

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

ParaTracks

Dans ce numéro :

~ Ron May, lauréat du prix d'excellence en 2013

~ Recherches en cours au Centre des sciences de la santé

~ Perspectives d'un aventurier en fauteuil roulant - Paul MacDonald

~ Jessica Kennedy relate la plus grande réussite de sa vie.

~ L'ACP rend hommage à Lucy DeLuca.

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, John Wallis, Kristine Cowley, Jan Brown

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

Pendant le mois de mars 2013 :

- De l'aide financière a été accordée à un membre de l'ACP pour l'achat d'un coussin fabriqué sur mesure, qui répondra à la fois à ses besoins en matière de protection de la peau et de facilité d'entretien et de nettoyage d'un coussin.

- De l'aide financière a été accordée à un membre de l'ACP pour l'aider à couvrir les frais de réparation de son fauteuil roulant électrique. Ces réparations lui permettront de demeurer autonome et de participer à des activités de la vie courante chez lui et dans sa communauté.

Pendant le mois de mai 2013 :

- De l'aide financière a été accordée pour une première année d'études à l'Université de Winnipeg à un membre de l'ACP, qui a l'intention de poursuivre par la suite un diplôme de baccalauréat ès arts. Ces études lui permettront à la fois de bénéficier d'un enseignement de qualité et d'interaction sociale et de développer une bonne estime de soi.

Pendant le mois de juillet 2013 :

- De l'aide financière a été accordée à un membre de l'ACP pour des modifications mineures à son fauteuil roulant. Ces modifications se sont avérées nécessaires pour accroître le confort et la sécurité de cette personne, afin qu'elle puisse continuer à demeurer autonome en utilisant son fauteuil roulant.
- De l'aide financière a été accordée à un membre de l'ACP vivant en milieu rural pour l'achat d'un scooter électrique. Ce membre habite dans une région au terrain accidenté et inégal. Le scooter lui permettra d'être davantage autosuffisant et autonome. Il pourra ainsi avoir accès à différents endroits de sa propriété et participer à des rencontres de famille et à des rassemblements communautaires.

Pendant le mois d'août 2013 :

- De l'aide financière a été accordée pour l'achat d'un coussin fabriqué sur mesure à un membre de l'ACP qui a subi plusieurs interventions chirurgicales pour des escarres. Ce coussin lui permettra de réduire le risque de développer d'autres escarres, ce qui nuirait à sa qualité de vie en diminuant son autonomie et empêchant sa pleine participation à la vie de la communauté.
- De l'aide financière a été accordée à un membre de l'ACP pour fréquenter le collège communautaire Red River afin d'accroître ses connaissances et ses compétences en tant que mécanicien de machinerie lourde, métier qu'il exerce à l'heure actuelle. L'obtention d'un certificat dans ce domaine lui permettra d'accroître ses possibilités d'emploi et, par conséquent, d'augmenter de beaucoup son revenu.

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.

LA MANITOBA WHEELCHAIR SPORTS ASSOCIATION

La Manitoba Wheelchair Sports Association (MWSA) est un organisme de bienfaisance à but non-lucratif. Elle vise à être reconnue comme une association forte et dynamique qui offre à ses

membres un large éventail de programmes sportifs. Elle s'engage à promouvoir la santé des Manitobains et Manitobaines qui ont une déficience physique en leur offrant l'occasion de s'adonner à un sport.

À cette fin, l'Association offre de nombreux programmes sportifs, tels que :

- le basketball en fauteuil roulant
- le rugby en fauteuil roulant
- le tennis en fauteuil roulant
- les sports juniors en fauteuil roulant

La MWSA a été fondée en 1962 avec l'aide de l'Association canadienne des paraplégiques, de l'hôpital de réadaptation du Manitoba et de la Society for Crippled Children and Adults. Elle était alors connue sous le nom de Monday Night Club. En 1969, le Club est devenu une organisation provinciale dotée de sa propre constitution. Aujourd'hui, elle comprend des membres de toutes les régions du Manitoba et constitue une association forte, active et autonome.

Pour obtenir des renseignements, entre autres, sur nos programmes, nos activités et nos cliniques, rendez-vous sur le site www.mwsa.ca, communiquez avec nous sur Facebook sous Manitoba Wheelchair Sports Association, ou communiquez avec le bureau de l'Association en composant le 204-925-5790 ou en écrivant à mwsa@sportmanitoba.ca.

Ron May, lauréat du prix d'excellence en 2013

C'est en 1965 que l'Association canadienne des paraplégiques (Manitoba) Inc. a remis pour la première fois son prix d'excellence. Ce prix permet à l'ACP de reconnaître publiquement et officiellement les réalisations et la contribution exceptionnelles d'organismes et de particuliers en faveur des personnes médullolésées. Le prix est décerné chaque année à l'occasion de l'assemblée générale annuelle de l'ACP. Le nom du récipiendaire est gravé, à côté de celui des récipiendaires antérieurs, sur une plaque permanente fièrement mise en évidence dans les bureaux de l'ACP.

Cette année, le prix d'excellence a été remis à M. Ron May par M. Ron Burky, directeur administratif de l'Association, à l'occasion de son assemblée générale annuelle qui s'est déroulée le 11 juin, pour *« son dévouement et son engagement envers les personnes médullolésées et les autres personnes handicapées, afin de les aider à devenir plus autonomes et autosuffisantes et à participer pleinement à la vie de la communauté »*.

Après avoir terminé ses études à l'Université du Manitoba, Ron May a été embauché par la Compagnie de la Baie d'Hudson en tant que directeur adjoint du service des ventes à crédit. Au cours des cinq années suivantes, Ron a développé une compréhension empathique de la situation de clients qui avaient de la difficulté à s'acquitter de leurs obligations financières, souvent en

raison de circonstances indépendantes de leur volonté. Il a su par la suite mettre à profit ces connaissances lorsqu'on lui a offert le poste de directeur de l'aide au revenu du district de Winnipeg Ouest au sein du gouvernement du Manitoba.

Ron est demeuré à l'emploi des Services à la famille depuis son embauche par le gouvernement provincial. Il est présentement directeur régional responsable des six programmes offerts par les Services à la famille dans les régions de St. James-Assiniboia et Assiniboine Sud. Le mois dernier, Ron a célébré 40 années au service du gouvernement et chaque matin il se dit heureux d'aller au travail.

