

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

ParaTracks

Dans ce numéro :

- ~ Deux membres de l'ACP expriment leurs émotions par la création artistique*
- ~ 50^e anniversaire de la remise du Prix d'excellence*
- ~ Paul MacDonald nous parle de ses héros méconnus*
- ~ Dino Calvert demeure actif dans les courses automobiles*
- ~ L'ACP souhaite la bienvenue à ses nouveaux employés*

NOUVELLES DE LA MANITOBA PARAPLEGIA FOUNDATION INC. (MPF)

Membres du conseil d'administration de la MPF :

**Doug Finkbeiner, c.r. (président), Arthur Braid, c.r. (vice-président),
James Richardson Jr. (trésorier),**

Len Steingarten, D^{re} Lindsay Nicolle, John Wallis, Kristine Cowley, PhD, D^{re} Jan Brown

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.

Pendant le mois de juillet 2015 :

- De l'aide financière a été accordée à un membre de l'ACP pour lui permettre de suivre

une formation sur le système de la paie et les avantages imposables, ce qui lui permettra de se familiariser avec un domaine qui l'intéresse et de mieux évaluer ses aptitudes et son degré d'intérêt pour ce domaine.

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.

FÉLICITATIONS JASON ET TERESA

Jason Sawatzky a rencontré Teresa Zacharias en ligne en septembre 2014. En octobre de la même année, il s'est rendu au Paraguay où elle demeurait. Par la suite, elle a déménagé à Winnipeg. En présence d'amis et de membres de sa famille, Jason l'a demandée en mariage le 18 juillet 2015 et elle a accepté. Ils prévoient se marier au Paraguay le 18 décembre 2015.

DIRECTIVES EN MATIÈRE DE SOINS DE SANTE

Ce qui suit est un extrait d'une publication préparée conjointement par le Secrétariat manitobain du mieux-être des personnes âgées et du vieillissement en santé, le curateur public et la Community Legal Education Association (CLEA). Sa reproduction dans ce bulletin vise uniquement à fournir des renseignements d'ordre général. La façon dont la loi vous affecte dépend de votre situation personnelle. De plus, la loi peut changer de temps en temps. Si vous avez un problème juridique ou avez besoin de conseils particuliers, il est alors préférable de consulter un avocat.

Les progrès de la recherche médicale et les nouvelles méthodes de traitement ont, dans bien des cas, permis aux professionnels de la santé de prolonger la vie de leurs patients. Si la plupart de ces progrès sont très bien accueillis, certaines personnes craignent que leur vie puisse être prolongée sans égard pour leur qualité de vie ou pour leurs volontés.

Au Manitoba, la *Loi sur les directives en matière de soins de santé* reconnaît et respecte le droit d'une personne d'accepter ou de refuser un traitement médical. Les **directives en matière de soins de santé**, appelées également testament biologique ou testament de vie, vous permettent d'indiquer vos choix relatifs à vos soins de santé futurs.

Fonctions des directives

Les directives en matière de soins de santé constituent un document écrit indiquant le genre et l'étendue des soins médicaux que vous désirez recevoir au cas où vous deviendriez incapable d'exprimer vos volontés à ce sujet en raison d'incapacité mentale ou d'incapacité à communiquer. Les directives vous permettent également de nommer une personne, appelée **mandataire**, que vous autorisez à prendre des décisions concernant les traitements médicaux que vous désirez recevoir, au cas où vous deviendriez incapable de les prendre vous-même.

Exigences prévues par la loi

Pour être valides, les directives en matière de soins de santé doivent être consignées par écrit, signées et datées. Aucun formulaire particulier n'est exigé. Ainsi, tout document écrit comportant une signature et une date peut être valide. À condition de se conformer aux pratiques médicales reconnues, les directives ont force exécutoire pour les professionnels de la santé et pour votre mandataire. De toute évidence, les professionnels de la santé doivent être informés de l'existence des directives par l'**auteur** des directives ou son mandataire, qui devraient leur en fournir une copie.

L'auteur des directives doit avoir au moins 16 ans et être en mesure de comprendre les conséquences de sa décision. Une fois rédigées, les directives font état de vos volontés au moment de leur rédaction même et c'est pourquoi vous pouvez les modifier en tout temps.

Pour vous faciliter la tâche, le gouvernement du Manitoba a publié un formulaire de directives en matière de santé. Pour vous en procurer un, veuillez téléphoner à la Ligne d'information téléphonique pour personnes âgées au 204-945-6565 (sans frais 1-800-665-6565) ou visitez le site www.gov.mb.ca/health/livingwill/html.

Avant de rédiger des directives

Les décisions indiquées dans les directives en matière de santé sont d'une importance capitale et ne doivent pas être rédigées à la légère. Avant de rédiger vos directives, il est important de discuter de vos intentions avec votre médecin et d'autres professionnels de la santé, afin qu'ils vous informent des termes médicaux utilisés pour définir les différents types et niveaux de soins médicaux. Vous serez ainsi assuré que vos volontés seront clairement comprises.

Vous trouverez peut-être utile aussi de parler des directives avec votre avocat afin d'en comprendre les termes et les enjeux juridiques. Par exemple, si vous séjournez à l'extérieur du Manitoba, vous pouvez vous informer auprès de votre avocat si vos directives sont valides dans une autre province ou dans un autre pays.

Discutez également de vos intentions avec vos proches et le mandataire que vous avez en vue pour les informer de vos volontés et de l'existence des directives auxquelles ils pourront se référer au besoin. De plus, il est utile de lire brochures, dépliants et articles sur le sujet afin d'être encore mieux informé.

Choix d'un mandataire

Parce qu'il est impossible de prévoir toutes les situations, il est important de nommer un mandataire. Votre mandataire prendra des décisions médicales à votre place si vous ne pouvez le faire vous-même. Il prendra ses décisions en fonction de vos directives précises en matière de soins de santé et de sa connaissance de vos volontés.

Le choix d'un mandataire est une décision très personnelle qui doit être mûrement réfléchie. Le mandataire doit être une personne en qui vous avez confiance, comme un ami proche ou un membre de votre famille. Il doit également être prêt à accepter cette responsabilité et être bien informé de vos volontés.

Vous pouvez nommer plus d'un mandataire. Dans ce cas, il vous faudra indiquer dans vos directives s'ils doivent agir conjointement ou consécutivement. S'ils doivent agir conjointement, les mandataires prendront les décisions ensemble en tant que groupe. S'ils sont tenus d'agir consécutivement, la personne nommée en deuxième n'aura le pouvoir de prendre des décisions en matière de soins médicaux que lorsque la première sera incapable d'agir. Vous devriez également préciser si les mandataires prendront leurs décisions par consensus ou par vote majoritaire.

Modification de ses directives

Vous pouvez modifier vos directives en matière de soins de santé en tout temps et aussi souvent que vous le souhaitez. Au fil du temps, il se peut que vous changiez d'avis à propos de certains types de traitement et vos directives doivent refléter vos nouvelles volontés si c'est le cas.

De plus, la terminologie médicale est en constante évolution et de nouvelles améliorations pourraient affecter vos décisions. Si vous êtes atteint d'une maladie particulière, tenez-vous au courant des plus récents traitements médicaux offerts. Votre médecin peut vous aider. En général, vous devriez revoir vos directives en matière de soins de santé au moins tous les deux ans.

Pour modifier vos directives, il vous suffit de rédiger un nouveau document et de détruire tout ancien document, afin que les personnes chargées de faire respecter vos volontés puissent se référer à vos directives les plus récentes.

Conservation de vos directives

Conservez vos directives dans un lieu sûr qui est cependant accessible aux membres de votre famille s'ils ont besoin de s'y référer. Ne les gardez pas dans un coffret de sécurité à la banque, car votre famille ne pourrait pas y avoir accès rapidement. Remettez une copie de vos directives à votre médecin pour conservation dans votre dossier médical. Il est également sage de remettre une copie à votre mandataire, en lui précisant où il peut trouver l'original s'il en a besoin. Vous pouvez aussi reproduire vos directives dans un petit format, faire laminer le document et le conserver avec vous dans votre portefeuille.

QUESTIONS POSÉES FRÉQUEMMENT

Les directives en matière de soins de santé équivalent-elles à un mandat d'euthanasie ou de suicide assisté?

Non. Dans le cas de l'euthanasie et du suicide assisté, des gestes concrets doivent être posés pour mettre fin à la vie d'une personne. Pour le suicide assisté, ces gestes seraient posés à la demande de la personne elle-même. L'euthanasie est parfois appelée meurtre par compassion. Au Canada, le *Code criminel* interdit ces deux actes. Contrairement à ce qui précède, les directives en matière de soins de santé précisent vos volontés relatives aux traitements médicaux que vous voulez recevoir et ne prévoient pas de gestes concrets visant à mettre fin à votre vie. Le gouvernement du Manitoba a reconnu la validité de telles directives dans sa *Loi sur les directives en matière de soins de santé*.

Pourquoi rédiger des directives en matière de soins de santé?

