :

« C'est pour montrer aux gens que même si on a une « déficience intellectuelle »

on est capables de faire des choses, d'avancer. On est fiers, on est heureux de ça. »

Yvette :

« Selon l'évaluation que font les étudiants, ce qu'ils marquent c'est beau en câline. Ils disent que c'est beau, qu'on est des personnes de cœur pis qu'on peut en montrer beaucoup à d'autres. Ça démontre qu'on est pas si pire que ça même si y en a qui croient pas ça. Qu'y nous essayent, on est capables! »

Lise :

« Y'en a beaucoup qui ont dit que si on avait eu plus de temps, ils auraient aimé que

je leur montre comment je fais mon mot caché, parce que ça prend de la patience. »

Et, cela va de soi, le mot de la fin revient à celle qui a le plus d'expérience dans les représentations... et pas seulement auprès des étudiant(e)s :

Yvette :

« Je suis une personne active, j'aime la justice. Avec le Mouvement, ça me donne l'occasion d'aller partout... même aller parler aux ministres! J'ai été à la Régie pour parler de la liste d'attente au CRDIQ; on a passé à TVA aussi! »



Quelques commentaires des étudiant(e)s

« Très intéressant qu'une personne ayant une déficience intellectuelle vienne nous parler car personne ne peut mieux expliquer la situation qu'elle-même. »

(T.E.S., Cégep Ste-Foy)

« Passer de la parole aux actes, c'est mettre la personne devant. Il y a bien des gens dans la classe qui n'auraient pas eu le courage d'en faire autant! »

(Bac en TS, U.L.)

« Je trouve très bien que le Mouvement Personne d'Abord soit un organisme pour faire entendre la voix des personnes concernées. »

(T.E.S., Collège Mérici)

« La présentation m'a encore donné plus le désir de travailler avec cette clientèle. »

(Bac en TS, U.L.)

« Très intéressant d'entendre des témoignages de la vraie vie. Les livres ne peuvent pas tout enseigner. »

(T.E.S., Cégep Ste-Foy)

« Je suis d'accord qu'il faut d'abord voir la personne avant la déficience et je trouve que votre activité le démontre bien. »

(TTS Cégep Ste-Foy)

comment je fais le mot caché pour le journal; je leur ai parlé du comité journal : comment on le faisait, comment on décidait des sujets, des photos...

Yvette :

« Ça nous apporte d'être reconnus et d'être à l'écoute des gens. Si on le fait correctement, on est content de se sentir responsable. Pis j'étais contente plus qu'avant parce que moi c'est pas la première fois. On peut pas l'exprimer ce que ça peut nous apporter parce que c'est une sensation qu'on a en-dedans pis c'est trop beau. »





Vivre avec l'étiquette

Entrevue : Yvette Muise; résumé : Régent Lacroix



À l'aube de la soixantaine, solide gaillard et bon vivant, affichant toujours un sourire communicatif, André Vallerand est depuis peu, un tout nouveau membre du Mouvement Personne d'Abord. C'est sa compagne de résidence, Yvette Muise qui lui a fait connaître le Mouvement et c'est elle aussi qui l'a convaincu de nous parler de son vécu.

L'enfance, l'adolescence et l'école

De nature plutôt discrète, c'est avec une légère hésitation dans la voix qu'André nous dévoile son passé. Une période où, si la vie n'était pas facile, ce n'est pas tant, à ses yeux, en raison de sa « déficience » qu'en raison de la situation économique :

« Je suis né dans la paroisse Notre-Dame-de-la-Pitié. On était 8 chez-nous. Mon père était un tailleur de cuir. Il a été gardien de nuit pendant la construction de l'hôpital Christ-Roi, puis homme de ménage par la suite. J'ai bien grandi.

mais ça paraissait pas. J'avais plusieurs amis dans ma paroisse. J'ai jamais eu de problèmes. Quand y avait de la chicane, j'm'en allais chez-nous. J'ai jamais aimé la chicane. À l'école c'est en maths que j'avais de la difficulté; c'est pas mon domaine. C'étaient des frères maristes qui nous enseignaient à l'école Notre-Dame-de-Grâce; c'est là que j'ai commencé à apprendre l'anglais. Quand y ont parlé de nous transférer à Wilbrod-Bhéret, j'ai tout arrêté. C'était trop loin à voyager à pieds pour moi. »

L'adulte et le travail

André se fait encore plus discret lorsqu'il nous parle de sa vie sur le marché du travail. Encore là, il explique ses nombreux changements d'emplois beaucoup plus par des conflits personnels, de la jalousie et du placotage de boutique que par sa situation personnelle :

« 21-22 ans, à peu près, j'ai été sur le marché du travail. J'ai commencé comme commissionnaire dans une épicerie; ensuite au gouvernement, une couple de mois; ensuite, j'ai travaillé dans l'acier, dans une boulangerie. Toujours une couple de mois, parce que les jobs étaient pas assurés, j'étais pas syndiqué. Je n'ai jamais baissé la tête. Je partais de quelque part toujours la tête haute. C'est pas n'importe qui, qui aurait pu faire comme moi. Si ça n'avait pas été du moral que j'ai, ça fait longtemps que je serais plus sur terre. Mon vouloir. Je fonce. J'ai pas reculé, j'ai foncé. Ça m'a réussi à 100%. »

L'acceptation dans la famille

C'est beaucoup plus au sein de sa propre famille qu'André a vraiment ressenti des préjugés à l'égard sa différence. Après le décès de ses parents, André a vécu chez l'une de ses sœurs et son conjoint...