Ron comprend bien les problèmes et les préoccupations propres aux membres de l'ACP. Le personnel de l'Association apprécie beaucoup sa disponibilité lorsqu'il a besoin de le consulter et l'attention qu'il porte rapidement aux problèmes qui lui sont soumis. Ron participe volontiers aux réunions d'équipe de l'ACP, afin de les informer de changements au Programme d'aide à l'emploi et au revenu ou d'en clarifier certains points. Ses activités de promotion des intérêts des membres de l'ACP et son mentorat de nouveaux superviseurs au sein du Programme sont exceptionnelles. Au fil des années, le personnel de l'ACP a été inspiré par la sollicitude de Ron et son désir de faire tout en son pouvoir pour s'assurer que l'intérêt supérieur des membres de l'ACP passe en premier.

Merci, Ron, pour ton mentorat exceptionnel auprès du personnel de l'Association et pour ta défense et ta promotion de la prestation de services aux personnes médullolésées.

Remise en état de logements sociaux

La Province finance la revitalisation de trois édifices à logement situés sur le chemin Béliveau

Le gouvernement du Manitoba a investi plus de 7 millions de dollars dans la rénovation de trois édifices à logements sociaux à Saint-Vital.

Les travaux comprennent des rénovations à l'intérieur et à l'extérieur de trois immeubles d'habitation sans ascenseur situés sur le chemin Béliveau, un total de 60 logements unifamiliaux.

Selon des fonctionnaires, les améliorations comportent l'aménagement d'espaces habitables et de salles à manger à aire ouverte, ainsi que des cuisines modernisées. Le complexe de logements rénovés comprend également six nouveaux logements visitables, avec portes plus larges, salles de bain accessibles en fauteuil roulant, ainsi que comptoirs et armoires de cuisine accessibles.

Les rénovations représentent un investissement total de 7,6 millions de dollars.

Dans un communiqué, Mme Kerri Irvin-Ross, ministre du Logement et du Développement communautaire, a déclaré : « Ces unités de logement nouvellement rénovées permettront à davantage de familles d’avoir un domicile sécuritaire et confortable. De plus, la rénovation de logements sociaux au Manitoba contribue au renforcement des communautés locales et à la création d’emplois, ce qui, en retour, contribue à la croissance économique de la province. »

Au cours des trois prochaines années, le gouvernement provincial investira 100 millions de dollars par année dans la rénovation et le réaménagement de logements, a affirmé la ministre. De plus, 34 millions de dollars seront investis chaque année dans la réparation de logements existants, offrant ainsi aux locataires un milieu de vie de plus grande qualité.

Au cours de la même période, le gouvernement construira 500 nouveaux logements sociaux et 500 logements de location à prix abordable. Cela viendra s’ajouter aux 1 500 logements sociaux et aux 1 500 logements de location à prix abordable devant être terminés en 2014, selon la ministre.

Reproduit avec l’autorisation de Canstar News.

Communiqué du gouvernement du Manitoba

Le 15 juillet 2013

Davantage d’économies et de choix pour les Manitobains et Manitobaines atteints de la sclérose en plaques, de l’ostéoporose ou du VIH

Mme Theresa Oswald, ministre de la Santé, a annoncé aujourd’hui que le gouvernement du Manitoba a négocié une réduction du prix des médicaments et a ajouté davantage de médicaments à la liste des médicaments d’ordonnance couverts par le Régime d’assurance-médicaments. Cette mesure permettra aux contribuables manitobains d’économiser des millions de dollars et d’offrir davantage de choix aux familles qui ont besoin de médicaments susceptibles de sauver la vie.

« Les médicaments d’ordonnance permettent d’améliorer la qualité de la vie, contribuent à réduire le temps de rétablissement et allègent la charge financière des contribuables en réduisant la dépendance à des traitements médicaux plus coûteux », a-t-elle déclaré. « Notre gouvernement a pour priorité d’obtenir des prix des médicaments d’ordonnance à prix moindre, afin que les citoyens du Manitoba puissent obtenir les médicaments dont ils ont besoin lorsqu’ils en ont besoin ».

La ministre a ajouté que, grâce à des médicaments d’ordonnance moins chers et à un plus grand éventail de choix, les familles et le gouvernement du Manitoba vont économiser plus de 26 millions de dollars par année. La réduction de prix annoncée aujourd’hui permettra au Régime d’assurance-médicaments d’économiser 4 millions de dollars par année. Les familles manitobaines bénéficieront également de cette réduction de prix négociée par le gouvernement, avec des économies escomptées de 8,6 millions de dollars par année, selon la ministre.

Mme Oswald a dit que les économies réalisées par l'ajout d'un plus grand nombre de médicaments génériques à la liste de médicaments couverts par le Régime serviront à rembourser les frais de nouveaux médicaments brevetés, dont les suivants :

- Aclasta (pour le traitement de l'ostéoporose),
- Allerject (pour le traitement d'urgence de réactions anaphylactiques graves),
- Edurant (pour le traitement du VIH),
- Gilenya (pour le traitement de la sclérose en plaques),
- Simponi (pour le traitement de la polyarthrite rhumatoïde, de la polyarthrite psoriasique et de la spondylarthrite ankylosante),
- Toviaz (pour le traitement de l'incontinence urinaire),
- Votrient (pour le traitement d'un adénocarcinome rénal métastatique à cellules claires).

« Grâce à notre Régime d'assurance-médicaments global reconnu à l'échelle nationale, les Manitobains et Manitobaines s'attendent à des médicaments d'ordonnance moins chers et à un plus grand éventail de choix », a affirmé Mme Oswald. « L'ajout de 92 nouveaux médicaments à la liste des médicaments couverts par le Régime permet un plus grand choix, ainsi que des économies substantielles pour les familles aux prises avec des problèmes de santé, tels que la sclérose en plaques, l'ostéoporose, la polyarthrite rhumatoïde et le VIH ».

Selon l'Association canadienne du médicament générique, les médicaments génériques constituaient 65,1 % des médicaments d'ordonnance au Manitoba en 2011, le pourcentage le plus élevé de ces médicaments au Canada.

Le Régime d'assurance-médicaments est un régime universel de remboursement de médicaments d'ordonnance dont bénéficient les Manitobains et Manitobaines, en fonction de leur revenu familial. Une fois atteint le montant de la franchise, le Régime couvre 100 % des médicaments d'ordonnance admissibles, quel que soit l'état de santé ou l'âge de la personne.

On peut trouver de plus amples renseignements sur le Régime d'assurance-médicaments à l'adresse www.gov.mb.ca/health/pharmacare.

Recherches en cours à la clinique de recherche sur les lésions médullaires

Jessie Shea, M.Sc.