En rédigeant vos directives à ce sujet, vous pouvez soulager vos proches du fardeau émotif et du stress d'avoir à deviner ce que sont vos volontés à un moment où ils sont déjà bouleversés. De plus, ces directives assurent le respect de vos volontés.

Comment choisir un mandataire pour mes directives en matière de soins de santé?

Compte tenu de l'importance de cette décision, vous devez choisir quelqu'un en qui vous avez confiance, comme un ami proche ou un membre de votre famille. Assurez-vous que la personne choisie est prête à accepter cette responsabilité. Si vous nommez plus d'un mandataire, précisez s'ils doivent prendre des décisions de façon conjointe ou consécutive.

POURQUOI TRAVAILLER?

Vous vous êtes peut-être déjà posé la question : Si je bénéficie d'avantages sociaux, que je reçois des prestations et que je suis capable de vivre confortablement avec cet argent, est-ce que ça vaut vraiment la peine de faire beaucoup d'efforts pour trouver une carrière qui m'intéresse, de savoir quelle est la formation requise pour l'exercer, d'acquérir cette formation et ensuite entreprendre le processus potentiellement laborieux de trouver un employeur acceptable et compréhensif et qui est disposé à prendre le risque d'embaucher quelqu'un avec une lésion médullaire? Bien sûr, la réponse est que ce pourrait l'être. Dans cet article, je n'ai pas l'intention de minimiser les difficultés liées à un emploi, mais plutôt de vous présenter quelques raisons pour lesquelles un emploi pourrait constituer une étape bénéfique pour vous.

Retourner au travail ne consiste pas seulement à passer le temps ou à recevoir un chèque de paie. Il s'agit plutôt de pouvoir vous regarder bien en face et de vous dire honnêtement que vous contribuez quelque chose à votre communauté – que vous avez quelque chose à lui offrir, que vous êtes prêt à prendre le risque d'acquérir une compétence ou de développer un intérêt dans un domaine particulier, à y consacrer les efforts nécessaires pour y arriver, afin que les autres en bénéficient et que vous en bénéficiiez aussi par le fait même.

De nombreuses personnes médullolésées se retrouvent dans la position inconfortable d'avoir à demander beaucoup des autres, tout en ayant le sentiment qu'elles ont peu à offrir en retour. Votre vie ne doit pas nécessairement se limiter à ça. Il y a beaucoup de personnes atteintes d'une lésion très grave de la moelle épinière qui ont accompli des choses remarquables dans la vie. Vous êtes capable de choisir de jouer un rôle actif plutôt que passif dans la société, et d'avoir un effet positif sur la vie d'autres personnes, tout en changeant la vôtre.

Si vous êtes de ces personnes qui sont fatiguées de leur train-train quotidien à la maison et si vous vous demandez ce qui pourrait vous motiver à sortir de chez vous et à commencer à chercher du travail, voici quelques raisons à prendre en considération.

Travailler ajoute de la valeur à la vie. Cela ne s'entend pas dans le sens d'une valeur qui se mesure financièrement, mais plutôt d'une activité qui vous motive à sortir du lit le matin et de faire quelque chose qui en vaut la peine. Il y a beaucoup de satisfaction à savoir que quelqu'un compte sur nous, surtout quand, pendant longtemps, il a fallu compter sur les autres pour répondre à nos

besoins personnels. Travailler fournit une occasion de donner en retour et d'élargir son expérience de la vie.

Le fait de travailler ouvre de nouvelles possibilités. Beaucoup de gens peuvent être tentés d'envisager le travail comme une menace à leur liberté, comme une activité qui les contraint à un horaire et restreint leur disponibilité. C'est peut-être vrai à certains égards, mais le fait de se retrouver dans un environnement où les interactions sociales sont encouragées, voire nécessaires, donne lieu tout naturellement à d'autres possibilités. Ces possibilités peuvent aller de l'élargissement de votre réseau social à la découverte d'autres occasions de formation professionnelle, ainsi que d'avoir l'occasion de voyager et de voir le monde.

Travailler contribue aussi à améliorer la santé. Les preuves abondent qu'une vie active qui comprend une variété d'activités ajoute au sentiment de bien-être en général (voir les ressources ci-dessous). Le fait de n'avoir ne serait-ce qu'une activité quotidienne régulière pour laquelle il vaut la peine de sortir du lit donne un but et un sens à votre développement personnel et à votre dépense d'énergie, et peut avoir un effet profond sur votre capacité à profiter de la vie et à être en meilleure santé. Bien que la façon d'atteindre cet objectif ne consiste pas seulement à travailler au sens traditionnel du terme, avoir une occupation est néanmoins un moyen de développer son estime de soi.

À mesure que vous développez de nouvelles compétences et découvrez des habiletés inexploitées, vous acquerez plus d'assurance et une meilleure appréciation de qui vous êtes. Il se peut que vous n'ayez jamais eu un emploi auparavant ou que vous ayez déjà travaillé pendant la plus grande partie de votre vie. Quelle que soit votre situation, lorsque vous développez un ensemble de compétences au point que quelqu'un est prêt à vous payer pour vous en servir, cela contribue à un sentiment d'accomplissement et de réussite dans la vie. Même si vous travaillez comme bénévole, le fait de pouvoir aider quelqu'un à votre manière peut s'avérer une expérience très positive qui vous permet d'éprouver un sentiment de pouvoir accru.

Travailler contribue aussi à accroître son indépendance. La raison principale invoquée par les personnes médullolésées pour retourner au travail, c'est probablement parce ça leur permet de retrouver leur indépendance. En tant qu'êtres humains, notre aptitude à choisir une chose plutôt qu'une autre est ce qui nous distingue des autres espèces. Souvent, le fait d'avoir un emploi permet un plus grand éventail de choix que de ne pas avoir d'emploi, et augmente ainsi le sentiment de son indépendance et de sa capacité d'influencer son avenir. C'est là un avantage notable qui se répercute sur d'autres sphères de votre vie et qui aura un impact positif sur vos relations, vos intérêts, et même sur votre humeur.

Bien que ce ne soient pas les seules raisons pour lesquelles envisager de faire autre chose avec votre vie devrait être une option intéressante, j'espère que celles indiquées dans cet article vous ont incité à vous demander s'il n'y aurait pas quelque chose d'autre qui pourrait vous aider à mieux profiter de la vie. Si vous désirez tout simplement dans un premier temps parler de comment vous pourriez élargir votre expérience de la vie, n'hésitez pas à contacter l'un des conseillers en réadaptation de l'ACP.

Si vous êtes quelqu'un qui a déjà fait le saut de trouver sa voie dans la vie, nous vous encourageons à

geons à nous faire part de votre expérience, dans l'espoir qu'elle puisse inspirer d'autres personnes à faire le saut elles aussi.

Références

“Employment after Spinal Cord Injury.” Consulté sur le site :
<http://www.msktc.org/sci/factsheets/Employment-After-Spinal-Cord-Injury>

Kurtaran, A., Akbal, A., Ersöz, M., Selçuk, B., Yalçın, E. et Akyüz, M. (2009). “Occupation in spinal cord injury patients in Turkey.” *Spinal Cord*, 47 (9), p. 709-712. Consulté sur le site EB-SCOHost Research Databases.

Smith, Mike. “The Secret Vocation.” Consulté sur le site :
<http://www.newmobility.com/2001/09/the-secret-vocation/>

~ *Stefan Kliewer* ~
Conseiller en réadaptation,
Services d'orientation professionnelle

PROGRAMME DE FORMATION EN INFORMATIQUE

Kenn Harrison, instructeur d'acquisition de compétences en informatique du centre de préparation à l'emploi de la Society for Manitobans with Disabilities, répond à des questions sur la formation en informatique offerte par le centre.

Qui pourrait bénéficier d'une formation en informatique?

Le cours d'initiation à l'ordinateur 101 est conçu pour les personnes qui ont peu ou pas d'expérience en informatique. Le cours Microsoft Word – niveau 1 s'adresse aux personnes qui ont une certaine expérience de l'ordinateur et qui souhaitent améliorer leurs compétences en informatique.

Quel est le contenu des cours offerts?

Présentement, nous offrons deux cours, le cours d'initiation à l'ordinateur 101 et le cours Microsoft Word - niveau 1. Les cours durent une semaine, du lundi au vendredi, de 12 h 45 à 15 h 45. Le cours d'initiation à l'ordinateur 101 couvre les points suivants : mise en marche d'un ordinateur et d'un écran, fonctions de base d'une souris, configuration d'un compte de courrier électronique, en particulier pour les personnes à la recherche d'un emploi, envoi et réception de courriels, rédaction d'un curriculum vitae de base à partir d'un modèle, comment joindre un cv à un courriel, et recherche de possibilités d'emploi sur Internet. Le cours Microsoft Word - niveau 1 est conçu pour les apprenants qui possèdent déjà une certaine maîtrise de l'ordinateur et qui souhaitent améliorer leurs compétences en informatique. Le cours montre comment copier, couper et coller, ajuster le type et la taille de la police, insérer des puces, décaler du texte, ouvrir, fermer et sauvegarder des fichiers, effectuer les fonctions d'édition et de mise en page d'un document, utiliser le correcteur d'orthographe, imprimer un document, y insérer une date et une heure, ainsi que

les numéros de page, créer des fichiers et des dossiers, renommer un fichier, et récupérer des fichiers qui ont été supprimés.