« Après les mariages de mes sœurs, ça commencé à dégénérer pas mal. La dernière qui s'est mariée... Quand je faisais quelque chose, « monsieur » (son conjoint) faisait des crises de nerf... je ne savais plus où mettre la tête...

J'étais pas bien dans ma peau. Je voulais partir de chez-nous. J'ai attendu le décès de ma sœur pour me refaire une nouvelle vie... la tranquillité, plus de problèmes... mais j'ai jamais pensé au suicide, je suis pas un gars suicidaire. Je suis une personne qui veut vivre dans la tranquillité, la paix. Pour me sortir de mon cauchemar, ça été très dur... Mais aujourd'hui j'ai plus ces troubles-là. Maintenant, je vis en résidence, j'suis bien et j'ai une autre de mes sœurs qui s'occupe de moi. »



Sa vision du mariage

Lorsqu'Yvette lui demande pourquoi un beau bonhomme comme lui ne s'est pas marié, c'est avec une pointe d'humour et sans amertume envers ce qu'il a connu, qu'il répond à la question :

« J'ai 4 sœurs et un frère. Je suis l'avant-dernier de la famille. J'en ai vu des mariages! Moi, je me suis fiancé mais pour le mariage, j'suis pas prêt à ça. J'aime autant rester de même. Ma conjointe est pareille, en autant qu'on se voit... J'aurais pu le faire. Dans ce temps-là, j'avais des gros salaires. Je travaillais 6 jours par semaine. Le vendredi, j'arrivais chez-nous... achallez-moi pas!...

J'ai ma carte de membre de CKIA-FM. J'ai droit à des réunions, assemblées... J'ai rencontré des animatrices. Et à l'âge que j'ai, j'serais capable encore; y a pas d'âge pour ça, j'ai la parole facile. »

Sa philosophie de la vie

Vivre avec l'étiquette de la « déficience intellectuelle », pour André, c'est comme de vivre avec n'importe quelle étiquette que la société nous colle au front. C'est pas drôle, c'est surtout pas facile mais ce n'est pas l'étiquette qui fait la personne et c'est à la personne de trouver la recette pour faire son chemin, malgré tout :



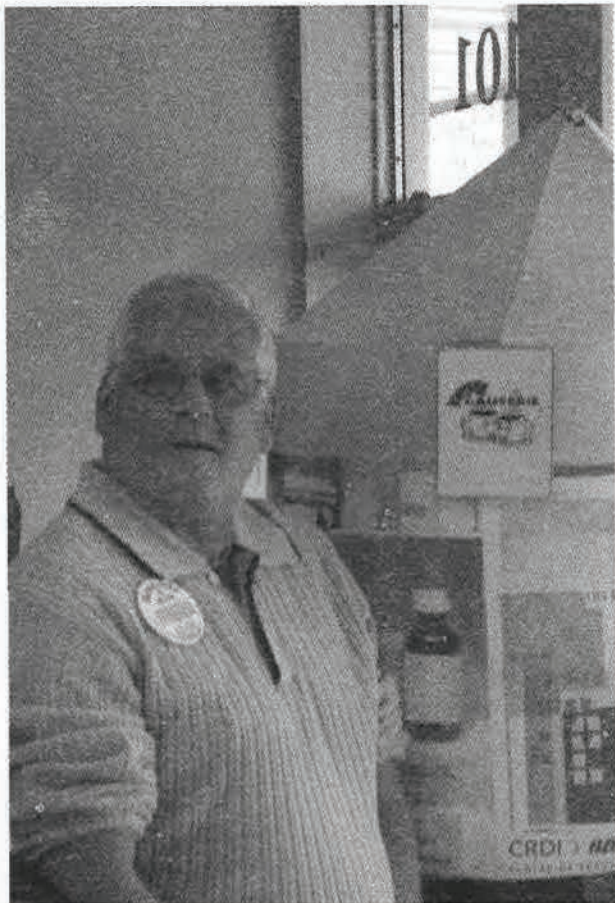
j'étais trop fatigué, les jambes me pliaient. Quand la fatigue me tombe dans les jambes c'est fini... out! »

Bénévole en action

André n'aime pas rester inactif. Il insiste d'ailleurs pour qu'on n'oublie d'écrire qu'il va faire partie du comité journal au Mouvement. Cette année, il a fait du bénévolat pour « l'aventure gourmande » au Manoir Montmorency; il en fait aussi à l'Amicale Basse Ville et pour Opération Nez Rouge (à la chaleur, dans la cuisine!). Et, il aimerait bien être mascotte; il a d'ailleurs l'intention de faire une demande en ce sens cette année.

« Ma passion, mon domaine à moi, ça aurait été « annonceur radio-télévision ». Je me pratiquais chez-nous. J'aurais voulu suivre des cours à l'ancien CHRC sur la rue St-Jean.

