



ASSOCIATION DES PERSONNES HANDICAPÉES VISUELLES
DE L'ESTRIE

Le Nouveau Regard

LE JOURNAL DES MEMBRES DE L'APHVE
Édition Hiver 2020

*Un très joyeux Noël
et une*



2020



1021 rue Belvédère Sud, Sherbrooke (Québec) J1H 4C6

Téléphone: 819-566-4848 Télécopieur: 819-566-5913

✉ Courriel: aphve@cooptel.qc.ca

Site Web: www.aphve.com

SOMMAIRE

SOMMAIRE	2
LE MOT DU PRÉSIDENT ET NOUVELLES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION	3
2020 - L'APHVE DÉMÉNAGE	4
CAFÉS-INFOS	5
SUIVI CAFÉS-INFOS 2019	6
SEMAINE DE LA CANNE BLANCHE 2020	6
LE JOURNAL NOUVEAU REGARD PREND UN VIRAGE TECHNO!	7
CHIEN D'ASSISANCE, ENCORE DE LA SENSIBILISATION À FAIRE!	9
REVUE DE LITTÉRATURE: LA PERTE VISUELLE CHEZ LA PERSONNE ÂGÉE	12
UNE EXPÉRIENCE MUSÉALE HORS DU COMMUN	16
UNE PREMIÈRE ESCRIMEUSE NON-VOYANTE À LA CONQUÊTE D'UN PODIUM	17
CARICATURE: UN GUIDE 2.0	19
ACTIVITÉS CULTURELLES EN ESTRIE	20
BON ANNIVERSAIRE	23
BABILLARD	24

Recherche, rédaction et mise en page :
Thérèse Côté

Dépôt légal, 1e trimestre 2020

Édition hiver

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

LE MOT DU PRÉSIDENT ET NOUVELLES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Par Jean-Paul Turgeon, président

Bonjour à vous tous, lecteurs du Journal Nouveau Regard. C'est toujours avec le même plaisir que nous prenons la liberté de nous inviter chez vous pour vous donner de nos nouvelles.

Depuis notre dernière Assemblée Générale du mois de septembre, l'APHVE s'est dotée d'un conseil d'administration quelque peu transformé. Il est maintenant composé de Jean-Marie Laperle, vice-président, Daniel Joly, trésorier, Stéphanie Hamelin, secrétaire, René Jr Gervais, André Bourgoïn et Bertrand Nadeau administrateurs ainsi que d'un nouveau président.

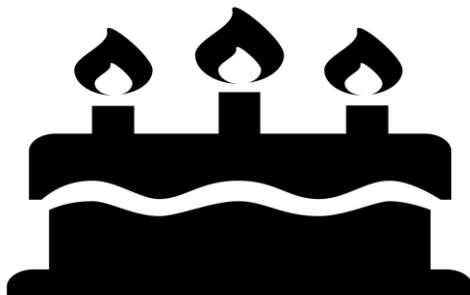
Notre coordonnatrice, Thérèse Côté, se fait encore les dents sur plein de tâches statutaires nouvelles pour elle à travers lesquelles nous trouvons le moyen de lui en trouver d'autres (projet d'ordre municipal auquel nous voulons participer, déménagement de nos locaux, etc., etc.).

Le projet municipal qui nous intéresse est le *Programme d'action communautaire et du développement des communautés* appelé PAC-DC grâce auquel nous aimerions pouvoir sortir les occupants atteints de problèmes visuels de résidences situées sur le territoire de la ville de Sherbrooke de l'isolement auquel ils sont souvent confrontés. Le projet a été soumis et nous attendons maintenant confirmation de l'acceptation de notre projet suite au processus de sélection réalisé par le conseil de ville de Sherbrooke.

Quant à notre déménagement, dont vous avez déjà entendu parler, le nouvel immeuble du 1021 rue Belvédère sud devrait nous être livré à la mi-décembre. Nous avons bien hâte d'y emménager mais d'ici là il faut organiser le déménagement! Quoi garder, quoi jeter, quoi déménager, quoi sacrifier; pas facile après tant d'années au même endroit à accumuler les choses tant qu'il y avait de l'espace. Ce n'est pas que nos nouveaux locaux sont plus petits mais cela ne sert à rien de tout apporter. Notre prochaine parution vous parviendra d'ailleurs de la nouvelle adresse.