Les étudiants ont-ils besoin de savoir comment se servir d'un clavier pour participer au cours?

Il serait bon que les étudiants aient quelques connaissances de base de la saisie au clavier avant de suivre le cours d'initiation à l'ordinateur 101. Les étudiants devront savoir taper au moins de 15 à 20 mots la minute, afin de pouvoir suivre le cours Microsoft Word – niveau 1.

Combien de personnes peuvent participer à ces cours?

La salle de classe est capable d'accueillir neuf participants et est équipée de postes de travail ergonomiques. Les bureaux peuvent être surélevés ou abaissés; les écrans sont entièrement ajustables et peuvent être réglés à des angles différents; les chaises sont également entièrement ajustables. Il y a aussi divers périphériques d'entrée disponibles, tels que les claviers compacts, les claviers gauchers et les boules de commande.

Qui oriente les personnes vers ces cours?

Les renvois sont initiés par les conseillers en orientation de l'Association canadienne des paraplégiques, la Society for Manitobans with Disabilities et le ministère de l'Emploi et de l'Économie.

Y a-t-il une liste d'attente?

Habituellement, il n'y a pas de liste d'attente, mais l'inscription se fait selon le principe du premier arrivé, premier servi. Les personnes ont besoin d'être aiguillées vers l'un des cours par leur conseiller et l'aide financière requise pour suivre un cours devrait être assurée avant le début de celui-ci.

Comment ces cours se déroulent-ils?

Pour chaque sujet abordé, la classe se voit assigner des tâches à accomplir. Un rétroprojecteur et un écran sont utilisés pour illustrer chaque tâche. Les étudiants travaillent de façon autonome et à leur propre rythme. Il y a toujours au moins un auxiliaire d'enseignement sur place pour fournir du soutien individuel aux participants, au besoin.

Est-ce que la ponctualité et l'assiduité sont surveillées?

Oui, l'assiduité et la ponctualité sont surveillées et il en est fait état dans le rapport remis au conseiller orienteur à la fin du cours. Les étudiants doivent communiquer avec l'instructeur s'ils sont incapables d'assister à une classe. Si un étudiant s'absente trop souvent, il se pourrait qu'il ne soit pas autorisé à continuer le cours, étant donné qu'il n'y a vraiment aucune possibilité de rattraper le contenu qui a été enseigné.

Les personnes qui utilisent un logiciel à commande vocale peuvent-elles participer aux cours?

Les personnes qui utilisent un logiciel à commande vocale devront être compétentes dans l'utilisation d'un tel logiciel. Elles devront peut-être se livrer à une brève évaluation avant le début des cours afin de démontrer leur maîtrise du logiciel.

Y a-t-il des devoirs à faire?

Il n'y a pas de devoirs, mais les étudiants sont encouragés à pratiquer ce qu'ils ont appris en classe sur leur ordinateur personnel.

Comment les étudiants sont-ils évalués? Est-ce qu'un rapport est remis aux participants et à leur conseiller à la fin d'un cours?

Les étudiants ont un certain nombre de travaux à faire en classe, liés aux sujets abordés chaque jour par l'instructeur. À la fin du cours, un rapport d'évaluation des progrès accomplis est rédigé par l'instructeur et envoyé au conseiller orienteur. Ce rapport indique les sujets abordés dans le cours que l'étudiant a pu maîtriser. Le rapport comprend également un relevé des présences et de la ponctualité de l'étudiant pendant les cinq jours du cours.

Autres considérations

Les étudiants auraient avantage à avoir un ordinateur à la maison, afin qu'ils puissent mettre en pratique ce qu'ils apprennent chaque jour. De plus, les conseillers devraient indiquer, au moment où ils orientent quelqu'un vers l'un des cours, si la personne a besoin d'hébergement, étant donné que ce genre de question devrait être réglé avant le début des cours.

~ Laurence Haien ~

Conseiller principal en réadaptation, Services d'orientation professionnelle

COMMUNIQUÉ DU GOUVERNEMENT DU MANITOBA

Le 28 août 2015

Le gouvernement du Manitoba, les municipalités et les divers organismes du secteur public élaboreront des plans par rapport à l'accessibilité.

- - -

Selon la ministre Irvin-Ross, cette démarche vise à supprimer les obstacles aux programmes et aux services pour tous les Manitobains.

Mme Kerri Irvin-Ross, ministre des Services à la famille et ministre responsable des Personnes handicapées, a annoncé aujourd'hui que le gouvernement provincial prendra l'initiative dans ce domaine, pendant que les municipalités et les organismes du secteur public élaboreront des plans visant à supprimer, d'ici la fin de l'année 2017, les barrières qui limitent l'accès de tous les Manitobains et Manitobaines aux programmes et services qui leur sont offerts.

« Tous les Manitobains ont droit d'avoir accès aux programmes et services gouvernementaux. Toutefois, il arrive parfois que des structures physiques, des technologies, des politiques et des pratiques mal planifiées créent des obstacles, rendant difficile pour certaines personnes l'accès aux programmes et services dont ils ont besoin, a déclaré Mme Irvin-Ross. En identifiant et en supprimant ces obstacles, nous allons créer une société plus inclusive pour tous. »

En fonction de la *Loi sur l'accessibilité pour les Manitobains* (LAM), à compter de 2016, le gouvernement provincial, toutes les grandes municipalités et tous les grands organismes et du secteur

public, doivent élaborer un plan d'accessibilité pluriannuel qui permettra d'identifier les obstacles dans leurs politiques et leurs programmes, ainsi que dans les services qu'ils offrent, et de proposer des moyens de les supprimer, a déclaré la ministre. Les petites municipalités et les petits organismes du secteur public auront jusqu'en 2017 pour mettre au point leurs plans d'accessibilité.

« Au lieu de traiter les obstacles au cas par cas, la législation en matière d'accessibilité présente une approche proactive et systémique pour supprimer les barrières et prévenir leur création, a déclaré Allen Mankewich, coprésident de la Manitoba League of Persons with Disabilities. De plus en plus de Manitobains cherchent à rendre leurs collectivités plus inclusives et à fournir des services plus inclusifs. La législation en matière d'accessibilité aidera à les guider dans cette démarche. »

« Il s'agit d'une étape importante vers l'élimination des obstacles qui empêchent les personnes handicapées de participer pleinement à tous les aspects de la vie en société, a déclaré Jim Derksen, vice-président du Conseil consultatif de l'accessibilité. Le Conseil est heureux d'avoir joué un rôle dans la consultation du public et de conseiller le gouvernement concernant la législation en matière d'accessibilité. »

La législation en matière d'accessibilité reconnaît que des obstacles empêchent les Manitobains handicapés de se déplacer, d'avoir recours à des services et d'obtenir de l'information, a déclaré la ministre Irvin-Ross. Les obstacles peuvent se retrouver dans des domaines tels que le cadre bâti, les services d'information et les pratiques d'embauche.

Les dispositions législatives seront applicables à tous les organismes (publics, privés et à but non lucratif) qui fournissent des biens ou des services et qui ont un ou plusieurs employés au Manitoba. Des normes d'accessibilité seront élaborées dans les cinq domaines du service à la clientèle, l'emploi, l'information et la communication, le transport, ainsi que la conception et la construction du bâti qui échappent à la compétence du *Code du bâtiment du Manitoba*, comme les trottoirs, les sentiers et les parcs.

Aujourd'hui, on estime qu'un Canadien sur six vit avec un handicap. En 2030, on s'attend à ce que ce soit un Canadien sur cinq. Environ 15 pour cent des Manitobains sont confrontés à divers types d'obstacles lorsqu'ils cherchent à avoir accès à des services des secteurs public et privé.

« Les obstacles entraînent un coût énorme pour les personnes handicapées, leur famille et leurs amis, leurs communautés, et aussi pour les entreprises », a déclaré la ministre Irvin-Ross. « Tous les organismes publics, y compris le gouvernement provincial, doivent faire preuve d'engagement envers l'accessibilité en supprimant les obstacles à la prestation de programmes et de services. »

Le Manitoba apportera son aide à l'identification, la prévention et la suppression des obstacles à l'accessibilité, a déclaré la ministre. Le Bureau des personnes handicapées du Manitoba offre des présentations et des activités de formation gratuites sur la création d'un plan d'accessibilité, y compris l'élaboration de politiques et de stratégies d'action.

Les dates limites pour l'élaboration et la mise en œuvre de plans d'accessibilité par les organismes gouvernementaux sont les suivantes:

- 2016 - Le gouvernement du Manitoba et tous ses ministères, les universités et les collèges, les

sociétés d'État, les offices régionaux de la santé et les grandes municipalités.