« Le monde, en général, y ont tous passés par là. Moi je suis une personne assez forte physiquement. J'ai pas eu de séquelles. C'est en persévérant qu'on passe à travers tout ça. Demande-moi pas comment, je le sais pas... y'a quelqu'un qui m'a aidé... elle qui est en haut, c'est elle qui m'a aidé... c'est ma mère qui est en haut. Moi j'ai pas connu ma mère... j'étais trop jeune. Persévérance! Tout seul, sans l'aide de personne, par moi-même! J'avais pas une tête de cochon, j'étais pas une tête à Papineau. Quand je veux quelque chose faut que je l'aie! Quand je veux voir quelque chose, j'y vais; quand j'suis pas intéressé, j'y vais pas! Ce que je dis au monde c'est : persévérance, prenez votre courage à deux mains. C'est pas en s'arrachant les cheveux qu'on peut réussir. Pis si t'es honnête, le monde va t'aimer! »



J'ai eu des coups durs mais faut passer par là. Des fois c'était pas facile, mais on passait au travers. Pas à cause de ma « déficience intellectuelle »... quand j'étais jeune, y en avait pas de ça!... Ça c'est développé plus tard en grandissant... moi, je le savais pas. Je l'avais,



Nous, on s'implique comme personne...



participation

Mouvement Personne d'Abord
du Québec métropolitain inc.



implications



reconnaissance

manifestations





actions



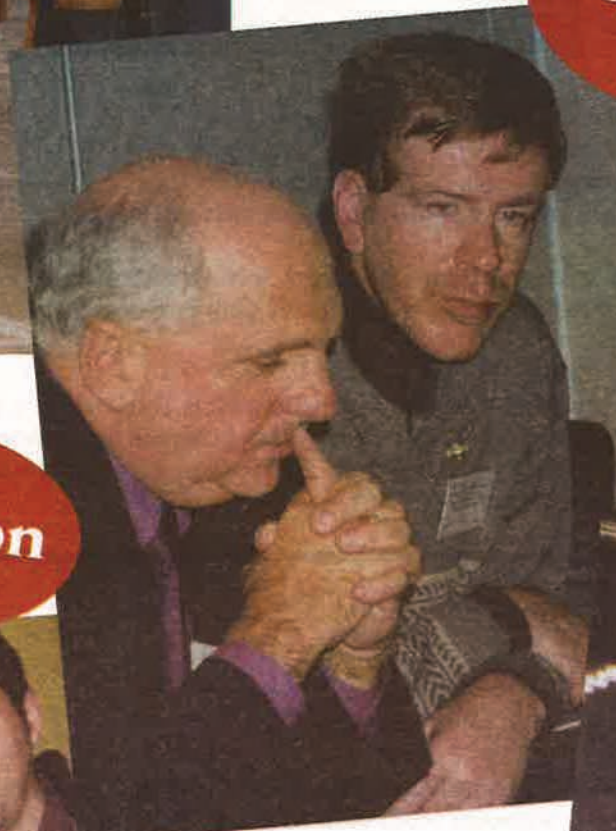
sensibilisation



échanges



réaction



rencontres



... comme personne d'abord!



Sur le terrain La voix du journal

Une entrevue de Lise Luckenuick et Sylvie Gagné; un résumé de Régent Lacroix

Afin qu'il soit vraiment accessible à toutes et à tous, chaque numéro du journal « D'abord avec tout l'Monde! » fait l'objet d'une version audio. Ces cassettes sont mises à la disposition de toute la population qui peut en faire la demande au bureau du Mouvement. Ainsi, les personnes ayant des difficultés de lecture et les personnes semi ou non-voyantes peuvent avoir accès au contenu de notre journal. Cette version audio peut aussi être utile aux intervenants des Centres de réadaptation en déficience intellectuelle (CRDI) pour certains de leurs usagers. C'est Michel Déry, membre du Mouvement qui, à la demande du comité de rédaction, assure la lecture du journal depuis le tout premier numéro. Nos journalistes l'ont rencontré pour vous.

« J'ai commencé à faire la lecture du journal au Collège Radio-Télévision de Québec. D'abord avec Alain Dufresne puis avec Annie Brisson. Travailler avec des professionnels comme Alain et Annie, je pensais jamais que c'est une chose qui allait arriver. Ça fait longtemps qu'ils sont dans le domaine. T'arrives là, t'es jeune, tu veux t'essayer, t'as le cœur qui te chatouille un peu, t'es nerveux. Faut que tu fonces, que t'essaies d'être aussi bon qu'eux-autres. T'as pas toujours la voix, la même perception qu'eux-autres. Ça donne pas toujours la même chose qu'eux-autres mais faut être bien là-dedans. »

Michel a toujours rêvé de faire de la radio et cette expérience au Collège Radio-Télévision de Québec (CRTQ) représentait pour lui, une belle opportunité:



« La radio c'est pas comme la télé. Faut que tu décrives plus pour que les gens voient ce qu'est la nouvelle. Ils m'ont donné des trucs, comme de lire plus, que j'ai pas encore mis à l'épreuve. Je sais pas quoi lire. J'arrive dans une

c'est plus fatigant, c'est plus difficile... là tu vois ton père qui lit, t'as soeur aussi... ça te tracasse toujours un peu.