À la clinique de réadaptation des personnes médullolésées au Centre des sciences de la santé, il y a une équipe de recherche qui se penche sur les lésions médullaires. Elle est composée de : médecins, infirmières et infirmiers, ergothérapeutes, physiothérapeutes, diététiciennes et

diététiciens. Les recherches ont pour but d'améliorer la qualité de vie des personnes médullolésées. L'équipe effectue des recherches sur divers sujets, dont la douleur, la spasticité, la santé cardiovasculaire, les troubles de la vessie et des intestins. Voici quelques projets de recherche en cours :

***Les suppléments en oméga-3 (huile de poisson)
pour les quadriplégiques ayant un taux de cholestérol trop élevé***

Les maladies cardiovasculaires, qui peuvent provoquer une crise cardiaque ou un AVC, sont l'une des principales causes de mortalité chez les personnes médullolésées. En général, ces personnes développent ces maladies à un âge plus jeune que les personnes sans déficience physique. Le risque de maladie cardiovasculaire dépend de plusieurs facteurs, dont l'hérédité, l'exercice physique et le régime alimentaire d'une personne. Maintenir des taux de cholestérol sains est l'un des moyens de réduire le risque de maladie cardiovasculaire, ce qui signifie de veiller au maintien de faibles taux de mauvais cholestérol et de taux élevés de bon cholestérol. Les personnes sans déficience physique peuvent améliorer leurs taux de cholestérol en faisant de l'exercice et en mangeant bien. Toutefois, les personnes médullolésées, et en particulier les quadriplégiques, ne peuvent souvent pas faire suffisamment d'exercice pour que cela ait un effet bénéfique sur leurs taux de cholestérol. Pour cette raison, il est important de trouver d'autres moyens de réduire le taux de cholestérol des personnes médullolésées, tels que les suppléments nutritionnels. Les recherches montrent qu'une supplémentation en acide gras oméga-3 (présent dans l'huile de poisson) peut réduire le taux de cholestérol chez les personnes sans déficience physique et ainsi réduire chez elles le risque de crise cardiaque et d'AVC. Il n'y a pas encore eu suffisamment de recherches effectuées sur l'effet des suppléments en oméga-3 sur la santé des personnes médullolésées. Nous sommes donc présentement en train de mener une étude afin de déterminer si les suppléments en oméga-3 peuvent contribuer à réduire le taux de cholestérol chez les quadriplégiques et ainsi réduire leur risque de maladie cardiovasculaire.

***Le recours aux cannabinoïdes pour le traitement
de la spasticité et de la douleur neuropathique***

La spasticité (ou les spasmes musculaires) et la douleur peuvent être des problèmes très graves et nuire aux activités de la vie quotidienne de nombreuses personnes médullolésées. Beaucoup de personnes ont essayé un grand nombre de médicaments différents, sans pouvoir trouver de plan de traitement qui soit efficace pour elles. Une autre option possible est le recours aux cannabinoïdes, des substances chimiques qui activent certaines zones précises du cerveau et peuvent atténuer la spasticité et la douleur. Les résultats de recherches antérieures ont montré que les cannabinoïdes peuvent être efficaces pour traiter la spasticité et la douleur chez les personnes ayant des lésions neurologiques. Toutefois, les études demeurent peu nombreuses et elles ont été menées auprès de personnes ayant la sclérose en plaques. Nous sommes donc présentement en train de mener une étude afin de déterminer si les cannabinoïdes peuvent servir pour le traitement de la spasticité et de la douleur, et si les personnes médullolésées peuvent s'en servir en toute sécurité. Il s'agit d'une étude croisée randomisée, en double aveugle et contrôlée contre placebo, le meilleur type d'étude clinique qui soit pour évaluer les effets d'un médicament. Dans ce genre d'étude, soit des cannabinoïdes, soit une substance non médicinale sont administrés à chaque sujet pendant une période de temps déterminée, puis l'autre substance lui est administrée pendant

une autre période de temps déterminée. Les deux types de substances sont administrés aux participants dans un ordre aléatoire, ordre qui ne sera connu ni des sujets ni de l'équipe de recherche avant la fin de l'étude. Les degrés de spasticité et de douleur seront mesurés tout au long de l'étude. À la fin de l'étude, il sera possible de déterminer si les cannabinoïdes ont contribué ou non à atténuer la spasticité et la douleur chez les participants.

L'irrigation des intestins chez les personnes atteintes du syndrome de la queue de cheval

Le syndrome de la queue de cheval est le résultat d'une lésion à un faisceau de nerfs situés à l'extrémité inférieure de la moelle épinière. Les personnes ayant ce type de lésion peuvent souffrir de troubles intestinaux graves, tels que la constipation, l'incontinence, les ballonnements, l'inconfort et des selles irrégulières. Plusieurs d'entre elles n'arrivent pas à trouver une routine d'élimination de leurs selles qui soit efficace. Elles ont donc du mal à gérer quotidiennement leur élimination intestinale. Le système Peristeen d'irrigation des intestins (mis au point par l'entreprise Coloplast du Danemark) consiste simplement à utiliser l'eau du robinet pour dégager ce qui se trouve dans le côlon. Utilisé aux deux jours, il permet de dégager les matières fécales du côlon, ce qui a pour effet de réduire la constipation et l'incontinence, puisqu'il n'y a plus de matières fécales qui peuvent s'écouler de manière accidentelle. Plusieurs personnes, dont celles ayant une lésion médullaire de niveau supérieur, les personnes ayant la sclérose en plaques et celles atteintes de paralysie cérébrale, ont recours à ce système d'irrigation à bonne fin et s'en disent très satisfaites. Toutefois, ce système n'a jamais été mis à l'épreuve chez les personnes atteintes du syndrome de la queue de cheval. Nous sommes donc présentement en train de mener une étude, afin de déterminer si ce système d'irrigation des intestins peut les aider à mieux gérer leur élimination intestinale et à améliorer leur qualité de vie en assurant une certaine prévisibilité de l'élimination des selles.

Les effets cardiovasculaires du Cialis

La dysfonction érectile est un problème courant chez les hommes médullolésés. L'un des moyens de traiter ce problème, c'est en ayant recours à des médicaments tels que le Cialis. Malheureusement, ce type de médicament peut entraîner une diminution de la tension artérielle et une accélération du rythme cardiaque chez les hommes médullolésés. Ces deux effets sont dangereux pour la santé et il est donc important d'en déterminer la fréquence et la gravité et s'il existe un moyen de les atténuer. Nous sommes donc présentement en train de mener une étude pour évaluer l'effet du Cialis sur la tension artérielle et le rythme cardiaque des hommes médullolésés et s'il est sécuritaire de s'en servir pour traiter la dysfonction érectile.

Si vous désirez en savoir davantage au sujet de l'une ou l'autre de ces études et si vous êtes intéressé(e) à y participer, communiquez avec Jessie Shea, chercheure clinique et coordonnatrice des études, à l'adresse jshea@hsc.mbl.ca ou en composant le 204-787-4619.