• 2017 - Toutes les autres municipalités et tous les autres organismes du secteur public, y compris tout conseil, toute commission, toute association, toute agence ou organisme similaire dont les gestionnaires, les administrateurs ou les directeurs sont nommés par le gouvernement.

Pour de plus amples informations sur *Loi sur l'accessibilité pour les Manitobains*, consultez le site www.accessibilitymb.ca.

Dans les deux articles qui suivent, deux membres de l'ACP décrivent comment la création artistique est devenue pour elles un moyen d'exprimer leurs émotions.

L'ART QUI VIENT DU COEUR

Il y a plusieurs raisons pour s'adonner à l'art, tels que le désir de guérir, de se faire entendre, ou encore quelque chose de tout à fait différent. Plus souvent qu'autrement, j'ai tendance à avoir recours à l'art comme moyen d'atténuer mon stress. L'art et le soulagement du stress relèvent de ce que certaines personnes appellent « la thérapie par l'art ». Cependant, pour moi, il s'agit tout simplement d'un passe-temps.

Je dessine une multitude de choses, en fonction de mon humeur, du temps qu'il fait à l'extérieur, ou de ce qui me motive à un moment donné. J'ai recours au réalisme, à l'art original et au « fan art ».

Réalisme : D'après ce que j'en comprends, c'est tout ce qui se présente comme une représentation de la vie réelle. Je dessine ou je peins des portraits d'amis et de membres de ma famille. D'autres peignent des natures mortes, des œuvres qui se veulent réalistes aussi, mais il s'agit alors de paysages et d'objets inanimés.

Art original : Il s'agit de la création de vos propres personnages ou scènes. C'est quelque chose qui vous est propre, que personne d'autre n'a réalisé auparavant.

« Fan art » (va de pair avec la « fan fiction », son équivalent côté écriture) :

Il s'agit d'art ou d'histoires fondés sur quelque chose que vous aimez, tels les dessins animés, une série télévisée, le cinéma, les jeux vidéo, etc. Vous en êtes un « fan » (un amateur) et vous créez de l'art à partir de ce que vous affectionnez, d'où l'expression « fan art ». Parmi ces différentes possibilités de dessin (ou de tout autre moyen par lequel vous choisissez de vous exprimer artistiquement), il y a des sous-catégories, divers genres, etc.

L'art, c'est de l'art. Peu importe le moyen utilisé (peinture, dessin, écriture, etc.), l'art véhicule un sentiment, une pensée ou la vie. Personnellement, j'écris aussi, mais cet article est consacré avant tout au dessin.

Quand une personne se livre assez ouvertement, qu'elle communique ses émotions et ses pensées sur un support papier, c'est alors que le sujet abordé est susceptible de toucher l'âme d'autres personnes. Cependant, un problème courant chez les artistes, peu importe le médium qu'ils choisissent pour s'exprimer, ce sont les commentaires des autres, s'ils veulent en avoir. La plupart des artistes ne deviennent pas populaires. Certains imploront que quelqu'un d'autre voit ce qu'ils ont créé, d'autres ne s'en préoccupent pas, tandis que certains artistes gardent leur art pour eux-mêmes. Pour ma part, je suis du nombre de ceux qui supplient les gens de leur faire part de leurs commentaires. Même si l'art me sert à atténuer le stress que je ressens, j'ai néanmoins un sentiment d'accomplissement lorsque quelqu'un me dit que j'ai bien fait. Avec ce genre de feedback, j'ai l'impression de ne pas avoir perdu mon temps, mon énergie et les émotions qui me sont chères.

Ceci dit, je dessine dans un style dit *anime*, un mot qui désigne le dessin d'animation japonais. L'*anime* ne renvoie pas à un style fixe, mais ressemble plutôt au style d'un dessinateur de bandes dessinées. J'ai commencé par dessiner du « fan art » et c'est en grande partie ce que je dessine à l'heure actuelle. Je dessine des personnages de films et de séries télévisées tels que Dragon Ball/Z, Sailor Moon, Naruto, et InuYasha. Lorsque je me suis mise à dessiner, j'essayais de reproduire autant que possible le style de divers artistes, parce que je n'avais pas de talent. Peu à peu avec le temps, j'ai trouvé mon style à moi, qui s'inspire fortement du style *anime*.

Je pourrais vous parler encore longtemps de ce que je dessine et de la façon dont je dessine, mais à tout dire, j'ai commencé à dessiner par hasard, parce que je voulais être comme ma sœur. J'ai continué à le faire, parce qu'avec le temps je me suis mise à y trouver du plaisir. Aujourd'hui, c'est un passe-temps qui me sert d'exutoire émotionnel et qui me rapporte parfois une vingtaine de dollars lorsqu'il s'agit d'une commande d'une œuvre d'art.

Aujourd'hui, j'ai acquis suffisamment d'assurance pour demander aux gens de me payer pour mon art et de le faire imprimer sur des objets, tels que des sacs fourre-tout, des autocollants et des vêtements, en passant par le site Web Redbubble. Il n'en a pas toujours été ainsi. Il m'arrive encore de douter de mon talent et de ne pas pouvoir dessiner pendant plusieurs semaines d'affilée. Je crains toujours de ne pas être assez bonne (une raison pour laquelle je ne travaillerai jamais en tant que peintre indépendante).

En tant que paraplégique, dessiner m'aide à traverser une multitude de choses, mais surtout ça m'aide à survivre à l'hiver. Les hivers sont tellement longs et rigoureux à Winnipeg que le dessin me permet de fuir dans un monde où il n'y a pas autant de neige, ou encore dans un monde où je peux construire un bonhomme de neige d'un coup de crayon rapide. De plus, dessiner me tient occupée lorsque je trouve que la vie n'est pas juste. Enfin, cela me permet de mener une vie qui est en grande partie équilibrée.

À mon avis, la chose la plus importante pour un ou une artiste, c'est que leur création ait un sens pour eux. Pas le sens d'une seule œuvre, mais celui de l'ensemble de leur art. Si on devait me demander quel est pour moi le sens de mon art vu dans son ensemble, je répondrais que sans la création artistique, je serais perdue. Je me sentirais perdue dans la vie sans l'*anime* et les amis qui inspirent cette forme d'art chez moi. C'est là ma vie, mon passe-temps et je ne l'abandonnerais pour rien au monde, même si je ne m'y adonne pas comme professionnelle. Peu importe le sujet,

à quel point il est achevé ou combien il est haut en couleurs, je continue à dessiner, à avancer. Pour moi, dessiner me fait vivre.

Cela étant dit, j'encourage les gens, même ceux qui pensent ne pas pouvoir dessiner, de s'y essayer et de continuer à le faire et à ne pas lâcher. Vous y trouverez votre sens à vous et vous aurez vos raisons de vous y adonner. Bonhomme en bâtonnets ou pas, je suis à peu près certaine que votre art est magique.

Jetez un coup d'œil à mon art sur les sites suivants :

Doggy-Yasha.deviantart.com

Yashaart.tumblr.com

Redbubble.com/people/doggyyasha

~ Amy LeBleu, membre de l'ACP ~

LE BIEN-ÊTRE, UN COUP DE PINCEAU À LA FOIS

L'influence de la peinture dans la vie d'un membre de l'ACP

~ Tara Mamchuk ~

Maria a découvert la peinture quand elle était petite fille en Croatie. Elle était âgée de 6 ou 7 ans lorsqu'elle a commencé à peindre et elle était la seule de ses sept frères et sœurs à s'y intéresser. Selon Maria, elle « peignait constamment » dans sa jeunesse. Maria utilisait de l'argile et de l'eau pour fabriquer de petites assiettes sur lesquelles elle peignait. À cette époque-là, elle peignait des maisons, des fleurs et des arbres.

Passons rapidement à 2015 : Maria vit à Winnipeg depuis 28 ans et elle peint toujours. Interrogée sur son processus de peinture, Maria insiste que c'est facile. Elle commence par peindre un arrière-plan et après ça, elle peint ce qui lui vient à l'esprit. Elle ne décide pas à l'avance ce qu'elle va peindre, mais elle se laisse inspirer par ce qu'elle ressent au moment même. Maria avoue avoir moins de patience pour peindre avec les enfants, affirmant que : « J'y vais librement et ils ne peuvent pas absorber ce que je suis en train de faire ». Cependant, elle prend plaisir à peindre en présence d'autres personnes, tels que ses fils Anthony et Daniel. Malgré son désir d'avoir de la compagnie, Maria ne recherche pas l'approbation de son art. Elle ne se soucie pas de savoir si d'autres personnes aiment ses œuvres ou pas; sa propre appréciation lui suffit.