Depuis quelques numéros, l'enregistrement du journal se fait au local du Mouvement et Michel a une nouvelle co-lectrice en la personne de Sylvie Gagné :



« Elle m'a beaucoup surpris. Je m'attendais pas à avoir quelqu'un qui lise plus rapidement que moi. C'est correct. Ça veut dire que j'ai de la compétition, pis je trouve ça ben l'fun. Ça permet d'avoir de l'équilibre. Ça m'inspire à lire un peu plus. Mais, ce qui me manque c'est de le faire au CRTQ parce que là, t'es vraiment dans des studios de radio. Des fois j'aimerais ça y retourner. Si ça arrive, ça arrivera... sinon tant pis! »

bibliothèque... y a tellement de livres que je sais pas quoi prendre, ce qui m'intéresserait vraiment. C'est sûr que c'est un cheminement. Quand tu commences à travailler dedans, la piqure commence pis ça vient avec le reste. Mais quand t'as pas embarqué on dirait que, des fois,



Michel, le bénévole

Michel fait du bénévolat avec nous depuis 2001 : « J'étais à la Maison des Adultes. Une équipe du Mouvement Personne d'Abord est venue faire un tournage, j'ai posé des questions. Ça m'a intéressé. Je suis allé faire un tour pour prendre des informations. »

En plus, 3 jours par semaine, il travaille bénévolement chez Moisson Québec, ce dont il parle avec fierté : « Moisson Québec, ça commencé à côté de St-Sacrement dans un petit entrepôt en novembre '98. C'était serré là-dedans, mais on faisait notre gros possible pour que tout fonctionne bien. Ça pas toujours été facile,

Maintenant on est rendu dans un plus grand environnement. C'est beau, accueillant, moderne. J'adore travailler là. On donne de la nourriture à, à peu près, 160 organismes une fois par semaine; des organismes comme l'Armée du Salut, l'Auberivière, la Maison des Femmes, Pignon vert, etc... Y a beaucoup de choses qui nous viennent de Provigo, Métro, etc... qui nous arrivent 3 fois par semaine. On fait un tri pour redonner aux organismes. Si les légumes, par exemple, ne sont plus bons, c'est sûr qu'on les jette. »



Bientôt 4 ans!

L'équipe de rédaction; résumé de Régent Lacroix

Le premier numéro du journal « D'abord avec tout l'Monde » est sorti en janvier 2002. C'est l'une de belles réalisations des membres du Mouvement Personne d'Abord du Québec Métropolitain. À l'origine du projet, l'un des objectifs visés était la prise de parole par les membres.

Non seulement cet objectif est-il réalité avec ces 10 000 exemplaires distribués dans plus de 175 lieux publics mais, en plus, notre journal est aujourd'hui considéré au même titre que les autres médias figurant au répertoire des médias de Communication Québec et sur de plus en plus de listes de convocation à des rencontres de presse.

Un autre objectif, c'est de présenter des sujets sociaux qui sont parfois négligés par les médias traditionnels. C'est un outil pour faire connaître notre prise de parole mais aussi pour faire connaître dans l'ensemble de la population, celle du milieu communautaire.



De la toute première entrevue avec l'animateur Claude Charron jusqu'à celle avec le ministre de la Santé et des Services sociaux, monsieur Philippe Couillard, en passant par les dossiers sur Robert-Giffard, sur le conflit chez AFFI, sur Jeff Fillion, sur les femmes autochtones, nous avons voulu démontrer que nos préoccupations rejoignent celles de tout l'monde.

Le jumelage de nos journalistes avec ceux de TQS et du Soleil, les invitations à des émissions comme « Ouï-dire » et « TVA Québec.com », l'exposition d'illustrations de notre journal au Musée de Québec sont

Sur le terrain

Parce que s'impliquer, ça change le monde!



Entrevues de Lise Luckenuick; résumés de Régent Lacroix.

Le journal « D'Abord avec tout l'Monde! » est de plus en plus présent dans la région de Québec. C'est dû, en bonne partie, au dynamisme des membres du Mouvement qui s'impliquent avec cœur dans sa distribution. Ils sont une dizaine à participer : préparation des paquets; mise en sacs; identification; répartition selon les secteurs. Puis, c'est la distribution dans plus d'une centaine de lieux publics. Lise Luckenuick s'est entretenue avec 2 membres de l'équipe, question de vous donner un aperçu de leur motivation.

Même s'il ne parle pas beaucoup, Ronald Demers est un gars actif. Il aime jouer aux quilles, faire du vélo et de la marche. Pas surprenant qu'il ait tenu à participer à la distribution du journal. Mais au-delà de la marche, Ronald trouve une autre grande satisfaction dans son implication :



« Ça fait pas mal d'années que je suis membre du Mouvement, je sais plus au juste combien. Je m'implique dans le journal pour me tenir occupé. Quand je passe le journal, je suis ami avec tout l'monde. J'aime rendre service, aider les autres, j'aime m'impliquer dans le journal. Ça me permet de rencontrer du monde. »

« Je m'implique au Mouvement parce que c'est le Mouvement qui m'a aidé pis que c'est comme ça que je suis devenu autonome. »

« Au Mouvement je me suis impliqué dans le C.A. Être sur le C.A, ça m'a permis de

défendre mes droits. Je fais aussi la livraison des journaux. J'aime ça aussi être réceptionniste. Ça m'apprend à m'avancer beaucoup plus, à dialoguer avec les gens. Je me sens à l'aise là-dedans. J'aime ça rire, être heureux, à l'aise avec les gens, n'importe qui. »



« Le Mouvement, ça m'a appris plusieurs choses, à connaître plusieurs gens. M'impliquer, c'est une façon de défendre mes droits, ça ressemble à ça. Ça montre aux gens qu'on est capables de faire telle, telle, telle chose. Ça me motive. J'ai déjà participé à des manifestations. J'aimais ça mais ça me stressait au bout d'un certain temps. »



Pour Jacques Beudet, la distribution du journal n'est qu'une des nombreuses façons qu'il a de s'impliquer et surtout de faire ce qu'il aime le plus au monde : rendre service.