Bien manger et vivre mieux avec une lésion médullaire

Eat Well, Live Well with Spinal Cord Injury est un guide de nutrition pratique rédigé expressément à l'intention des personnes médullolésées ainsi que de leur famille, leurs amis, les fournisseurs de soins, les professionnels de la santé et les médecins.

Il a été rédigé par deux nutritionnistes dont la vie a été touchée par une lésion médullaire. Par leur expérience personnelle et dans le cadre de leur pratique professionnelle auprès de clients atteints de troubles neurologiques, elles se sont rendu compte que, malgré la prévalence des nombreuses complications courantes dues à une lésion médullaire et potentiellement dangereuses, la conscientisation à leur égard et les conséquences négatives qui y sont associées, il existe en réalité peu d'information sur la nutrition et son effet sur la prévention, le traitement et la gestion de ces complications. Elles se sont dit que, si elles avaient de la difficulté à trouver ce genre d'information, d'autres personnes en avaient aussi. En 2011, elles ont reçu une subvention de l'association Paralyzed Veterans of America pour écrire le premier livre sur la nutrition répondant aux besoins particuliers des personnes médullolésées.

Le guide comprend seize chapitres. Chacun d'entre eux traite d'une complication secondaire liée à une lésion médullaire : digestion, escarres, infections de la vessie, constipation et diarrhée, ostéoporose, fatigue, infections des voies respiratoires, anxiété, stress, troubles du sommeil, fonctionnement du foie, maladies cardiovasculaires et obésité. Les auteures expliquent pourquoi la complication en question peut se développer à la suite d'une lésion médullaire. Chaque chapitre fournit des renseignements sur la façon dont la nutrition, et certains éléments nutritifs en particulier, peuvent aider à prévenir et à gérer le problème de santé traité dans le chapitre (aliments, suppléments et plantes). On y trouve aussi des recettes riches en éléments nutritifs et faciles à préparer, ainsi que des tableaux de référence d'éléments nutritifs et de suppléments précis recommandés pour chaque problème de santé.

Les auteures espèrent que leur guide *Eat Well, Live Well with Spinal Cord Injury* contribuera à attirer l'attention sur le rôle thérapeutique important que joue la nutrition dans la vie des personnes médullolésées et à susciter d'autres recherches traitant de nutrition et de lésions médullaires. Plus important encore, elles espèrent qu'il aidera les personnes médullolésées à mieux prendre en main leur santé et à accroître leur autonomie de manière facile, pratique et peu coûteuse. Pour plus d'information sur le guide ou pour vous procurer une copie papier du guide ou le télécharger en format PDF, rendez-vous à www.eatwellivewellwithsci.com.

À propos des auteures

Kylie James, B. Sc. (ergothérapie), C.N.P., www.korunutrition.com

Kylie a obtenu son baccalauréat en sciences de la santé (ergothérapie) en 1996 de l'Université d'Auckland en Nouvelle-Zélande. Elle a travaillé pendant plus de quinze années comme ergothérapeute en Nouvelle-Zélande, en Angleterre et au Canada. Elle a obtenu un diplôme de nutritionniste praticienne (mention très honorable) du Institute of Holistic Nutrition de Toronto. Elle gère une entreprise prospère qui se spécialise dans les troubles neurologiques, la santé mentale, la gestion du poids et les problèmes de digestion. Elle a fait des présentations à la

conférence nationale annuelle sur les lésions médullaires et donné des conférences sur les lésions cérébrales en divers endroits du Manitoba.

En tant qu'ergothérapeute et nutritionniste, Kylie se spécialise dans les maladies et les blessures, en particulier chez les personnes atteintes d'une lésion médullaire ou d'une lésion cérébrale ou souffrant de douleur chronique ou d'autres troubles de la santé. Elle s'intéresse de plus en plus aux recherches sur la nutrition et les lésions médullaires depuis que son neveu est devenu quadriplégique à l'âge d'un an et demi en 2009.

Kylie est également entraîneuse personnelle certifiée et athlète de compétition. Elle a compétitionné à la fois au niveau national et international.

Joanne Smith, B.A., BRT Dip, C.N.P., www.fruitfulelements.com

Joanne est diplômée du Institute of Holistic Nutrition de Toronto et titulaire d'un diplôme en psychologie de l'Université York, ainsi que d'un diplôme en radiodiffusion et télédiffusion du collège Seneca. En tant que nutritionniste praticienne diplômée, elle gère une entreprise prospère axée sur la santé nutritionnelle optimale des personnes ayant une déficience, et en particulier celle des personnes médullolésées. Joanne a fait des présentations à des conférences en divers endroits du Canada. Son expertise auprès des personnes médullolésées découle de son expérience en tant que personne vivant avec une lésion médullaire depuis vingt-cinq ans et en tant qu'animatrice et réalisatrice de deux émissions de télévision présentant des reportages en profondeur sur les Canadiens et Canadiennes ayant une déficience, soit l'émission *Moving On* de CBC, couronnée d'un prix *Gemini*, et l'émission *Accessibility in Action*.

En raison de son dévouement à sensibiliser le public à la vie des personnes ayant une déficience et à améliorer leur vie, elle a mérité le prix King Clancy en 2006, a été intronisée au Temple de la renommée Terry Fox, et a reçu le prix Gabriel en 2008.

Trouver un dentiste au Manitoba

Vous pouvez faire une recherche pour trouver un dentiste dans votre quartier en allant sur le site Web de l'Association dentaire du Manitoba (www.manitobadentist.ca) et en cliquant sur « Find a Dentist ». Vous pourrez alors chercher par région, nom, ville, rue ou spécialisation. Vous pouvez aussi faire une recherche en cochant la case « Wheelchair Accessible ».

OBSERVATIONS D'UN AVENTURIER EN FAUTEUIL ROULANT

Paul A. MacDonald

Lorsqu'arrive la belle saison, je m'efforce de profiter de tout rayon de soleil et de toute occasion de plaisir que nous offre l'été au Manitoba. J'ai une blonde qui a l'art de se procurer des billets à rabais ou même gratuits pour des spectacles et diverses autres activités sociales et culturelles. Rien ne me fait plus plaisir que de l'aider à en profiter ! C'est ainsi que j'ai pu faire la connaissance d'un vaste monde qui existe au-delà de mon ordinateur. Oui, l'herbe est vraiment

verte et le papier peint Windows^{MD} n'est pas qu'un dégradé progressif de couleurs généré par Photoshop^{MD} !