D'ici-là, mes collègues se joignent à moi pour vous souhaiter un très Joyeux Noël suivi d'une année 2020 remplie de joies, de bonheur et, surtout, de santé. Nous espérons vous garder longtemps avec nous

Jean-Paul Turgeon, président
Pour le conseil d'administration



2020

L'APHVE DÉMÉNAGE

À compter de **janvier 2020**, l'APHVE s'installe dans ses nouveaux bureaux situés au :

1021 rue Belvédère Sud, Sherbrooke, J1H 4C6

Notre numéro de téléphone demeure le : **819-566-4848**

Notre adresse courriel demeure : aphve@cooptel.qc.ca

Notre site internet : www.aphve.com

CAFÉS-INFOS

HORAIRE HIVER ET PRINTEMPS 2020

PRENEZ NOTE QUE NOS CONFÉRENCE VONT AVOIR LIEU À
NOS NOUVEAUX LOCAUX AU:
1021 RUE BELVÉDÈRE SUD - DE 13H15 À 15H15

- 20 janvier :** **Louis Lavoie**, narrateur et personnificateur, nous amènera sur les traces de personnages célèbres!
- 3 février :** Conférence Semaine Canne blanche (sujet à venir) cette conférence sera ouverte au public.
- 17 février:** **Michel Cyr**, du Centre de Réadaptation Estrie,
Recension des outils d'aide aux personnes handicapées visuelles.
- 2 mars :** **Charlene Pétrin**, Réseau Ami de Sherbrooke
- 16 mars :** **Bouba Slim** – Ami-Télé
Présentation des services d'Ami-Télé
- 30 mars :** *Sujet à venir*
- 6 avril :** **Christiane Chicoine**, Service Canada
Présentation des services de Service Canada.
- 20 avril :** *Sujet à venir*
- 4 mai :** *Sujet à venir*
- 18 mai :** **Dîner** et *sujet à venir.*

SUIVI CAFÉS-INFOS 2019

Observation Oiseaux : Ressources additionnelles transmises par Camille Dufresne, conférencière du café-info du 21 octobre.

Voici deux CD bien faits et intéressants sur les chants des animaux et des oiseaux.

Ils sont encore disponibles chez Nature Expert à Montréal et par commande en ligne.

- **Voici les oiseaux de nos jardins**

Avec 51 espèces d'oiseaux, 68 minutes d'enregistrement et un petit guide de 44 pages

https://nature-expert.ca/fr/Librairie-CDs-DVDs/CD-DVD?product_id=303

- **Les sons de nos forêts**

Avec chants de mammifères, insectes, batraciens et oiseaux.

https://nature-expert.ca/index.php?route=product/product&product_id=262

SEMAINE DE LA CANNE BLANCHE

HORAIRE DU 2 AU 8 FÉVRIER 2020

A mettre à votre agenda:

Café Info : 3 février

Souper dans le noir : 7 février

L'APHVE profitera de la Semaine de la Canne Blanche pour inviter le public à visiter nos nouveaux bureaux.

Plus d'information à venir!

LE JOURNAL NOUVEAU REGARD PREND UN VIRAGE TECHNO!

Daniel Joly, trésorier

Comme plusieurs d'entre vous l'ont sûrement remarqué le format audio du journal **Nouveau Regard** a changé depuis sa dernière parution. En effet grâce aux recherches effectuées par M. Jean-Marie Laperle et moi-même nous avons produit le journal avec une voix de synthèse.

M. Laperle a recherché sur l'internet pour trouver une solution à l'enregistrement du journal en format audio. Les problèmes que nous avons pour produire le journal étaient nombreux. Que ce soit le bruit de fond, le passage de voitures, de camions, etc., les grandes variations de volume du son, l'utilisation d'un logiciel compliqué, la nécessité d'utiliser l'ordinateur de la coordonnatrice et bien entendu le temps énorme que représentait les reprises d'enregistrements détériorés par un bruit ambiant ou une interruption impromptue.

Après toutes ses recherches M. Laperle a mis la main, si je puis dire, sur un petit bijou de logiciel appelé Balabolka, (moulin à parole). Ce logiciel d'origine russe effectue une lecture d'un document texte et le converti en format audio. Nous utilisons aussi un logiciel de synthèse vocal du groupe Acapella, logiciel qui s'occupe de prononcer les syllabes produites par Balabolka. La voix que nous avons sélectionnée se nomme **Manon**. Cette voix est riche et étonnamment réaliste. Nous sommes bien loin des voix de synthèse des films de science-fiction des années 70.

L'action combinée de Balabolka et de Manon nous offre une lecture fluide et compréhensible. Le problème que l'on rencontre souvent avec les voix de synthèse est qu'elles prononcent mal certains mots. Ce sont souvent les abréviations, les mots ou noms en anglais, etc. Il arrive aussi que le tempo varie, comme dans les listes d'énumérations. La voix de Manon a certains de ces défauts mais en éditant un peu le texte, il devient possible de corriger la plupart de ces problèmes.