« Je m'implique au Mouvement parce que c'est le Mouvement qui m'a aidé pis que c'est comme ça que je suis devenu autonome. »

« Au Mouvement je me suis impliqué dans le C.A. Être sur le C.A, ça m'a permis de

À quelques reprises, Jacques a participé à des présentations de la trousse « Le Guide illustré pour exprimer mes besoins » devant des groupes d'étudiant(e)s :

« J'ai fait ça au Collège Mérici et à plusieurs autres endroits au Québec. Ça sert à montrer c'est quoi tes projets, tes besoins. Par exemple moi, un jour, j'aimerais ça vivre en appartement mais d'un autre côté, être tout seul, ce serait l'inquiétude. J'ai pris beaucoup de confiance en moi à parler

devant des étudiants. J'ai eu des félicitations des étudiants. Je leur parlais de mes loisirs, mes besoins... J'aime ça faire ça. Ça me tient occupé, ça me motive. Si j'avais pas ça, je serais malheureux. »



Malgré toutes ses implications au Mouvement, Jacques trouve du temps pour faire beaucoup, beaucoup d'autres choses (et encore là, il a oublié d'en mentionner quelques-unes)...

« Je fréquente aussi le Patro Roc Amadour. Je ramasse des canettes vides, pour ramasser des sous. Ça nous permet d'aller à différents endroits. Je joue aux quilles, je patine dans les arénas, j'aime faire de



la natation. J'ai déjà gagné des médailles dans la natation : ça m'a donné beaucoup plus confiance en ce que je fais. Ce que j'aime là-dedans, c'est d'aller à différents endroits. J'ai participé à des compétitions au Patro. Comme ma mère me disait : « Fonce, t'es capable » ».

« Ce qui m'a avancé aussi, je fais de l'entretien ménager au ROP-03. J'aime la propreté que ça sent le net. Je fais aussi de l'entretien ménager (stage) dans l'église St-Malo. J'en fais aussi au Mouvement. »

Jacques, on l'aura compris, est incapable de rester à ne rien faire. En peu de mots, il nous explique pourquoi :

« Plus je fais de choses, plus j'ai confiance en moi. Je fais beaucoup de bénévolat, je sais pas combien d'heures, mais j'en fais beaucoup. Ça change la philosophie des gens. »

Et lorsque Lise lui demande ce qu'il pourrait faire de plus pour « changer la philosophie des gens » il répond sans hésiter :

« C'est d'aider les personnes qui ont de la difficulté, les personnes âgées, les semi-voyants, les aveugles. »

de belles conséquences de l'existence de notre journal. Et c'est pas fini!

L'équipe de rédaction du journal « D'Abord avec tout l'monde! » regroupe plus de 12 membres du Mouvement. Chaque numéro nécessite 3 rencontres de l'équipe complète. Entre ces 3 étapes, les membres travaillent en petits comités sous la supervision de la personne-ressource à la rédaction.

Contenu et répartition des tâches

À la première réunion, les membres du comité y vont de leurs suggestions pour le contenu du prochain numéro, discutent des sujets qui sont proposés et des personnes qu'il faudrait interviewer. Selon les disponibilités de chacun et les entrevues à réaliser, on établit ensuite quels membres de l'équipe travailleront ensemble à la préparation des questions, qui réalisera les entrevues et qui prendra les photos.

Au travail!

Pendant que Lise Luckenuick s'attaque à son « Mot caché », Sylvie Giroux se penche sur

l'illustration à réaliser. Pour ce faire elle travaille en équipe avec Michel Aubut qui lui apporte ses suggestions. D'autres membres du comité préparent les questions qui seront posées aux différents intervenants



concernés par les sujets retenus. Enfin, le jour venu, la personne-ressource à la rédaction accompagne le ou la journaliste sur les lieux de l'entrevue. Celle-ci est enregistrée afin de s'assurer d'en faire un compte-rendu exact.

C'est la personne-ressource à la rédaction qui s'occupe de faire la retranscription (verbatim) des entrevues.

Deuxième rencontre

L'équipe se réunit pour faire le point. La personne-ressource soumet les textes rédigés à partir des retranscriptions et les photos retenues pour accompagner les articles. Quand le sujet s'y prête, les membres de l'équipe y vont de leurs opinions qui serviront à la rédaction de la chronique « Dans nos mots ». À la suite de cette rencontre, la personne-ressource apporte les dernières modifications et fait les corrections avant d'acheminer le tout à l'infographie.

Approbation

À la 3e étape, l'épreuve du journal est soumise à l'approbation du comité de rédaction qui fait ses suggestions pour les retouches finales qu'aura à faire l'infographe avant de l'envoyer à l'impression.