Lorsque je participe à ces sorties et que je vais quelque part, j'ai souvent une idée derrière la tête : je prête attention à l'accessibilité des lieux. La plupart des endroits sont beaucoup plus accessibles aujourd'hui qu'ils ne l'étaient il y a à peine quelques années. On entend beaucoup parler du fait que les planificateurs se montrent proactifs et innovateurs dans leurs efforts pour améliorer l'accessibilité des lieux pour toute personne, peu importe ses capacités. Il y a eu beaucoup d'amélioration à cet égard, mais il reste encore du chemin à faire. À l'exception de l'un d'entre eux, je ne cherche pas ici à évaluer ces lieux, mais plutôt à vous faire part de mes humbles observations.

Hudson l'ours polaire et les pingouins

Lorsque j'ai su que l'ours polaire Hudson et les pingouins seraient hébergés au zoo du parc Assiniboine, je me suis dit qu'il fallait à tout prix que j'aille les voir. Dans les années 1970, à l'époque où l'entrée au zoo était gratuite, j'habitais tout près du zoo. C'était un bon endroit où sécher les cours. Souvent on réussissait à retrouver ma trace et à me mettre la main au collet alors que je faisais le tour du pavillon tropical ou que j'admirais le tigre de Sibérie. Je me souviens d'avoir pensé à l'époque que Winnipeg aurait un jour un magnifique zoo de calibre international, une fois celui-ci terminé. Nous voici rendus en mai 2013 et je me rends compte que je pense encore la même chose.

Comme tout autre « projet en cours », le zoo a ses points forts et ses points faibles en matière d'accessibilité. Plusieurs espaces sont accessibles, mais la surface de certaines allées et certains espaces verts est dangereusement inégale. L'omission la plus criante devrait amener les planificateurs à se donner une tape sur la tête comme Homer Simpson tout en s'exclamant : « D'oh! »

À l'enclos des lions, il y a à l'étage supérieur un palier accessible par un escalier ou une longue rampe en spirale qui donne sur la porte d'entrée de la galerie d'observation. Sur la porte est affiché, bien en évidence, le symbole d'accessibilité pour personnes handicapées. On y indique aussi la présence d'un ouvre-porte automatique. Le seul problème, c'est que la marche reliant la rampe au palier est presque aussi haute qu'une bordure de trottoir, de telle sorte qu'il est quasi impossible d'accéder au palier en fauteuil roulant électrique ou en triporteur. Certains habitués du zoo m'ont dit qu'il en est ainsi depuis quelques années et que les responsables en ont été informés. Il leur reste maintenant à passer à l'action.

L'enclos des pingouins et la boutique de souvenirs peuvent accommoder des personnes en fauteuil roulant, mais une fois rendu sur place, vous n'êtes pas libre d'aller où vous voulez et il est impossible de faire marche arrière ou demi-tour. On nous assure que ces quartiers sont temporaires. J'aime les animaux et j'espère que ces oiseaux pourront un jour jouir d'un plus grand espace et, comme dans le film *Madagascar*, se sentir suffisamment à l'aise pour nous saluer en passant.

L'ascenseur de la salle de concerts du Centenaire

L'ascenseur qui conduit au balcon (où se trouve la section réservée aux fauteuils roulants) ne peut accommoder qu'une personne à la fois. Le fait qu'il est très lent ne fait qu'ajouter au sentiment de claustrophobie. Si plusieurs personnes en fauteuil roulant étaient présentes à un spectacle et quittaient en même temps les lieux à la fin d'une soirée, cela ressemblerait à l'embouteillage au Investors Group Field si les Blue Bombers y remportaient la Coupe Grey. Installer un nouvel ascenseur? Je dirais qu'une telle victoire des Blue Bombers a de meilleures chances de se produire d'abord. Ils ont fait un très beau travail à la bibliothèque du Millénaire et je crois qu'il est temps qu'on en fasse autant à la salle de concerts qui commence à avoir de l'âge.

Embouteillage au Investors Group Field

Parlant du stade de football Investors Group Field, j'ai eu la chance??? d'assister à une partie des Blue Bombers au mois d'août. Le stade lui-même est bien et je n'ai aucune plainte concernant son accessibilité. Cependant, à l'extérieur du stade lui-même, c'est autre chose. Je suis certain que vous avez tous entendu parler du cauchemar pour s'y rendre, stationner son véhicule, puis en repartir. Quand j'y suis allé, les voies d'accès étaient réservées en priorité aux autobus, à la fois les autobus privés et ceux de la Ville. Mis à part les véhicules d'urgence, aucun autre véhicule ne pouvait s'approcher de la rampe d'accès à l'entrée du stade pour y déposer les personnes utilisant une aide à la mobilité. Pire encore, il n'y avait pas d'endroit désigné où Handi Transit pouvait déposer ou prendre quelqu'un. Si c'est toujours le cas, cela va sans doute entraîner beaucoup de confusion et probablement amener plusieurs personnes à ne pas utiliser leurs billets. Au fait, au cas où vous vous le demandiez, les Bombers ont perdu ce jour-là. Plusieurs personnes filaient vers la sortie au milieu du troisième quart.

Le train Prairie Dog Central

J'ai demandé à l'agent d'information si le train était accessible en fauteuil roulant. Malheureusement, il ne l'est pas et on ne prévoit pas modifier ce train historique en ce sens.

Le Winnipeg Folk Festival au parc Birds Hill

C'est la troisième année de suite que je vais à ce festival et je dois en féliciter les organisateurs pour la façon dont ils l'ont géré et accommodé toutes les personnes qui s'y sont présentées. Plusieurs améliorations ont été apportées, telles que la présentation simultanée de concerts, mais sur de plus petites scènes. Lorsque j'y suis allé, il pleuvait le matin et les organisateurs avaient prévu davantage d'abris où les personnes en fauteuil roulant pouvaient se réfugier et demeurer au sec.

Le soleil a fini par apparaître et nous sommes partis à l'aventure. J'étais impressionné de voir des postes de recharge de batterie de fauteuils roulants électriques près de la scène principale. Quelle excellente idée : assister à un spectacle tout en rechargeant la batterie à fond ! De plus, j'ai remarqué une nette amélioration de l'accessibilité aux toilettes portatives et de leur répartition sur le terrain par rapport aux années précédentes.

L'aire de restauration a été changée de place de manière à ce que les vendeurs de nourriture se trouvent sur un terrain plus élevé par rapport aux clients, ce qui permet à l'eau de s'écouler après une pluie et réduit le risque de contamination alimentaire. Malheureusement, impossible à quelqu'un qui n'est pas debout de placer une commande ou d'effectuer une transaction.

L'endroit où les autobus de la Ville s'arrêtent présente le plus grand danger. Il s'agit d'un passage très achalandé et il faut s'avancer la tête au-delà de l'autobus pour jeter un coup d'œil avant de s'y engager. De plus, une personne en fauteuil roulant qui descend d'un autobus doit négocier une pente plus prononcée que lorsqu'elle descend sur le trottoir en ville. Pour aggraver la situation, le fossé commence là où la rampe s'arrête. Si vous ne faites pas attention en descendant la rampe, vous vous retrouverez dans le fossé. De plus, la différence de niveau entre l'accotement et la route est aussi très prononcée et il n'y a pas de descente de trottoir.