Maria décrit son style comme étant « simple, mais agréable ». Maria couvre tout un éventail avec son style – de l'art abstrait allant jusqu'au portrait. En général, ses peintures sont très colorées. Maria reconnaît que ses œuvres d'art se prêtent à interprétation et que des personnes différentes peuvent y voir des choses différentes. Par exemple, dans une de ses œuvres Maria voit une femme qui se prépare à accoucher, ce qui n'est peut-être pas aussi évident pour d'autres personnes. Son tableau préféré est celui d'une femme qui tient un bébé contre sa poitrine et son épaule, accompagnée d'une autre femme en blanc qui la suit et d'une autre femme à ses côtés.

Selon Maria, certaines personnes voient des fleurs du côté gauche de cette peinture, mais encore là, cela dépend de celui qui regarde le tableau. Un des fils de Maria est aujourd'hui propriétaire de cette œuvre, alors vous devrez faire appel à votre imagination pour vous en faire une idée. Maria est consciente que son art peut ne pas avoir de sens pour certaines personnes, mais à tout le moins, il a du sens pour elle.

Maria apprécie la façon dont la peinture la tient occupée et l'aide à passer le temps. Elle se détend beaucoup lorsqu'elle peint. Elle trouve que la peinture contribue à lui remonter le moral : « Lorsque je peins, je ne suis pas émotionnellement bouleversée par quelque chose; je suis heureuse ». Après une séance de peinture, Maria est capable de passer à autre chose, comme aller faire une promenade avec son fauteuil roulant électrique. Peindre est non seulement une activité pour Maria; c'est un moyen qui l'aide à composer avec la dépression, la douleur et les spasmes. La peinture pour Maria est plus qu'un passe-temps ou une simple distraction; elle a une valeur thérapeutique indéniable.

Avis de non-responsabilité : Veuillez prendre note que les opinions exprimées dans cet article et les autres articles de ce numéro sont celles de leurs auteurs et ne reflètent pas nécessairement celles de l'ACP Manitoba.

HÉROS MÉCONNUS

~ P.A. MacDonald ~

J'espère que vous avez tous passé un excellent été cette année. De mon côté, j'ai appris certaines choses pendant l'été que je ne connaissais pas auparavant. Si l'indice humidex dans une pièce fermée dépasse 40 ° C, les barres de savon à bas prix fondent et le papier peint se met à peler! Je me réjouis à l'idée de passer les mois les plus froids à peindre, ainsi qu'à sculpter la gigantesque masse de savon en une statue d'ours polaire!

Je n'ai jamais partagé mon histoire avec vous, mes lecteurs. Je n'ai jamais trouvé ma vie remarquable au point de vouloir la raconter ou encore digne d'espace dans cette merveilleuse publication. Cependant, pour aller droit au but de cet article, il est nécessaire que je le fasse. Je suis très fier de mon indépendance. Je suis très chanceux d'être capable de faire tout ce que je fais aujourd'hui, en dépit de ma lésion médullaire. La vérité, c'est que je n'y suis pas arrivé seul. J'ai eu l'aide de beaucoup de personnes, et vous savez toutes qui vous êtes! Après une blessure de la moelle épinière qui change sa vie pour toujours, retrouver un sentiment d'accomplissement et d'utilité est un parcours long et difficile. Sans amis, sans personnel médical et sans l'aide de travailleurs de soutien à domicile, ainsi que d'organismes tels que l'ACP, ma vie aurait pu devenir stagnante.

Cet article se veut un hommage à quelques-uns de mes héros méconnus qui étaient là pour moi lorsque l'impensable s'est produit et que ma vie a changé à tout jamais. Je ne vais indiquer que leur prénom, mais à mon avis ils méritent tous d'être mis sur un piédestal et admirés comme étant parmi les meilleures personnes qui soient. Si je devais vous raconter dans les faits toutes les fois

où on m'a aidé, les responsables de *ParaTracks* m'enverraient probablement une facture pour les coûts d'utilisation de papier et d'impression supplémentaires que cela entraînerait. À vrai dire, j'ai déjà assez de factures à payer, donc je vais remonter seulement de 10 ans dans le temps.

Entrons donc dans une machine à remonter le temps qui nous ramène en 2005. Au début de cette année-là, j'avais enfin subi une intervention chirurgicale très complexe réalisée par un chirurgien doué qui est maintenant à la retraite, et qui a essentiellement réglé un problème avec lequel j'étais aux prises depuis seize ans. J'étais ravi et j'avais un nouveau regard sur la vie. Presque immédiatement après mon congé de l'hôpital, j'ai remarqué que j'avais de la difficulté à marcher. Je me suis mis à utiliser une canne (à mon grand embarras). Pendant que j'attendais de passer des IRM et d'obtenir un rendez-vous avec un spécialiste, la situation s'est aggravée avec le temps au point où je devais me servir de deux cannes pour me déplacer sur seulement une quinzaine de mètres.

Alors que l'ouragan Katrina ravageait la Nouvelle-Orléans, j'ai dû quitter le logement où j'habitais depuis quinze ans. La maison n'était plus accessible à mon colocataire et je ne pouvais pas payer le loyer seul. En quinze ans, on accumule une montagne de choses. Ce n'était donc pas qu'une petite affaire de m'en débarrasser ou de les déménager.

Le 31 août fut l'un des jours les plus chauds de l'année et une famille devait emménager dans mon logement le lendemain. L'entreprise de déménagement dont j'avais retenu les services ne s'est pas présentée. Impossible de faire des arrangements avec une autre entreprise, car c'est l'un des jours de déménagement les plus occupés de l'année. J'étais mal pris et pas rien qu'un petit peu.

Dans ma panique, j'ai appelé une de mes meilleures amies que je vais appeler « Sis », parce que nous sommes si près l'un de l'autre que je la considère comme la sœur aînée que je n'ai jamais eue. Elle et son mari possédait une entreprise et ils travaillaient tous les deux 16 heures par jour. Le 31 août était leur seul jour de congé et la famille avait prévu un barbecue auquel ils avaient déjà invité des gens. Ils ont annulé le barbecue sur-le-champ, appelé tous les invités et, quelques heures plus tard, Sis, son mari et leur fils de 15 ans sont arrivés à ma porte avec deux véhicules. Il a fallu plusieurs heures et de multiples voyages pour tout déménager, les gros meubles étant retenus au toit des véhicules au moyen de câbles élastiques... et de prières pour que tout tienne! Je ne sais pas ce que j'aurais fait sans eux.

Peu de temps après Noël cette année-là, ma difficulté à marcher s'est aggravée au point où je me suis retrouvé un jour étendu sur le plancher et incapable de me lever. J'étais seul à la maison à St. James. Je ne pouvais pas atteindre le téléphone fixé au mur, mais heureusement mon cellulaire était à portée de la main. Plus tôt dans la journée, j'avais appelé Rob et Joane qui sont mes anciens propriétaires, employeurs et mentors et que je considère comme un père et une mère. Je leur avais dit que j'étais fatigué de lutter et que j'avais décidé de me rendre à l'urgence. Nous avons convenu d'un temps dans l'après-midi où Rob viendrait me chercher pour me conduire à l'Hôpital de Saint-Boniface. Ma chute inattendue est survenue après qu'il avait déjà quitté la maison pour venir chez moi. Il avait un téléphone cellulaire avec lui, mais il était éteint.

J'ai pu rejoindre Joane à la maison, mais elle n'avait aucun moyen de communiquer avec Rob pour lui dire qu'il aurait à entrer dans la maison pour venir me chercher. L'entrée où stationner un véhicule et donnant sur la ruelle, avançait jusqu'à la fenêtre de la cuisine de la maison. Quand Rob est arrivé, il a reculé son camion, en a arrêté le moteur et est demeuré assis à l'intérieur à

attendre que je sorte. Pendant ce temps-là, j'étais toujours étendu sur le plancher, de l'autre côté de la fenêtre, maudissant le sort et essayant de penser à un moyen d'attirer son attention. Si ç'avait été à la télévision, on aurait eu matière à un sketch à se tordre de rire à l'émission Saturday Night Live. En dernier recours, j'ai saisi ma canne, enlevé mon caleçon boxeur et je l'ai accroché à la poignée de la canne. Je me suis mis à agiter mon drapeau de détresse dans la fenêtre de la cuisine dans l'espoir d'attirer son attention.

J'ai alors entendu le moteur démarrer et la transmission du camion s'engager. Horrifié à la pensée que Rob m'avait laissé là, je me suis mis à frapper sur le mur et à agiter frénétiquement mon « drapeau ». Au moment où il allait sortir de l'entrée, il a jeté un coup d'œil dans son rétroviseur et a entrevu le caleçon que je remuais dans la fenêtre. Non seulement m'a-t-il amené à l'hôpital, mais il a aussi réussi à insister auprès de l'infirmière de triage au point j'ai pu voir un médecin sans avoir à attendre trop longtemps. Disons tout simplement qu'il a un air imposant et que c'est une personne très convaincante ... si vous savez ce que je veux dire.