L'avantage que nous offre Balabolka sur certains autres logiciels qui effectue la lecture de textes en format audio, est que Balabolka nous permet d'enregistrer le résultat de la lecture dans un fichier audio, soit

en format correspondant à celui d'un CD ou en format mp3 qui est plus compact.

Après avoir écouté un échantillon de la voix de Manon, le CA de l'APHVE a pris la décision d'effectuer un premier test avec certains articles du journal. C'est à ce moment que j'entre en jeu. Après quelques essais et erreurs je suis parvenu à un résultat intéressant.

Au début nous ne devions inclure dans le journal audio que quelques articles avec la voix de Manon. Mais comme le journal d'automne en format audio n'était pas terminé avec une voix humaine et que personne ne connaissait le logiciel d'édition de son, le CA a décidé de produire le journal en entier avec la voix de synthèse de Manon. La production des premiers articles du journal a été assez longue; mais après que j'ai eu trouvé la plupart des endroits où la prononciation était erronée la production des articles suivants fut plus rapide. On note, dans la version finale du journal, quelques erreurs de prononciation, surtout dans l'article où l'on retrouve un grand nombre de terme technique. Croyez-moi, même la version écrite était difficile à lire.

J'espère que vous avez apprécié la lecture du journal en format audio. Pour ceux qui reçoivent ce journal par courriel ou en format écrit et qui sont curieux d'entendre à quoi ressemble la version audio, je vous rappelle que ce journal (hiver 2020) et celui de l'automne 2019 sont disponibles sur notre site internet. En passant prenez aussi note que notre site a été mis à jour récemment et devrait être à jour dorénavant. L'adresse de notre site est : www.aphve.com . Vous trouverez le journal dans le menu **Journal Nouveau Regard**. Vous y trouverez aussi d'anciens numéros ainsi que la version PDF du journal.

Bonne lecture!



CHIEN D'ASSISTANCE, ENCORE DE LA SENSIBILISATION À FAIRE!

Source : Article paru dans **Express-O**. Cyber bulletin officiel de l'Office des personnes handicapées du Québec. Volume 13-numéro 6-décembre 2019.

Au cours des dernières semaines, il fut question dans l'actualité de situations où des personnes handicapées se sont fait refuser l'accès à un lieu public, à un bâtiment ou encore un emploi, en raison de la présence de leur chien d'assistance. Or, comme *Express-O* l'a déjà mentionné dans de précédents articles, refuser la présence d'un chien-guide ou d'un chien d'assistance dans un lieu public, et même dans certains lieux d'habitation, est un acte de discrimination formellement interdit par la *Charte des droits et libertés de la personne (Charte)*, sauf dans de très rares cas où cela constitue une contrainte excessive.

Il faut rappeler à ce sujet que l'article 10 de la *Charte* stipule que toute personne a droit à la reconnaissance et à l'exercice, en pleine égalité, des droits et libertés de la personne, sans distinction, exclusion ou préférence fondée, entre autres, sur le handicap ou l'utilisation d'un moyen pour pallier ce handicap. Les chiens d'assistance et les chiens-guides sont justement reconnus comme l'un des moyens pour pallier à un handicap. Ainsi, la personne accompagnée d'un chien-guide ou un chien d'assistance a le droit d'avoir accès, au même titre que les autres citoyennes et citoyens, aux :

- lieux publics, comme les commerces, les restaurants et les hôtels;
- transports en commun et taxis;
- lieux de travail;
- lieux de loisirs, comme les cinémas et les centres sportifs.

Elle a le droit d'y obtenir les biens ou les services offerts au public, et ce, sans frais supplémentaire ou contrainte d'accessibilité.

Chien-guide et chien d'assistance : quelle différence?

Le chien-guide est considéré comme une « aide technique » qui permet à une personne ayant une incapacité visuelle de l'aider au niveau de l'orientation et de la mobilité.

Le chien d'assistance permet d'accroître l'autonomie de la personne qui a une incapacité motrice, sensorielle ou liée à un trouble du spectre de l'autisme. Il l'aide notamment à se déplacer et à prendre ou saisir des objets. Il peut alerter les personnes sourdes ou malentendantes des signaux sonores et aider à la socialisation des enfants ayant un trouble du spectre de l'autisme.