Cette situation risque de causer un accident un jour. Il est temps de prévoir un débarcadère surélevé pour les personnes en fauteuil roulant qui prennent l'autobus. Je n'ai pas encore entendu parler d'accidents qui se seraient produits, mais il y a un début à tout.

Un gros zéro pour le MS River Rouge

Le bateau MS River Rouge fait la joie des Winnipegois et des touristes depuis plusieurs années. Je viens tout juste d'y faire ma deuxième croisière en deux ans et *joie* n'est pas le mot que j'emploierais pour décrire mon expérience.

Je faisais partie d'un groupe de personnes qui avaient fait des arrangements à l'avance pour cette croisière. Tous les membres du groupe avaient une quelconque déficience et avaient recours à une marchette, un fauteuil roulant ou un triporteur. Lorsque nous avons fait les arrangements avec les responsables du bateau, on nous a assurés qu'il était entièrement accessible. Cependant, le fait de pouvoir monter à bord en fauteuil roulant du quai sur le bateau ne signifie pas que celui-ci est accessible. Les portes d'entrée à la cabine sur le pont principal étaient trop étroites pour m'accommoder, ainsi que d'autres personnes en fauteuil roulant. Nous avons alors été obligés de prendre place à la poupe du bateau, protégés seulement par un auvent. S'il avait plu ce jour-là, nous n'aurions pas pu nous réfugier à l'intérieur.

Les portes des toilettes avaient 20 pouces de largeur. Oui, vraiment 20 pouces. Ma blonde a pris la peine de le mesurer. Toute personne se déplaçant avec une aide à la mobilité se verrait contraint de la laisser à l'extérieur et de se rendre sans aide jusqu'à la toilette. Dans le cas contraire, elle devrait alors se retenir ou pisser dans la rivière Rouge.

Une heure et demie après le début de la croisière, un homme ayant une déficience physique a été obligé de laisser son triporteur à l'extérieur et à se diriger seul vers la toilette. Il est alors tombé et n'arrivait pas à se relever. Il était coincé entre la toilette et la porte. Les membres de l'équipage n'avaient aucune idée de ce qu'il fallait faire dans les circonstances. Ils insistaient qu'ils n'étaient pas autorisés à le toucher ou à l'aider à se relever. Il s'ensuivit un argument entre le personnel et divers membres de notre groupe, où des propos injurieux ont été lancés de part et d'autre pendant que l'homme demeurait étendu sur le plancher de la toilette. Ce drame s'est poursuivi pendant une trentaine de minutes et finalement cet homme tourmenté et embarrassé a retrouvé son

triporteur et il a quitté le bateau d'un air humilié. Nous étions tous impatients de débarquer, mais un des membres de l'équipage, qui s'est simplement identifié comme *John Wayne*, nous fit savoir de manière sarcastique que nous devions chacun attendre notre tour pour le faire.

Lorsqu'une installation est désignée accessible, est-ce qu'on demande vraiment à quelqu'un qui a des limitations fonctionnelles de vérifier si c'est bien le cas, ou est-ce qu'on suppose qu'on s'est bien conformé aux normes? Il existe à Winnipeg des organismes qui font une évaluation d'accessibilité. Les propriétaires du MS River Rouge les ont-ils consultés? Le personnel insistait qu'une porte de 20 pouces est assez large pour être accessible. *Peut-être...si je me déplaçais en rouli-roulant !*

Vous prévoyez des vacances cet hiver?

Avez-vous un endroit préféré dont vous aimeriez nous faire part? Les membres de l'ACP sont constamment à la recherche d'information d'autres personnes qui sont allées en vacances dans des endroits plus chauds. Faites-nous part de vos suggestions, de vos expériences, etc., afin que d'autres puissent aussi profiter de la chaleur, loin de l'hiver au Manitoba.

En attendant, jetez un coup d'œil à ces sites web de voyages dont un membre de l'ACP nous a fait part :

Freedom Shores dans le sud-est du Mexique – Le site web fait la promotion d'un hôtel/restaurant/bar/lieu de villégiature quatre étoiles accessible en fauteuil roulant et qui s'étend sur 2,2 acres de terrain. Ce lieu de villégiature avec gamme complète de services propose neuf chambres meublées de conception universelle avec vue sur l'océan ou le jardin. www.freedom-shores.com

Hotel Tranquillity Hill à Palmares au Costa Rica – L'hôtel propose deux nouvelles chambres accessibles avec douche également accessible en fauteuil roulant, ainsi qu'une piscine avec rampe. Le propriétaire indique qu'il est un Canadien avec une lésion médullaire. www.tranquillityhill.com

Villa Tranquilo à Los Barriles au Mexique – L'endroit de villégiature annonce deux nouvelles villas luxueuses donnant sur la plage qui sont entièrement accessibles avec douche également accessible en fauteuil roulant. Vous pouvez y louer une minifourgonnette munie d'une plateforme élévatrice, ainsi qu'un VTT adapté pour fauteuil roulant. www.bajaenterprises.com/Stay.html

La plus grande réussite de ma vie

Avant de participer au programme des services de réhabilitation de Breezy Point, j'errais sur un chemin sombre dans la vie. Ne voulant pas regarder mon passé bien en face ni assumer mes responsabilités, je fuyais la réalité dans la drogue et je m'en servais comme moyen de gérer mes émotions. Ce genre de vie de dépendance à la drogue était la source de problèmes

de santé. Les relations avec ma famille et mes amis étaient devenues problématiques, ainsi que l'état de mes finances.

Avant de m'engager sur le chemin de la réhabilitation, j'étais une personne blessée et très seule, en colère et indifférente au bien-être des autres, en raison de la violence physique, mentale, émotionnelle, verbale et sexuelle dont j'avais été victime dans mon enfance. J'avais connu beaucoup de pertes en grandissant, dont surtout celle de ma mère, et j'avais été prise en charge par les Services à l'enfant et à la famille. J'avais beaucoup d'animosité envers moi-même et les autres et j'étais confrontée à plusieurs difficultés : un sentiment de blessure et de trahison, une piètre estime de soi, de la difficulté à faire confiance aux autres, des sentiments d'abandon, de culpabilité et de honte, de la frustration, de la difficulté à établir et à maintenir des limites, une tendance à ressasser mon passé, ainsi que des pensées négatives et un comportement négatif.