Il n'a pas fallu beaucoup de temps pour que le médecin effectue un diagnostic et que je sois transféré au Centre des sciences de la santé pour une intervention chirurgicale. Il était évident que mon séjour à l'hôpital serait long. J'avais un chat nommé Spunky. Il avait 15 ans et c'est l'être qui se rapprochait le plus du fils que je n'ai jamais eu. C'était un chat qui n'était pas à l'aise dans la maison de quelqu'un d'autre. Il avait besoin de moi pour prendre soin de lui, et pour cette raison, je refusais la chirurgie.

Le personnel médical m'a fait comprendre que plus je retardais la chirurgie, moins le pronostic serait optimiste. L'hôpital a contacté Sis et lui a expliqué la situation dans l'espoir qu'elle arriverait à me convaincre de subir l'intervention. Elle m'a pratiquement ordonné de le faire et m'a dit de ne pas me soucier de Spunky. Elle partirait de Transcona chaque jour pour prendre soin de mon chat. Elle ignorait à ce moment-là qu'elle venait de s'engager pour au moins 6 mois.

Je n'ai que de bonnes choses à dire au sujet des soins que j'ai reçus à l'hôpital. J'ai eu un excellent chirurgien qui a fait les deux interventions chirurgicales et j'ai retrouvé beaucoup plus de mobilité que ce à quoi on s'attendait. Mon physiothérapeute avait une patience d'ange avec moi et je m'appliquais autant que je le pouvais à faire les exercices recommandés. Pendant les quatre mois que j'ai passés à l'hôpital de réadaptation, j'avais trois compagnons de chambre qui étaient devenus tétraplégiques à la suite d'un accident. En observant le combat quotidien de leur vie, je me suis rendu compte à la longue que j'étais en fait la personne la plus chanceuse dans la pièce. Comment est-ce que je pouvais m'apitoyer sur mon sort? Pour cette raison, je les inclus parmi mes héros méconnus. Je me suis souvent demandé comment ils s'en sont tirés au fil des ans.

L'ACP réunissait chaque semaine un groupe de soutien, surtout pour les patients qui étaient hospitalisés, et j'étais tenu d'y assister. J'avoue que je ne voulais pas aller m'asseoir dans un cercle et tenir la main d'autres personnes, tout en chantant Kumbaya, ou encore me lamenter sur ce qui m'arrivait. Je pensais que je me portais très bien et que je n'avais pas besoin de l'aide du groupe. Cependant, être à l'hôpital, c'est ENNUYANT. Après les sessions de physio, il n'y avait pas grand-chose à faire. Je suis donc allé aux réunions du groupe de soutien. J'y ai entendu beaucoup de choses, dont la plupart m'entrait par une oreille et sortait par l'autre. Ce n'est que plusieurs mois plus tard que je me suis rendu compte que je trompais royalement à ce sujet. Donc, je tiens à

dire aux membres de l'ACP qui ont animé ces réunions que, en dépit de mon attitude belligérante, vous m'avez fourni les conseils dont je ne savais pas alors avoir besoin.

Quitter l'hôpital constituait pour moi la prochaine difficulté à surmonter. Je ne pouvais pas retourner à mon logement parce que la maison ne m'était plus accessible. De son côté, l'hôpital ne pouvait pas me laisser partir jusqu'à ce que j'aie trouvé un endroit adéquat où habiter. Entre alors sur la scène la toute-puissante Elizabeth. Liz travaillait pour l'ACP et elle avait pour tâche de coordonner et de trouver divers soutiens pour les personnes nouvellement médullolésées et à qui on devait donner sous peu leur congé de l'hôpital. Elle a soumis une demande à l'organisme Ten Ten Sinclair Housing pour un logement de transition temporaire. Il y avait beaucoup de formalités administratives à remplir dans mon cas, beaucoup plus que pour la personne moyenne. Elle m'a aussi aidé à inscrire mon nom sur la liste du service Handi-Transit, avec beaucoup moins de difficulté que la plupart des gens qui veulent s'y inscrire. Avec chaque contretemps, elle était là à se battre pour moi, allant souvent au-delà de son devoir. Je me suis mis à l'appeler mon « bulldozer ». Quand elle m'a demandé pourquoi, je lui ai dit que c'était parce qu'elle était la seule à débayer toute la merde pour moi. En conclusion, je dirai que Liz est la première personne qui m'a montré concrètement qu'une personne en fauteuil roulant peut être utile, valable et responsable et non seulement avoir et conserver un emploi, mais aussi le faire de manière exemplaire.

J'ai quitté l'hôpital en fauteuil roulant le 1^{er} juillet 2006 et j'ai emménagé dans un logement du Ten Ten Sinclair Housing. Ma demande avait été approuvée à la dernière minute et, par conséquent, je n'avais pas eu le temps de retenir les services d'une entreprise de déménagement. Donc, tout comme l'année précédente, Sis et sa famille sont venues à ma rescousse. Je suis certain qu'elle a dû être ravie d'apprendre que son service comme ange gardien de Spunky était désormais terminé, mais elle ne s'est jamais plainte de cette corvée et ne m'a même pas demandé de lui rembourser ses frais d'essence d'aller-retour pendant six mois. À la fin d'une très longue journée de déménagement, elle m'a amené faire l'épicerie. J'ai dû attendre pendant quatre mois pour avoir un fauteuil roulant électrique. Pendant cette période, elle est venue toutes les semaines me chercher pour aller faire l'épicerie. Par la suite, si jamais j'avais besoin d'aide, il me suffisait de lui envoyer un texto pour qu'elle se présente à ma porte, peu importe à quel point elle était occupée. Le 1^{er} juillet 2007 Sis et sa famille m'ont déménagé une dernière fois, à l'endroit où je demeure présentement.

Alors que j'attendais l'arrivée de mon fauteuil électrique, l'ACP, qui venait de m'ajouter à sa liste de membres, a offert de payer pour un fauteuil roulant ultraléger, afin que je puisse me déplacer plus facilement et demeurer en forme. J'ai été renversé d'apprendre que le fauteuil qu'ils avaient en vue coûtait plus de 3 000 \$. Ils me l'ont apporté pour que je l'essaie pendant quelques jours. Malheureusement, il était un peu trop petit pour moi et pas très confortable; j'ai donc gentiment refusé leur offre. Je mentionne ce fait parce que, non seulement je n'avais pas encore versé de cotisations de membre, mais aussi parce que l'ACP était disposée à assumer cette dépense pour mon bien. Je me suis alors senti très fier et reconnaissant d'être membre de cette association.

La dernière personne que je vais mentionner dans cet article est la coordonnatrice des bénévoles à la SMD. Je suis bénévole depuis de nombreuses années et j'ai toujours voulu rester dans l'ombre. Je suis timide et je cherche toujours à me défilier pour ne pas avoir à aller à des dîners de reconnaissance de bénévoles et à d'autres événements du genre destinés à nous remercier de notre con-

tribution. Chaque fois que je recevais une épinglette ou un quelconque certificat, ils allaient se retrouver au fond d'un tiroir chez moi avec peu de possibilité d'en sortir.

La SMD change de coordonnateur de bénévoles après quelques années. Au cours des trois années où Laurie a travaillé pour cet organisme, elle m'a souvent encouragé et elle est devenue avec le temps une amie. Elle m'a persuadé de faire des choses que je ne voulais pas faire. Je lui faisais suffisamment confiance pour assumer certains de ces nouveaux rôles. Non seulement cette expérience a changé mon attitude jusqu'à un certain point et m'a permis de voir ma vie sous un meilleur jour, mais elle a aussi contribué au sentiment que j'ai à l'heure actuelle de vivre pleinement ma vie. C'est elle qui m'a encouragé à rédiger des articles pour *ParaTracks*. Depuis, j'ai sorti toutes les marques d'appréciation de mon tiroir et elles sont maintenant fièrement affichées sur ce que j'appelle mon « mur de la renommée à reculons »!

Merci Laurie !

Il y a plusieurs autres personnes qui ont eu une incidence marquée sur ma vie au cours des dix dernières années et chacune d'entre elles mériterait un article entier à elle seule. Je dois cependant m'arrêter ici, mais pas avant d'avoir indiqué qui est « Sis ». Son nom est Thelma Krull. Elle est pour tous ceux qui la connaissent ce qu'elle est pour moi. Voilà pourquoi tant de gens refusent d'abandonner les recherches pour la retrouver. Le 11 juillet 2015, elle est disparue sans laisser aucune trace. Si quelqu'un qui lit cet article a des informations à offrir, s'il vous plaît appelez Échec au crime au 1-800-222-8477. J'affiche ici une photo plus ancienne de Thelma que vous n'avez peut-être pas vue dans les médias. Elle a été prise pendant une entrevue de nouvelles à la télé il y a quelques années, quand elle et son mari étaient propriétaires d'un restaurant où ils travaillaient et qui se trouvait sur la route Henderson.

À tous les héros méconnus qui ne ménagent aucun effort pour aider les personnes dans le besoin, je lève mon chapeau. Et à vous tous merveilleux lecteurs, je souhaite un automne des plus agréables et n'oubliez pas la grande fête de la coupe Grey qui va durer une semaine en novembre. Ce serait agréable de voir un peu de bleu sur le terrain, mais je crains que la seule façon que cela se produise soit que toutes les personnes qui vont y assister retiennent leur souffle jusqu'à ce qu'elles deviennent toutes bleues !