La version audio

C'est à partir de cette épreuve corrigée que Sylvie Gagné et Michel Déry enregistreront la version audio du journal dont on fera une quinzaine de copies (ou plus selon la demande) sur cassette.

Distribution

10 000 copies du journal sont imprimées. La moitié est distribuée dans une soixantaine de lieux publics par « Affiche-Tout ». Les autres 5 000 copies sont livrées au bureau du Mouvement, où une équipe prépare des paquets allant de 20 à 300 exemplaires qui sont identifiées et classés selon les secteurs de distribution. Une dizaine de membres partent ensuite faire la livraison dans près d'une centaine d'endroits. Une cinquantaine de copies sont aussi acheminées par la poste aux abonnés et aux collaborateurs qui ont participé au numéro.



Toutes les causes sociales sont aussi les nôtres

Les impressions de Sylvie Giroux recueillies par Michelle R.-Rousseau

Le 7 mai dernier, se tenait à Québec, la Marche mondiale des femmes soulignant l'arrivée dans nos murs de la Charte des femmes pour l'humanité. Sylvie Giroux était au nombre des 5 femmes du Mouvement qui y ont participé. Cet événement l'a marquée à un point tel que c'est presque sans reprendre son souffle qu'elle nous a livré ses impressions sur cette journée.



« Quelques semaines avant, on avait fait des pancartes pour se préparer. Moi, j'avais choisi la colombe pour montrer la paix et la solidarité! »

« En 2000, j'étais là, à la 1ère marche des femmes. Y avait eu pas mal de monde. 5 ans après, c'est très beau parce que ça a continué. Y a des choses qui ont changé pour les femmes mais y a encore du chemin à faire! »

« En attendant que la Charte arrive jusqu'à nous, tout l'monde ensemble on a chanté, on a dansé un peu, on a fait des dessins par terre avec des craies et on a eu ben du plaisir. »

« Dans la grande marche, y avait des femmes de plusieurs pays, des « tochtones », plein de couleurs, du soleil et de bonne humeur! Y avait aussi des hommes qui ont marché avec nous et des enfants. C'était très beau à voir. »

« Je suis très contente d'avoir été là et je vais m'en souvenir longtemps! Ça fait du bien

dans l'cœur pis c'est l'un de rencontrer plein de femmes et de parler ensemble. Arrivés au Parlement, ç'a été une grande fête et on a vu le beau morceau de courtepoinette du Québec qui a été ajouté à la grande courtepoinette mondiale. C'était quelque chose... »

« Je suis fière de nous-autres et je vais continuer de m'impliquer! Faut pas lâcher, on est capables! Pour finir, je vous dis « So so so solidarité avec les femmes du monde entier! » c'est mon bout de chanson préféré! »



Saviez-vous que?

Les membres du Mouvement Personne d'Abord ont pris position et fait entendre leurs voix dans d'importants dossiers touchant les femmes comme celui sur la stérilisation des femmes ayant une « déficience intellectuelle »

« J'ai été très chanceuse. Avec la gang on a tenu la Charte mondiale dans mes mains durant quelques secondes. C'était quelque chose et ça m'a beaucoup touchée dans les émotions. Plusieurs femmes de partout à travers le monde y avaient touché avant moi. La Charte, c'est un très grand bout de tissu où sont écrites les 5 valeurs : égalité, justice, liberté, paix et solidarité. »

Entraide et solidarité: des valeurs qui nous tiennent à coeur!

Propos recueillis et résumés par Michelle R.-Rousseau

Au groupe d'entraide, on est solidaire! On trouve ça c'est très important parce que ça rend le monde meilleur! Mais, comme personnes impliquées, ça nous apporte beaucoup de choses. Ça devient un peu comme une deuxième famille...

Quelques témoignages ...

« Être dans le groupe d'entraide, ça nous permet de se rencontrer, d'échanger et d'utiliser nos expériences pour s'aider ensemble! »

« C'est se regrouper pour être plus fort, pour se prendre en mains! »

« C'est le meilleur moyen pour briser la solitude et l'isolement! »

« L'entraide, ça nous permet de donner le meilleur de nous autres! »

« Dans les activités d'entraide, on apprend plein de choses et c'est l'un! »

Quelques réalisations...

• Cet été on a aidé un membre qui déménageait. On a fait du ménage pour préparer le nouvel appartement et on lui a donné un coup de mains pour son installation. Ça été une belle expérience! On a aidé quelqu'un pis en retour on s'est sentis utiles, appréciés! Ça fait du bien en dedans!

• Des membres ont déjà eu à vivre un deuil. C'est pas facile ça, c'est triste et on a été là pour écouter, pour lui dire de ne pas lâcher, qu'on était là... On a préparé des cartes avec des mots d'encouragement dedans. Dans ces moments-là faut pas être tout seul,

on a besoin des autres. C'est aussi ça le groupe d'entraide.

• Une fois, un membre avait besoin de quelqu'un pour garder son petit animal. On a fait appel aux personnes du groupe et tout de suite quelqu'un a accepté! C'est plaisant de savoir qu'on peut compter sur les autres:...

• Avec des étudiantes en TES, on a réalisé un jeu de Bingo des animaux. Après, on a été dans une classe de maternelle et on a aidé les enfants à jouer. On a eu du plaisir et c'était beau de voir les sourires des jeunes!