Je me suis jointe au programme de Breezy Point sans savoir ce qui m'attendait. Pendant les quatre premiers mois, j'étais résistante au changement, parce que j'avais peur et que je ne savais pas comment être présente à moi-même. J'étais à Breezy Point parce que ma tante et les intervenantes Maria et Willie voulaient que j'y sois. Donc, puisque je n'étais pas là de mon plein gré, je me battais contre le fait d'être là. J'inventais toutes sortes d'excuses pour ne pas y être et je ne voulais pas vraiment arrêter de « consommer ».

C'est à ce moment-là que j'ai rencontré quelqu'un de la communauté avec qui j'ai cliqué. Nous avons toutes les deux beaucoup de choses en commun dans notre jeunesse et notre passé. C'est en parlant de nos expériences qu'elle m'a aidée à voir les choses autrement, à tenir bon et à surmonter mes obstacles. Elle était la preuve tangible d'une victime qui avait survécu à une vie de traumatismes et cela m'encouragea énormément.

Au bout de quatre mois, j'ai décidé que je voulais avoir un avenir meilleur et que j'allais y travailler. Je me suis donc mise à travailler sur mes problèmes personnels, avec l'aide de Robyne, mon intervenante clé et l'une des membres du personnel du Centre.

La chose la plus difficile et la plus pénible sur laquelle j'avais à me pencher, c'était la mort de ma mère. Je devais reconnaître la relation qui avait existé entre nous, les torts infligés, les blessures, mon sentiment de culpabilité, etc., et lâcher prise de tout ça. Le processus de guérison comprenait le rituel d'une suerie, ce dont j'avais peur. Aujourd'hui je suis heureuse d'y avoir participé.

Après avoir travaillé sur ce chapitre de ma vie, d'autres problèmes que j'avais refoulés pendant des années se sont mis à remonter à la surface et j'ai travaillé très fort à les régler.

Maintenant que je me suis penchée sur plusieurs problèmes personnels, je suis rendue à un point de ma vie où je me sens prête à voler de mes propres ailes. Tout ce que j'ai appris au cours de la dernière année vient à mon aide lorsque j'utilise les outils que j'ai maintenant à ma disposition. Je comprends que la vie peut être de la merde par moments, que je dois l'accepter, changer et poursuivre mon chemin et ne pas m'embourber. Lorsque la vie devient difficile, je suis capable de vivre les émotions que cela éveille en moi et de les traverser, car si je ne le fais pas, je risque de tomber dans la dépression, ce que je ne veux plus faire. En demeurant présente à mes émotions et en les démêlant, je suis capable de parler de ce qui m'arrive.

Voici ce sur quoi j'ai travaillé pendant les 16 mois que j'ai passé dans le programme :

- la perte de ma mère
- le pardon de moi-même
- les pensées positives et les propos intérieurs positifs
- la compassion envers moi-même
- les pertes dans ma vie et le deuil
- la gratitude
- l'estime de soi
- être consciente de ce que je dis et je fais
- l'expression de soi
- établir des limites
- la violence familiale
- la communication
- l'affirmation de soi
- l'amour de soi
- avoir l'esprit ouvert au changement
- l'anxiété
- la tendance à trop analyser
- le respect de moi-même et des autres
- prêter attention à mon corps quand je me sens malade
- comprendre mes émotions
- établir des relations saines
- assumer la responsabilité de mes mauvais choix

- la culpabilité et la honte
- la colère
- apprendre à écouter d'abord avant de parler
- apporter des changements
- stratégies d'adaptation quand la vie devient difficile

Mes projets pour l'avenir sont :

- retourner à l'école (la 12^e année en septembre, puis continuer),
- trouver un logement stable,
- obtenir mon permis d'apprenti conducteur,
- demeurer en lien avec le centre de Breezy Point pour du soutien,
- entrer en rapport avec le Independent Living Resource Centre,
- après l'école secondaire : faire des études en travail social et peut-être me trouver un emploi à Breezy Point,
- acheter une maison et une auto.

Merci beaucoup à Robyne, mon intervenante clé pour :

- avoir cru en moi,
- m'avoir poussée à agir,
- avoir été là pour moi,
- m'avoir proposé des défis,
- m'avoir guidée.

Merci aux femmes et au personnel de Breezy Point. Sans leur soutien, je ne serais pas là aujourd'hui.

~ Blue Turtle Woman (nom spirituel) ~

~ Jessica Kennedy ~

Lucy, nous t'aimons...

C'est avec un profond chagrin que nous avons rendu un dernier hommage à Lucy DeLuca dont les obsèques ont eu lieu à l'église Holy Rosary le 10 septembre 2013.

Lucy avait noué de nombreuses amitiés qu'elle a cultivées et chéries au fil des décennies.

Elle était devenue membre de l'Association canadienne des paraplégiques à l'âge de 19 ans, après avoir subi une lésion médullaire dans un accident d'automobile. Elle a rencontré M. Tony Mann,

le premier directeur administratif de l'ACP (Manitoba), pendant sa réadaptation. Par la suite, elle est devenue une personne-clé de l'ACP, pour laquelle elle a travaillé pendant 27 années. Elle connaissait tout de l'Association, elle en était à la fois le cœur et le ciment, une source d'inspiration, l'un de ses piliers solides et une pionnière, une conseillère bienveillante et la confidente de nous tous. Lucy possédait le don remarquable de nous faire rire, suscitant de la joie dans son milieu de travail et dans tout l'édifice.

Cette personne spéciale était une femme forte, indépendante, passionnée par une cause, tenace et pleine d'humour. Elle possédait la chaleur et la compassion d'une personne de soutien expérimentée. Nous espérons tous pouvoir suivre son exemple dans nos vies respectives, que ce soit sa chaleur et sa sincérité, sa camaraderie, son autosuffisance, quelque chose de son esprit sardonique et de son petit côté enjoué, ou encore son amour et son souci véritables du bien-être des autres.

Sa vision du monde, faite d'acceptation, de justice et d'équité, offrait une perspective d'objectivité qui échappe, en général, à la plupart d'entre nous. Ces valeurs ont suscité chez elle compassion, compréhension des autres, discernement et connaissance, quelques-unes de ses qualités humaines et altruistes exemplaires.