Interdire l'accès à une personne handicapée à cause de son chien d'assistance n'est donc pas permis. « Il faut poursuivre la sensibilisation sur l'importance des chiens d'assistance et des chiens-guides qui soutiennent la participation sociale de nombreuses personnes handicapées », a souligné à ce sujet le président du conseil d'administration de l'Office, monsieur Martin Trépanier.

« Sans eux, plusieurs personnes seraient confinées chez elles, ne pouvant se déplacer librement, s'orienter ou entrer en relation avec d'autres personnes. Les chiens d'assistance et les chiens-guides sont formés spécifiquement pour accompagner les personnes handicapées. Il n'y a pas lieu de s'inquiéter de leur présence dans un lieu public, dans une école ou sur un lieu de travail ».

Quant à la question de la contrainte excessive que pourrait représenter la présence d'un chien d'assistance dans un lieu public, la jurisprudence apporte des précisions à ce sujet. Il faut pouvoir accommoder les personnes handicapées, en considérant qu'un chien d'assistance est indissociable de son maître. En présence d'une contrainte, il faut rechercher en premier lieu des solutions, en tenant compte des contextes et des circonstances. Puisque chaque situation est d'abord d'ordre individuel, il faut ainsi évaluer les possibilités d'accommodement et travailler avec les parties concernées à la recherche de solutions acceptables pour tous. Il faut aussi ajuster les mesures retenues au regard de l'évolution de la situation ou des besoins de la personne.

Reconnaître l'utilisation d'un chien-guide ou d'un chien d'assistance revient donc à favoriser la participation sociale des personnes handicapées, dans le respect de leurs droits, sans discrimination.

À retenir

Une simple contrainte n'est pas une contrainte excessive. On évalue la contrainte excessive au cas par cas en tenant compte, entre autres, des répercussions de l'accommodement sur les coûts, l'organisation du travail, la sécurité et les droits d'autrui. Dans certains cas, la demande initiale peut causer une contrainte excessive, mais il faut quand même chercher une alternative qui répondra le plus possible aux besoins de la personne handicapée utilisant un chien-guide ou un chien d'assistance.

Pour en savoir plus, nous vous invitons à consulter le dépliant produit par la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (CDPDJ) intitulé Le chien d'assistance et le chien-guide au service des personnes en situation de handicap ainsi que le guide d'accompagnement Traitement d'une demande d'accommodement, également produit par la CDPDJ.



REVUE DE LITTÉRATURE: LA PERTE VISUELLE CHEZ LES PERSONNES ÂGÉES

Présentée dans le cadre du cours **TRS756 Recherches qualitatives**
à la maîtrise en travail social à l'Université de Sherbrooke.

Par Stéphanie Hamelin, étudiante en travail social

De nombreux auteurs se sont intéressés à l'adaptation face à la perte visuelle chez les personnes âgées. Plusieurs thèmes ressortent de ces écrits soit 1) le processus d'adaptation; 2) la limitation à la participation; 3) Les attitudes psychologiques; 4) Le réseau social et 5) Les services de réadaptation et les aides techniques

Le processus d'adaptation

L'adaptation est essentielle lorsqu'un grand choc survient. Le modèle Kübler-Ross portant sur le deuil permet de bien comprendre le processus d'adaptation par lequel les individus doivent passer suite à une perte majeure. Dans le cas de la perte visuelle, le choc est assez grand pour créer un deuil. Les étapes proposées sont le déni, la colère, la négociation, la dépression et l'acceptation. Les trois phases qui sont bien documentées dans les écrits en rapport à la déficience visuelle sont le déni, la dépression et l'acceptation.

Tout d'abord, le déni est un mécanisme de défense dans lequel la personne refuse d'admettre ce qui lui arrive. Il constitue une barrière importante à la réadaptation et survient souvent juste après la perte. Cependant, le déni peut se maintenir dans le temps, surtout si la personne est confrontée à des obstacles tels que l'attitude négative des autres ou le changement de plans concernant la retraite qui n'est plus adaptée suite à la perte.

Ensuite, la dépression est associée à la tristesse, les regrets, la peur et l'incertitude. Plusieurs auteurs mentionnent que la dépression serait de deux à cinq fois plus élevées chez les gens vivant une perte de vision.

Une étude américaine démontre que l'acceptation de la perte visuelle est associée à moins de symptômes dépressifs. En fait, plus le niveau

de dissonance d'un individu est grand, plus les symptômes seront nombreux. Enfin, la perte de vision est associée à plus de symptômes dépressifs dans les trois premières années et à une plus grande acceptation deux ans après la perte.