Bénévole de l'année



Une entrevue de Michel Déry et Lise Luckenuick; un résumé de Régent Lacroix



« J'aime tout ce que je fais comme bénévolat. Je suis une personne très souriante, serviable, très débrouillarde qui s'intéresse à tout... presque tout! » Celle qui parle ainsi, c'est Sylvie Gagné, la bénévole de l'année 2005 au Mouvement Personne d'Abord.

Nos journalistes Lise Luckenuick et Michel Déry ont voulu en savoir davantage sur celle que ses consoeurs et confrères du Mouvement ont élue à ce titre. C'est avec sa franchise habituelle que Sylvie s'est empressée de répondre à leurs questions, dont la première portait sur sa réaction lorsqu'elle a entendu son nom.

« J'ai été très émue, très enchantée d'être la bénévole de l'année... je ne pensais pas l'être parce qu'il y avait d'autre monde qui était plus avancé que moi en années au Mouvement; j'aurais pensé que ça aurait été plus tard. Je pensais que ce serait Cécile ou Pierre »

Comment as-tu connu le Mouvement et quel genre de bénévolat y fais-tu?

« Ça fait 3 ans que je suis au Mouvement. C'est Cécile qui m'en a parlé. Je suis allée avec elle, ça répondait à toutes mes attentes. Comme bénévolat au Mouvement, je suis dans le comité journal, le comité promotion, je fais la lecture du journal avec Michel Déry. »

Pourquoi as-tu choisi de venir au Mouvement?

« Le Mouvement c'est important pour moi parce qu'on me juge pas sur mes capacités; les gens qui sont ici comprennent ma situation pis vous autres aussi. Depuis que je viens ici, j'ai fait beaucoup de progrès. Je vais plus d'avant que ce que je faisais avant. Je suis contente de voir ce que j'ai accompli. »



En plus de ce qu'elle fait déjà comme bénévolat au Mouvement, Sylvie a posé sa candidature lors de l'élection du dernier C.A. du Mouvement. Non seulement a-t-elle été élue, mais en plus elle a été choisie comme vice-présidente. Nos journalistes ont voulu savoir quel rôle elle entendait jouer au sein du conseil d'administration.

« Mon rôle... je sais que je vais aider les gens. Y a aussi les choses qui doivent avancer comme le dossier des personnes en attente de services dans le réseau et plein d'autres affaires. »

En dehors du Mouvement il n'y a pas que le Mouvement dans la vie de Sylvie Gagné. Il lui reste encore un an à siéger au COSA (comité d'orientation, services aux adultes) au Centre de réadaptation en déficience intellectuelle de Québec. Et, comme tout l'monde, elle partage le principal de son temps entre travail et loisirs.

« Je travaille au CRDIQ... c'est pas un travail comme tel, c'est un stage que je fais depuis 11 ans. Là je suis en attente d'une insertion au travail »

avec ÉquiTravail. Au CRDI, je fais les paies, je déchiquette du papier, je fais de la mise sous enveloppe, etc... »

« Dans mes temps libre, je fais du vélo, je vais à la bibliothèque, je fais beaucoup de lecture, beaucoup de marche, je sors avec des amis, j'aime regarder la lutte à la télévision... y a des beaux hommes!!! »

Sylvie Gagné est également mère d'un garçon de 13 ans à qui elle ne cache pas sa situation, bien au contraire...

« On en a déjà parlé... Lui comme tel, ça le dérange pas parce qu'il me voit comme sa mère et non comme une personne « déficiente intellectuelle » ». »

Mais, malheureusement, à ses yeux, il n'en est pas toujours de même dans la société à



qui elle a tenu à livrer ce message en terminant l'entrevue :

« J'aimerais que la population retienne qu'on est pas des imbéciles. C'est pas à cause qu'on est « déficients intellectuels » qu'on est pas capables de faire des affaires comme les autres. Comme on dit souvent, les étiquettes c'est pas sur les personnes que ça va mais sur les pots! Certaines personnes vont peut-être réaliser ça. Mais d'autres comprennent pas parce qu'ils ont des préjugés envers nous-autres et ils veulent pas comprendre. »



Saviez-vous que?

Le titre de bénévole de l'année, qui est un prix de reconnaissance pour les membres du Mouvement, existe depuis 1992...

Plusieurs de nos membres font du bénévolat en dehors du Mouvement que ce soit pour Opération Nez Rouge, le Carnaval de Québec ou d'autres organisations.



Mot caché de Lise



Indice : Ce vers quoi nous tendons de plus en plus dans la société

P	A	R	T	E	N	A	I	R	E	S	P	A	D	R
A	C	T	I	O	N	O	U	V	E	A	U	A	O	R
R	O	T	M	R	S	O	C	I	A	L	E	P	S	E
T	L	E	P	E	R	S	O	N	N	E	I	P	S	P
A	L	R	L	N	I	S	O	I	C	L	R	I	R	
G	A	I	I	A	O	I	O	I	O	B	I	E	E	E
E	B	R	C	T	I	S	L	T	S	E	M	C	R	S
C	O	U	A	I	T	N	I	A	E	N	E	I	S	E
H	R	O	T	O	A	O	D	T	C	E	R	E	O	N
A	E	S	I	N	R	I	A	R	N	V	C	E	C	T
N	R	E	O	S	G	S	R	E	A	O	I	N	I	A
G	P	L	N	U	E	I	I	C	T	L	L	N	E	T
E	A	B	E	R	T	C	T	N	S	A	S	O	T	I
T	I	A	Z	O	N	E	E	O	N	T	N	D	E	O
E	N	T	R	A	I	D	E	C	I	T	O	Y	E	N