RETOUR À LA COURSE

Avant l'accident qui a changé ma vie, je passais beaucoup de mon temps libre à participer à des activités de course automobile. Sur une période de 40 ans, j'ai fait toutes les tâches imaginables relatives à un circuit, qu'il s'agisse de balayer la piste, d'organiser des courses ou d'y participer.

Pendant 26 ans, j'ai été l'instructeur-chef de notre école locale de pilotage. Simultanément, j'ai participé, à titre d'officiel dans notre région, à la prise en charge du volet juges des courses automobiles.

Après mon accident, une de mes préoccupations était de savoir comment je pourrais encore participer à la course automobile que j'avais tant aimée. D'abord, j'ai dû déléguer les tâches que

j'effectuais au circuit local à d'autres personnes de notre club et ma femme a dû abandonner ses tâches à l'inscription des pilotes. Certaines personnes qui travaillaient avec moi avaient vu comment je procédais lors des courses et comment je réglais les problèmes au fur et à mesure qu'ils surgissaient. Les gens ont redoublé d'efforts et, avec quelques accrocs, ils ont poursuivi le travail.

Plusieurs coureurs sont venus me rendre visite à l'hôpital pour regarder des courses à la télévision ou évoquer des souvenirs de course et m'aider à garder le moral. Le directeur de course m'a souvent consulté au sujet de problèmes qu'il rencontrait dans la poursuite du travail.

Ma famille a décidé de tenir un « social » pour recueillir des fonds. Les gens qui font partie du monde des courses et ceux du domaine de l'automobile, où j'ai travaillé de nombreuses années, se sont proposés pour offrir des prix. Ma femme, mes sœurs et un grand nombre de nos amis ont contribué à promouvoir la soirée et à vendre des billets. À la fin, nous avons tellement de prix que nous avons eu du mal à les grouper. Nous avons rempli la salle. Tout le monde s'est amusé et beaucoup de gens ont remporté de très bons prix. Merci à toutes les personnes qui ont contribué au succès de ce « social ».

Je savais que j'allais rencontrer un problème : comment allais-je me rendre à Gimli pour assister aux courses? Le « pas très pratique » Handi-Transit ne s'y rend pas et louer un taxi adapté aux fauteuils roulants aurait été très coûteux.

Un de mes amis a remarqué une fourgonnette adaptée aux fauteuils roulants à vendre sur un babillard de son supermarché local. Peu après mon retour à la maison, j'ai composé le numéro et fait l'acquisition de la fourgonnette. Cet achat à lui seul a fait une grande différence dans ma vie. Nous pouvons maintenant sortir sur un coup de tête quand bon nous semble, mais surtout, j'ai la possibilité de me rendre de nouveau au circuit.

Quand le calme est revenu après mon accident, j'étais paralysé à partir des épaules. Comme j'avais toujours ma tête, la présence de ma femme Judy, ainsi que mes mains et un logiciel à commande vocale permettant d'utiliser des ordinateurs, j'ai pu poursuivre mon travail à la commission régionale, puisqu'une grande partie de celui-ci peut être effectuée sur Internet.

Je pouvais encore assister aux courses locales et collaborer avec les officiels pour veiller à la tenue de ces activités. Je suis allé aux écoles de pilotage pour aider au déroulement du programme du samedi, afin d'éviter qu'un des instructeurs n'ait à intervenir et à prendre des décisions. Je peux demeurer assis dans mon fauteuil roulant et faire fonctionner le circuit pour eux, grâce à une radio.

Pendant les courses, je peux collaborer avec les autres commissaires pour faire enquête sur des incidents et résoudre des conflits qui surviennent de temps à autre. De plus, j'ai toujours la possibilité de rencontrer tout le monde, en bas, aux puits de ravitaillement, et de donner occasionnellement des conseils à des coureurs qui sont embarrassés par des problèmes mécaniques.

Cette année, la région a décidé de rehausser le niveau de formation des commissaires de toute la région. J'ai donc dû mettre à jour un cours de l'école de formation, que j'avais écrit il y a quelques années en PowerPoint. Grâce à l'aide de ma femme et du logiciel à commande vocale, nous avons réussi à effectuer le travail. Je pense que ma femme en a plus appris au sujet de PowerPoint qu'elle n'aurait jamais vraiment voulu en savoir, mais elle a persisté et le travail a été

fait. J'ai présenté le cours ici, au Manitoba, pour m'assurer que le tout était convenable et que l'information passait. J'ai ensuite emballé l'ensemble du cours et je l'ai envoyé en Alberta pour que quelqu'un d'autre l'enseigne à ma place.

Je nomme les commissaires affectés aux courses ici et en Alberta et je m'assure d'être disponible lors des fins de semaine de courses, au cas où un problème surgirait. Je reçois aussi les rapports d'enquête des commissaires que je publie ensuite sur notre site Web régional.

Ce que je suis en mesure de faire n'est pas aussi amusant que courir, mais cela me permet de contribuer à la course automobile de la seule façon dont je suis capable maintenant. Cela me permet aussi d'utiliser mon cerveau pour contribuer à améliorer les choses de mon côté du sport.

Il y a un dicton en course automobile qui dit qu'« une mauvaise journée de course automobile est encore mieux qu'une bonne journée ailleurs! » J'aime me rendre au circuit. Je suis heureux de pouvoir encore m'occuper de coureurs et de leur famille, face à face, par téléphone ou sur Internet.

~ Dino Calvert ~

PROGRAMME D'ÉVALUATION ET DE GESTION DES CONDUCTEURS

Le programme d'évaluation et de gestion des conducteurs du Département d'ergothérapie du Centre des sciences de la santé est un programme détaillé en deux parties qui évalue les besoins et le potentiel des conducteurs qui ont été atteints par une affection d'ordre médical.

Un travail d'équipe

L'équipe du programme comprend le client et son médecin, un ergothérapeute, un moniteur de conduite, des spécialistes des technologies d'assistance et des membres du personnel du Service de la conformité et des évaluations médicales de la SAPM.

Tout le monde travaille ensemble pour évaluer les capacités du client. Le Service de la conformité et des évaluations médicales de la SAPM est responsable de prendre la décision finale d'octroi d'un permis, une fois l'évaluation terminée.

Partie 1 : Évaluation à l'interne

L'ergothérapeute effectue cette évaluation de 90 minutes au Département d'ergothérapie du Centre des sciences de la santé. Selon l'affection médicale du client, l'ergothérapeute évalue les capacités suivantes :

Compétences cognitives (concentration, mémoire et perception visuelle)

État physique (force, amplitude des mouvements, sensation et coordination)

Capacité de manœuvrer les commandes d'un véhicule

Temps de réaction

Cette évaluation permet de recueillir des informations concernant les capacités physiques et cognitives nécessaires pour conduire un véhicule, ainsi que les modifications potentielles à apporter à un véhicule.

Parmi les modifications adaptatives courantes d'un véhicule, on retrouve les commandes manuelles, une pédale d'accélération activée par le pied gauche et des dispositifs de commande fixés au volant.

Suite à cette première évaluation, la plupart des clients sont évalués sur la route.

Partie 2 : Évaluation sur la route

L'évaluation routière est effectuée le même jour que l'évaluation à l'interne. Utilisant le véhicule à double commande du moniteur de conduite, celui-ci et l'ergothérapeute du programme procèdent à cette évaluation d'une durée d'environ 45 minutes.

Le véhicule d'évaluation peut être modifié pour répondre aux besoins de la plupart des clients.

Le jugement du client, sa capacité à prendre des décisions et son contrôle physique du véhicule sont observés dans une variété de situations de conduite.

Que se passe-t-il par la suite?

Suite à l'évaluation sur route, une rétroaction est fournie au client au sujet des résultats de l'évaluation et des recommandations qui seront faites.

Un rapport résumant les recommandations est envoyé au :

- Service de la conformité et des évaluations médicales de la SAPM
- Médecin qui a recommandé le client
- Services et produits de technologie d'assistance du Centre des sciences de la santé (dans le cas de modifications à apporter à un véhicule)

Y a-t-il des frais à payer?

Tous les clients paient des frais de 100 \$ (frais en date de janvier 2014) pour le moniteur de conduite, payable comptant le jour de l'évaluation. Des frais supplémentaires peuvent être facturés aux clients venant de l'extérieur de la province.

Modifications au véhicule

S'il est nécessaire d'apporter des modifications à un véhicule, elles seront abordées par la suite. Les Manitobains sont admissibles à des modifications limitées de leur véhicule, prises en charge par les Services et produits de technologie d'assistance du Centre des sciences de la santé (204-787-2366).

Comment puis-je être recommandé au programme?

Tous les clients doivent être recommandés par écrit par leur médecin. La recommandation doit être envoyée directement à la SAPM (voir l'adresse ci-dessous).