Enfin, l'acceptation survient lorsque l'individu reconnaît la perte et émet des comportements de compensation (stratégies de coping) pour apprendre à vivre avec le handicap. Elle est liée à un plus grand bien-être psychologique.

La limitation à la participation

Les auteurs utilisent généralement la conceptualisation de la participation proposée dans le modèle du processus de production du handicap pour faire leur recherche. Selon ce modèle, la participation se divise en deux axes soit : les activités de la vie quotidienne (AVQ) et les rôles sociaux. Des résultats indiquent que les personnes âgées subissant une perte de vision participent moins que leurs pairs voyants. En effet, au niveau des AVQ, ils auraient plus de difficulté en ce qui concerne la nutrition, la communication et la mobilité tandis qu'au niveau des rôles sociaux, les responsabilités, la vie en communauté et les loisirs seraient des domaines où ils participent nettement moins du fait de leur handicap. Pour appuyer ceci, des chercheurs expliquent qu'il est plus difficile d'accomplir les AVQ lorsque survient une perte de vision puisque la capacité de lire, d'écrire et de reconnaître les visages est affectée. De même, l'individu doit cesser de conduire ce qui entraîne une difficulté au niveau de la mobilité. Tout cela peut conduire à l'isolement social de ces gens ce qui constitue un obstacle à l'acceptation du handicap. Enfin, des chercheurs ont montré que la limitation dans les activités augmente les symptômes dépressifs et diminue la satisfaction de vie.

Attitudes psychologiques

Les réactions individuelles à la perte visuelle peuvent être des facilitateurs ou des obstacles de taille à la bonne résolution du processus d'adaptation. Une recherche qualitative menée par Weber et Wong indique que l'espoir face à l'avenir, la confiance en soi, l'optimisme et la foi religieuse permettent une meilleure acceptation.

De plus, la volonté de compenser en apprenant de nouvelles façons de faire les choses indique un plus grand niveau d'acceptation puisque la personne est ouverte et arrive à maintenir une certaine indépendance. D'un autre côté, les affects négatifs sont fréquemment exprimés chez les participants. Ces affects comprennent le blâme, la frustration, la peur et la tentative de maintenir d'anciennes activités. De même, le sentiment d'efficacité personnelle est altéré lors d'une perte de vision puisque la personne sent qu'elle perd le contrôle sur sa vie et du même coup son indépendance. Enfin, la plupart vont être réfractaires à demander de l'aide et vont tenter de se débrouiller seuls afin de conserver leur indépendance le plus longtemps possible.

Le réseau social

L'intégration et le support social influenceraient positivement la qualité de vie et réduiraient les symptômes dépressifs. Selon certains chercheurs, la famille et les amis sont une source importante de support social puisqu'ils sont déjà présents au moment de la perte. Ils indiquent également que les pairs peuvent offrir un soutien non négligeable puisqu'ils vivent une situation semblable. Une autre recherche indique que le fait d'offrir du soutien affectif à sa famille et ses amis augmente également la satisfaction de vie.

Toutefois, il est à noter que 56 % des personnes âgées vivant une perte visuelle vivraient de la solitude ce qui conduirait à plus de dépression, à une moins bonne adaptation, à la perte et à moins de support social. Des stéréotypes sociaux liés à la déficience visuelle ainsi que la pitié et la sympathie trop marquée peuvent nuire au processus d'adaptation. Cela peut perturber les relations interpersonnelles et conduire à la dépression.

Les services de réadaptation et les aides techniques

La réadaptation permettrait de réduire le risque de dépression en aidant à maintenir ou à regagner un certain degré d'indépendance du fonctionnement et de maximiser le sens de l'auto-efficacité. Une étude démontre qu'une faible utilisation des services de réadaptation serait corrélée avec plus de symptômes dépressifs, ce qui démontre

l'importance de tels services. Plus précisément, la recherche menée par Horowitz et ses collaborateurs indique que les services psychosociaux, la clinique de vision et le fait que les participants utilisent une aide optique contribuent à réduire les symptômes de dépression. De même, l'utilisation d'aides techniques augmenterait la satisfaction de vie, mais ne diminuerait pas le nombre de symptômes dépressifs.

Toutefois, une recherche démontre que la majorité des individus vivant une perte visuelle ont tendance à utiliser des ressources personnelles pour s'adapter plutôt que de rechercher du support formel de professionnels. Pour appuyer ceci, une étude rapporte que moins de 20 % des adultes utiliseraient les services de réadaptation.