Ceux d'entre nous qui ont eu le plaisir d'être ses collègues de travail à l'ACP conservent d'excellents souvenirs d'elle. Harriet Hart l'a décrite comme une perle rare. Greg Winmill, qui a commencé à travailler à l'ACP en 1986, a dit d'elle : « J'étais une jeune recrue et Lucy m'a pris sous son aile. Sans son aide, je n'aurais pas duré un an. Elle était une professionnelle accomplie dans son travail et c'était un plaisir de prendre un repas ou le café avec elle. » John Lane, ancien directeur administratif de l'ACP, affirme : « Ah, Lucy ! Tu étais la meilleure personne au monde. Tu étais une professionnelle accomplie et tu as été une source d'inspiration pour nous tous à l'ACP. Tu as rendu notre travail tellement agréable et enrichissant. Ce fut une véritable joie de te connaître pendant toutes ces années. » Allen Lasko, un ancien client de l'ACP et l'un de ses collègues, a affiché le commentaire suivant : « Je suis bien triste en apprenant le décès de Lucy. Elle était un pilier de l'ACP. Elle accueillait avec un magnifique sourire tout le monde qui se présentait au bureau. Cependant, elle ne se laissait pas duper. Telle une mère, elle avait le don de flairer quand certains clients ou membres du personnel voulaient lui en faire accroire. » Tous ses anciens collègues de travail, leurs familles, ses amis, les membres du conseil d'administration et les membres de sa famille bien-aimée ont ressenti une profonde tristesse à la suite de son décès.

Nous conserverons en mémoire tous ces beaux souvenirs de Lucy. Nous y reviendrons comme si c'était hier et ils nous feront sourire, voire rire par moments. Nous sentirons alors de nouveau la présence de Lucy dans notre vie.

Je tiens à souligner l'influence positive indéniable que Lucy a eue à la fois sur sa famille d'origine et sur l'ACP, sa famille d'adoption. Elle a touché la vie de centaines de personnes et les a aidées à réaliser leur plein potentiel. Sa contribution à sa famille, à notre association, à nos membres et au monde est inestimable.

Nous avons eu le privilège de connaître cette femme humble et charmante et notre vie en a été enrichie. Nous sommes profondément reconnaissants de l'amitié et du soutien qu'elle a partagés avec nous.

Lucy, tu demeures à jamais dans notre cœur.

~ Darlene Cooper ~

*Qu'est-ce qu'un ami véritable?
C'est quelqu'un qui dit à ses amis
ce qu'ils ont besoin d'entendre, même lorsqu'il sait
qu'ils pourraient en être fâchés.
Un ami véritable ne vous abandonne pas
lorsque les choses deviennent difficiles.
Voilà quelques-unes des valeurs
chères à un ami véritable.
En un mot, nous reconnaissons tous que Lucy
était notre amie. Nous chérirons cette amitié
et la tiendrons pour sacrée
alors même que nous pleurons sa perte.*

L'ACP offre ses condoléances aux familles des personnes suivantes décédées récemment :

Edgar Bartlette
Maria Dashensky
Theodore Asham
May Birnboim
Leonard Chartrand
Ken Bergen
Charles Mousseau
Geoffrey Green
Henry Charles

Orest Sokoliuk
William Towers
Nick Andrusiak
Lucille Minichin
Paul Kaschyshyn
Adrian Francois
Nowyah Williams
Sandra Graham
Morley Hoffman

Ricky Debacker
Lucy DeLuca

Trevor Robinson

DEMANDE D'ADHÉSION

OUI ! Inscrivez-moi en tant que membre de l'Association canadienne des paraplégiques (Manitoba) Inc. Tous les membres reçoivent le bulletin d'information *ParaTracks* publié par l'ACP (Manitoba) et *Accès total*, le bulletin national de l'ACP. Ils ont droit de vote à l'assemblée générale annuelle de l'Association. Ils ont aussi droit à des rabais dans divers magasins de fournitures de soins de santé : Stevens Home Health Care Supplies (prix spéciaux pour les fournitures et rabais de 10 % sur les appareils), The Access Store (10 %), Northland Home Health Care (10 % sur les fournitures médicales), ainsi que pour l'adhésion à l'organisme Disabled Sailing (rabais de 25 %).

Inscrivez-moi dans la catégorie suivante :

_____ 15 \$ - 24 \$ - membre

_____ 25 \$ - 99 \$ - membre de soutien

_____ 100 \$ - 249 \$ - membre donateur

_____ 250 \$ - 499 \$ - membre spécial

_____ 500 \$ et plus - membre bienfaiteur

Toutes les sommes reçues demeurent au Manitoba pour y appuyer les activités et services de l'ACP (Manitoba) Inc. Un reçu aux fins de l'impôt sera délivré pour tout montant de plus de 15 \$. La générosité des membres spéciaux, bienfaiteurs et donateurs sera soulignée dans le cadre d'activités telles que l'AGA et mentionnée dans le programme d'autres activités de l'ACP (Manitoba).

****IMPORTANT**** En vertu de la *Loi sur la protection des renseignements personnels et les documents électroniques* du Canada, à partir du 1^{er} janvier 2004, toutes les entreprises et tous les organismes doivent obtenir le consentement d'une personne lorsqu'elles recueillent, utilisent ou communiquent de l'information à son sujet. **À moins que vous nous l'indiquiez autrement en cochant la case ci-dessous, lorsque vous signez et retournez ce formulaire à l'ACP, vous transmettez à l'ACP une formule de consentement qui lui permet d'utiliser les renseignements que vous indiquez sur ce formulaire d'adhésion à des fins d'expédition de cartes de membres et de reçus, d'avis de rappel de renouvellement de votre adhésion, et de bulletins de nouvelles, tel qu'indiqué ci-dessus. Vous consentez également à ce que votre nom soit indiqué dans le rapport annuel de l'ACP (pour les membres donateurs, spéciaux et bienfaiteurs).**

L'ACP (Manitoba) Inc. ne vend pas ou n'échange pas de renseignements personnels et ne loue pas ses listes d'adresses. Les renseignements personnels sont fournis à un tiers uniquement aux fins d'expédition des bulletins de nouvelles de l'ACP. Si vous avez des questions à ce sujet, veuillez communiquer avec le bureau de l'ACP.

- Je ne consens pas à ce que l'ACP utilise mes renseignements personnels aux fins indiquées ci-dessus et je comprends que je ne recevrai plus de carte de membre, de reçu

pour carte de membre, d'avis de rappel de renouvellement de mon adhésion, et de bulletins de nouvelles de l'ACP.

Nom : _____ Signature : _____ Date : _____

Prière de libeller votre chèque au nom de :

Association canadienne des paraplégiques (MB) Inc.

Expédiez par la poste à :

825, rue Sherbrook

Winnipeg MB R3A 1M5

plus de renseignements :

téléphone : (204) 786-4753

1-800-720-4933 (sans frais au Manitoba)

télécopieur : (204) 786-1140

courriel : aconley@canparaplegic.org

COORDONNÉES DU MEMBRE

Nom _____

Adresse _____

Ville, province _____

Code postal _____ Téléphone _____

Adresse courriel _____

(Votre adresse courriel permet à l'ACP d'épargner sur les frais d'expédition par la poste.)

_____ Nouvelle adhésion _____ Renouvellement