En raison de la politique de confidentialité sur les renseignements médicaux personnels, toute recommandation envoyée directement par un médecin au Département d'ergothérapie sera retournée au médecin avec instruction de l'envoyer à la SAPM pour y être traitée.

Le Service de la conformité et des évaluations médicales de la SAPM coordonne le processus des recommandations. Cela permet de veiller à ce que tous les problèmes d'ordre médical soient examinés avant l'évaluation de la capacité de conduire d'un client et que celui-ci ait un permis de conduire valide ou un permis de séjour temporaire pour l'évaluation sur route.

Pour faire un renvoi au programme, les clients et les médecins doivent communiquer avec :

La Société d'assurance publique du Manitoba
Service de la conformité et des évaluations médicales
C.P. 6300
Winnipeg MB R3C 4A4
Téléphone : 204-985-1900

Pour obtenir plus de renseignements :

Programme d'évaluation et de gestion des conducteurs
Département d'ergothérapie du Centre des sciences de la santé
RR180, 800, rue Sherbrook
Winnipeg MB R3A 1R9
Téléphone : 204-787-2786
Télécopieur : 204-787-1101

Sylvonne Layne, Nicole Dubois et Indra Balkissoon,

lauréates du prix d'excellence en 2015

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 manifester officiellement et publiquement sa reconnaissance envers des organismes ou des particuliers pour leurs réalisations exceptionnelles et leur contribution en appui aux personnes médullolésées. Le prix est décerné chaque année à l'occasion de l'assemblée générale annuelle de l'ACP. Une plaque est remise au récipiendaire du prix et son nom est gravé, à côté de celui des récipiendaires des années antérieures, sur une plaque permanente fièrement mise en évidence dans les bureaux de l'ACP.

Cette année, le prix d'excellence a été remis à trois professionnelles de la santé, chacune digne de cette récompense – Sylvonne Layne, Nicole Dubois et Indra Balkissoon – par M. John Wallis, président de l'Association, à l'occasion de son assemblée générale annuelle le 23 juin, pour « *leur dévouement et leur 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* ».

Sylvonne Layne : Sylvonne a travaillé pendant 35 années comme professionnelle de la santé. Habituellement, on peut savoir où Sylvonne se trouve grâce à son rire. Elle a commencé sa carrière en 1980 comme assistante de salle d'opération au Centre des sciences de la santé. Par la suite, elle est retournée aux études pour entreprendre sa formation en soins infirmiers, tout en travaillant à temps partiel au Centre. En 1993, après avoir obtenu son diplôme d'infirmière autorisée, elle a commencé à travailler sur l'unité de soins des personnes médullolésées RR4 de l'hôpital de réadaptation. De 2003 à 2013, elle a occupé le poste d'infirmière-ressource en soins cliniques sur cette unité, puis elle est passée à l'unité de soins RR5.

Elle a pris sa retraite en décembre 2013. Elle a fait partie de l'équipe de formation des aides en soins de santé lorsque ce programme a été mis sur pied. Elle était une ardente défenseuse des patients et les traitait avec dignité et respect, cherchant à rendre leur séjour le plus agréable possible dans une situation difficile.

Nicole Dubois : Nicole a servi le public comme infirmière pendant 26 années et a récemment pris sa retraite. De 1989 à 1997, elle a travaillé comme infirmière sur l'unité de soins des personnes médullolésées. De 2006 au 31 mai 2015, elle a occupé le poste d'infirmière à l'externe à la clinique de consultations externes pour personnes médullolésées. De plus, pendant deux ans, elle a fourni des services au Service de soins infirmiers du Nord de la province, tout en conservant son poste au Centre des sciences de la santé. Nicole a siégé au conseil d'administration de l'ACP pendant un an et demi. Elle a été d'une grande aide lorsque l'ACP a initié divers projets ayant trait au suivi et à la prévention des plaies de pression. Elle avait une passion pour la profession d'infirmière. Elle était une excellente instructrice pour les patients quant à la prise en charge et à la gestion de leurs propres soins à la suite d'une lésion médullaire. Elle a aidé de nombreux membres de l'ACP qui avaient des plaies de pression à en guérir et à demeurer en santé. De plus, au besoin, elle les mettait en relation avec des spécialistes pour des soins appropriés, sauvant ainsi de nombreuses vies.

Indra Balkissoon : Il y a trente-neuf ans, en 1976 plus exactement, Indra a commencé sa carrière au Centre des sciences de la santé en tant qu'assistante d'unité. Par la suite, elle est devenue commis d'unité sur l'unité de soins RR4 et, en 2003, elle s'est jointe au personnel de la clinique de consultations externes pour personnes médullolésées. Elle aimait l'offre de services en contact direct avec les bénéficiaires. Nous voyons encore, entre autres tâches, Indra repositionner des patients ou nourrir des patients atteints de lésions dans le haut de moelle épinière pendant qu'ils attendaient un rendez-vous. Il n'y avait rien de trop pour elle. Elle était une excellente collaboratrice. Elle appelait l'ACP pour nous informer lorsque des personnes manquaient des rendez-vous pour de la thérapie, n'allaient pas bien, etc., et pour voir si l'Association pouvait faire un suivi ... parce qu'elle avait leur bien-être à cœur. Indra a pris sa retraite de la clinique de consultations externes l'an dernier. Elle a sans aucun doute eu un effet positif sur la qualité de vie de membres de l'ACP, s'occupant d'eux avec bienveillance tout au long de sa vie au travail. Elle manquera beaucoup à ses collègues et à tous ceux qui la connaissaient.

L'ACP SOUHAITE LA BIENVENUE À SES

NOUVEAUX EMPLOYÉS

Je m'appelle Stefan Kliewer et je suis le tout dernier membre du personnel de l'ACP. Depuis le mois de juin, je me familiarise avec les membres de l'Association et j'apprends à connaître le métier de conseiller en réadaptation professionnelle. Le temps passé jusqu'à présent avec l'ACP m'a rendu heureux d'en aider les membres et de contribuer à leur croissance personnelle.

J'ai obtenu récemment ma maîtrise en counseling du Providence Seminary au Manitoba. Au cours de mes études, j'ai développé des compétences qui me permettent de fournir un meilleur appui aux personnes avec qui je travaille à l'heure actuelle.

Tout au long de mon programme de maîtrise, j'ai travaillé à temps partiel pour aider des personnes ayant une déficience mentale à profiter de la vie le plus possible. Grâce à ce travail, j'ai approfondi mon désir de voir à ce que les personnes bénéficient d'autant d'occasions que possible. J'ai pris conscience de l'importance d'avoir des relations solides, afin d'avoir du soutien en période de changement. En plus de travailler avec des usagers des services de santé mentale, j'ai travaillé dans de nombreux autres domaines, allant de travailler comme serveur dans un restaurant indien à planter des arbres partout dans l'Ouest canadien, en passant par l'enseignement de l'anglais en Corée du Sud.

Toutes ces expériences de travail, ainsi que d'autres expériences, ont contribué à élargir ma vision du monde et je compte bien apprendre de vos expériences, alors même que je cherche à vous aider dans les domaines où vous aimeriez grandir.

Je m'appelle Jacqueline (Jackie) Armes et m'occuper des autres, c'est ce qui m'intéresse. Je suis née et j'ai grandi à Oakbank au Manitoba. J'ai quitté le Manitoba pendant un certain temps pour servir notre pays dans les Forces canadiennes. J'ai consacré ma vie à aider les autres. Depuis vingt-cinq ans, c'est ce que je fais. J'ai débuté ma carrière en tant qu'adjointe médicale dans l'armée, soignant les soldats blessés à l'étranger et ici, chez nous.

Au cours des dix dernières années, je suis retournée aux études et je suis devenue travailleuse sociale autorisée. Je consacre maintenant mon énergie à faire avancer la justice sociale, ainsi que le bien-être des personnes et des communautés opprimées et marginalisées. Il s'agit d'un combat collectif pour lutter contre le racisme, le sexisme, le classisme, l'hétérosexisme, l'âgisme, l'adultisme, le mentalisme et la discrimination fondée sur la capacité physique. Ma contribution communautaire a été dans les domaines de la santé mentale, de la toxicomanie et des soins de santé.

J'ai choisi de devenir travailleuse sociale parce que m'occuper des autres me semblait tout à fait naturel. Travailler en tant que conseillère en réadaptation avec l'ACP Manitoba est pour moi une autre occasion d'être à votre service, vous, les membres de l'Association. J'ose espérer que je fais ma part, en étant aussi utile que possible et en servant du mieux que je peux. Pour le moment, je voudrais continuer à aider les personnes médullosées à devenir autonomes, autosuffisantes et à participer pleinement à la vie de la communauté.

Souvenez-vous toujours qu'il n'y a pas de raccourcis pour se rendre là où il vaut la peine d'aller.

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

Sharad Chandra
Robina Grant
Alden Wood
Robert Currie
Janelle Komaransky

Henry Cullihall
Ruth Henry
Harbhajan Ghundhu
Murray McNiven

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

Pour 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