Conclusion

Pour conclure, les recherches effectuées sur les personnes âgées vivant une perte de vision sont nombreuses. La plupart d'entre elles s'intéressent au processus d'adaptation menant à l'acceptation. Le modèle Kübler-Ross explique bien ce processus puisqu'il intègre le déni, la dépression et l'acceptation. Les recherches sur le sujet tentent de dégager ce qui facilite et ce qui nuit au processus. La participation aux AVQ et aux rôles sociaux, des attitudes psychologiques positives, un réseau social adéquat ainsi que l'utilisation des services de réadaptations et des aides techniques aideraient à traverser ce deuil plus aisément. Néanmoins, peu de recherches s'intéressent à la perception subjective des individus puisque la plupart des méthodes utilisées sont quantitatives.



UNE EXPÉRIENCE MUSÉALE HORS DU COMMUN EN GRÈCE

Source : La Presse +, Édition du 4 décembre 2019, Section ARTS ET
ETRE, écran 16

Qui a dit que les plus grandes sculptures du monde ne pouvaient pas
être appréciées par les non-voyants ?

Le Musée tactile pour aveugles d'Athènes a décidé de permettre à ses
clients aveugles de toucher aux œuvres.

Ces œuvres sont des copies exactes des sculptures originales.

On y retrouve notamment la célèbre *Vénus de Milo*, sur cette photo.

Les visiteurs peuvent donc apprécier à leur façon une partie de
l'histoire de la Grèce ancienne.

Les personnes qui n'ont pas de problèmes de vision peuvent tout de
même accéder au lieu, mais on leur propose de porter un masque sur
les yeux afin de vivre cette expérience hors de l'ordinaire.



UNE PREMIÈRE ESCRIMEUSE NON-VOYANTE À LA CONQUÊTE D'UN PODIUM

Par Marion Bérubé

Publié le 10 novembre 2019, sur ici Radio Canada

<https://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1384201/sport-escrime-non-voyant-france-stephanie-hamelin>

Stéphanie Hamelin veut atteindre sa cible. La première escrimeuse non-voyante de Sherbrooke prendra part à une compétition internationale en France en février prochain. La jeune femme de 27 ans a déjà un autre espoir en tête : la reconnaissance de son sport comme discipline paralympique.

Questionnée sur ses objectifs pour sa première compétition, Stéphanie Hamelin a un seul but en tête : le podium! lance-t-elle en riant. Une idée pas si folle pour celle qui a été initiée à l'escrime il y a seulement deux ans, grâce à son conjoint. Le directeur du club a introduit l'escrime pour non-voyant au Québec et mon conjoint m'en a parlé. J'étais intéressée puisque j'aime toujours faire des nouvelles choses. Avec le temps j'ai réalisé que je m'améliorais à chaque entraînement et que j'aimais ça de plus en plus, confie-t-elle.

«Même si on est non-voyant on peut faire plein de choses. Ce n'est pas le fait d'être aveugle qui nous arrête. Ça a toujours été une mission pour moi de montrer aux voyants qu'ils n'ont pas à nous sous-estimer. »

Sur un terrain de 14 mètres par 1 mètre, l'escrimeur non-voyant devra d'abord toucher la lame de l'adversaire avant de pouvoir l'atteindre. «C'est pour l'avertir qu'on s'en vient, sinon ce serait trop facile, on aurait juste à le toucher et l'autre ne pourrait pas se défendre. Il y a beaucoup de stratégie» complète l'athlète.

«C'est sûr que c'est un très gros défi et c'est pourquoi les règles sont un petit peu adaptées, mais reste que Stéphanie a réellement un don

pour ce genre de sport. Elle a aussi déjà fait du ski alpin, du ski nautique, elle n'est pas arrêtable. C'est beau de la voir aller», lance son conjoint William Charest-Bernard, qui est également son entraîneur.

Les Jeux paralympiques dans la mire

L'étudiante à la maîtrise en travail social à l'Université de Sherbrooke aura tout de même plusieurs étapes à franchir avant la consécration mondiale. La Sherbrookoise d'adoption se mesurera d'abord à ses semblables en février prochain lors d'une compétition en France.

« C'est ma première compétition contre des non-voyants, parce qu'au Canada je suis la seule personne non-voyante qui fait de l'escrime. Pour l'instant je me bats contre des gens qui voient et qui mettent un bandeau sur leurs yeux,» révèle l'escrimeuse.