A
ACTION
APPRECIÉ

B
BÉNÉVOLAT

C
CITOYEN
COLLABORER
CONCERTATION

D
DÉCISIONS
DONNÉ
DOSSIERS

E
ÉCHANGE
ENTRAIDE

I
ILS
IMPLICATION
INSTANCES
INTÉGRATION

M
MERCİ
MILIEU

N
NEZ
NOUVEAU

P
PARTAGE
PARTENAIRES
PERSONNE

R
RELATIONS
REPRÉSENTATION

S
SOCIALE
SOCIÉTÉ
SOI
SOLIDARITÉ
SOURIRE
SUR

T
TABLES

réponse: PARTICIPATION



Rendez-vous

Nos Jeudi-Info 2005-2006

Au Centre Marchand

2740, 2^e Avenue

19 h 00 à 21 h 00

20 octobre 2005

La compensation équitable pour les personnes handicapées. M. Henri Bergeron (OHPQ).

17 novembre 2005

La Baratte, service d'aide alimentaire d'insertion à l'emploi et d'intégration sociale.

15 décembre 2005

La simplicité volontaire. M. Jacques Delorme nous donne des trucs pour éviter le superflu.

26 janvier 2006

Notre invité : M. Mario Beaulieu du Centre de prévention du suicide de Québec.

23 février 2006

Madame Martine Bruneault, travailleuse sociale au bureau du Curateur public.

23 mars 2006

Prendre sa santé en main. Notre invité : Le docteur Gilles Lapointe

20 avril 2006

Don d'organes. Notre invité : un représentant de Québec Transplant.

18 mai 2006

Notre invitée du Centre local d'emploi de Limoilou nous expliquera les nouveaux programmes d'emplois offerts.

15 juin 2006

Explications sur le protocole d'entente visant à favoriser l'accueil et le traitement des personnes vivant avec une « déficience intellectuelle » au sein du système judiciaire.

Bienvenue à tous!

LE BABILLARD À TOUT LE MONDE

Le 17 octobre 2005

Journée internationale pour l'élimination de la pauvreté et 24 heures de solidarité (activité de clôture de la Marche des femmes.

Nous serons là!

Les 24 et 27 octobre 2005

Présentation et conférence du Mouvement sur la participation sociale au Collège Mérici.

Nous serons là!

Dimanche, le 13 novembre 2005 entre 9 h 30 et 17 h 00

Journée portes ouvertes au Palais de Justice

300, boulevard Jean-Lesage, dans le cadre des activités entourant le 40^e anniversaire du Ministère de la Justice du Québec (1965-2005).

Nous serons là!

Les 18 et 19 novembre 2005

Heureux qui communique!

Colloque de l'institut québécois de la déficience intellectuelle

Hôtel Delta à Trois-Rivières.

18 novembre :

Conférence du Mouvement

« Une photo vaut mille mots »

Présentation de la trousse

« Guide illustré pour exprimer mes besoins »

Pour infos et inscription :

Yolande Thibodeau (IQDI) : (514) 725-2387

Nous serons là!



Merci

à tous nos partenaires restaurateurs et autres qui, en utilisant nos napperons, ont permis de faire de la Journée provinciale des Mouvements Personne d'Abord un immense succès.



Petites annonces

Vous avez une annonce à faire paraître, un événement à promouvoir
Téléphone & Télécopieur : 524-2404
Courriel : mpdaqm@globetrotter.net

La trousse

« Le Guide illustré pour exprimer mes besoins »

Incluant :

- 5 cahiers illustrés sur 5 thèmes majeurs
- 945 cartes-photos (5 boîtes)
- 5 grandes fiches
- 5 tablettes des listes des cartes-photos numérotées
- 1 vidéocassette de 30 minutes
- 1 boîte de transport

- Mon moi
- Milieu de vie
- Apprentissages
- Travail et implications sociales
- Loisirs et temps libres



Calendrier 2005-2006
Gratuit!



Calendrier 2005-2006

Le journal
« D'Abord avec tout l'Monde! »
5 numéros/année

Nos publications

Dépliant explicatif et liste des prix disponibles à nos bureaux

La revue « Le plan de services, c'est d'Abord à moi! Moi j'ai mon guide! »
64 pages et audiocassette



Série télévisée
« D'Abord avec tout l'monde! »
Coffret de 4 cassettes



ABONNEMENT

Nom : _____

Organisme/Établissement : _____

Adresse : _____

Ville : _____

Code Postal : _____ Téléphone : _____

Abonnement de soutien au journal (5 numéros) / an

☐ x 7.00\$ (membre des Mouvements Personne d'Abord) _____ \$

☐ x 8.00\$ (non-membre) _____ \$

Incluant frais de poste et manutention au Canada.

Date : _____

☐ Payé par chèque ☐ Argent Total : _____ \$

Faire chèque à l'ordre du : Mouvement Personne d'Abord du Québec Métropolitain.