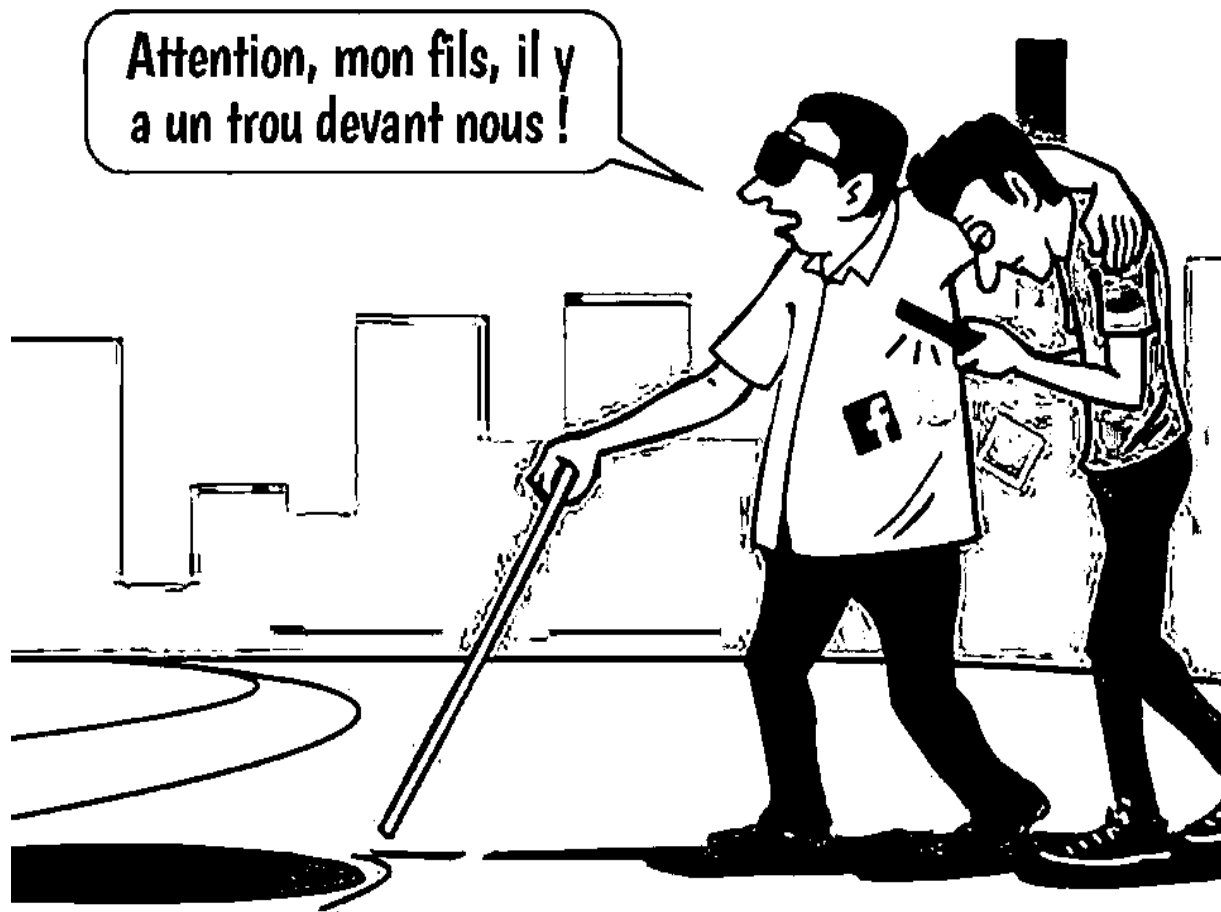
«Ça me stresse parce que je suis une personne très compétitive et j'aime ça gagner, mais en même temps j'ai hâte de connaître d'autres personnes qui pratiquent ce sport et je vais pouvoir voir mon niveau,» renchérit-elle

«Ce sera également un premier pas vers l'ajout de la discipline aux Jeux paralympiques. Le fait d'aller en France cette année va permettre de pousser les choses pour que ce soit un sport paralympique en 2024, vu que le pays organise les Olympiques cette année-là,» mentionne Stéphanie Hamelin.

«On veut montrer aux gens que les sports paralympiques sont fantastiques. On voit Stéphanie se battre et s'en est devenu un rêve, si on a l'opportunité de le faire on va y aller à 100 milles à l'heure. »

William Charest-Bernard, conjoint et entraîneur de Stéphanie Hamelin. La jeune femme souhaite aussi que son aventure dans l'Hexagone en inspire plus d'un. «C'est certain que j'aimerais vraiment avoir d'autres adversaires non-voyants pour mettre plus de challenge».

CARICATURE ; UN GUIDE 2.0



ACTIVITÉS CULTURELLES EN ESTRIE

Centre culturel de l'Université de Sherbrooke

Salle Maurice O'Bready
(Tel: 819-820-1000)

JANVIER

- 9 Maxim Martin, Fuckoff (Humour)
- 10 Julien Lacroix (Humour)
- 11 Marc Dupré et ses invités (Chanson)
- 16 Franconostalgie (Chanson)
- 17 Les Denis Drolet (Humour)
- 18 Marie Mai (Chanson)
- 19 Ecole de musique de l'Université de Sherbrooke (Musique)
- 22 Petit théâtre du Nord (Théâtre)
- 23 Jean François Mercier, En cachette (Humour)
- 24 Laurent Paquin, Déplaire (Humour)

FÉVRIER

- 4 Des Souris et Des Hommes, Duceppe (Théâtre)
- 5 Guillaume Wagner, Du cœur au ventre (Humour)
- 6 Rosalie Vaillancourt, Enfant roi (Humour)
- 7 Dominic et Martin, Juste Dominic et Martin (Humour)
- 8 Robby Johnson (Chanson)
- 11 Festival du Film de montagne (Cinéma)
- 16 Orchestre Symphonique, Plaisirs coupables : ballet (Musique)
- 18 La détresse et l'enchantement, création des Trois Trist...(Théâtre)
- 19 Taïwan, l'île aux Miracles, les Grands Explorateurs

MARS

- 3 Alain Choquette, La mémoire du temps (Variété)
 - 4 Garçon!, Productions Jean- Bernard (Théâtre)
 - 5 Louis-José Houde, Préfère novembre (Humour)
 - 6 Virginie Fortin, Du bruit dans le cosmos (Humour)
 - 7 Nouvelle-Zélande, Les Grands Explorateurs (Cinéma)
 - 11 Machine de cirque, La Galerie (Variété)
 - 12 Matt Dusk, Sinatra avec Matt Dusk (Chanson)
 - 12 Natasha Kanapé, Nui Pimuten, je veux marcher (Chanson)
 - 13 Korine Côté, Gros Plan (Humour)
 - 13 Katherine Levac, Velours (Humour)
 - 14 Orchestre Symphonique, Kerson Leons jour Sibelius.
-



Théâtre Granada
(Gratuité à l'accompagnateur)
Tél: 819-565-5656
theatregranada.com/programmation

JANVIER

- 17 Mélanie Ghanimé (20h)
- 25 Kashmir - Hommage à Led Zeppelin (20h)
- 31 Philippe-Audrey Larrue St-Jacques (20h)

FÉVRIER

- 1 Rétrospective Harmonium, Premier Ciel (20h)
- 8 Émile Bilodeau (20h)
- 14 Keven Parent (20h)
- 15 The Strumbellas (20h)
- 21 Prog Story (20h)
- 22 Alex Nevsky (20h)
- 28 Matt Holubowski (20h)
- 29 Comme je suis, 20 ans : Martin Deschamps et ses amis (20h)

MARS

- 7 La Chicane (20h)
- 12 Marie Pierre Arthur (20h)
- 14 Bleu Jeans Bleu (20h)
- 17 Le Neuro-Show 2.0 (20h)
- 19 Plume Latraverse : Séquelle et le retour du Trio Laid (20h)
- 20 Guillaume Pineault : Détour (20h)
- 21 Bears of Legend (20h)
- 26 Marc Dery (20h)
- 27 Kaïn: Je viens d'ici (20h)

BON ANNIVERSAIRE

JANVIER

- 4 Danielle Michaud
- 12 Sylvie Sévigny
- 23 Pierrette Ferrand

FÉVRIER

- 9 Gertrude Vallières
- 10 Hélène Dubois
- 10 Annie Quobion
- 13 Louise Simard
- 26 René Jr Gervais

MARS

- 9 Françoise L'Etoile
- 22 Rita Comeau-Chagnon
- 22 Sandra Turgeon
- 29 Jacqueline B. Pigeon



BABILLARD

FERMETURE DE NOS BUREAUX POUR LA PÉRIODE DES FÊTES

Veillez noter que nos bureaux seront fermés pour la période des fêtes du 20 décembre 2019 au 6 janvier 2020.

Nous vous souhaitons de Très Joyeuses Fêtes!



RAPPEL - RAPPEL - RAPPEL - RAPPEL CARTE CAL

SI VOUS AVEZ BESOIN D'ASSISTANCE POUR COMPLÉTER LE FORMULAIRE, APPELEZ NOUS À L'APHVE. NOUS POURRONS VOUS AIDER À LE COMPLÉTER.

info@aqlph.qc.ca

Téléphone
819 693-3339

Merci à nos partenaires financiers