

Famillēduc

Décembre 2018

Des pratiques innovantes pour la réussite éducative

- Les matinées 100% branchées
- L'éducation autrement
- Plus de services à plus d'enfants
- Le projet Cuisi-mots
- Bagages : des élèves de classe d'accueil au théâtre
- Regard sur la diversité parentale
- Rencontre avec M^{me} Nga To, acupunctrice
- Des ressources pour le bien-être des personnes touchées par le cancer
- Une clinique interdisciplinaire à but non lucratif





Écoutez nos entrevues radiophoniques.

Suivez notre veille politique.


Découvrez nos organismes membres.

Visionnez nos conférences.

Abonnez-vous à notre Bulletin électronique.

Consultez les Familléduc.



Pour plus d'informations, communiquez avec nous au 1 877 530-2363, poste 304
Suivez-nous sur  famillepointquebec.com

FAMILLE
Point Québec



Tout seul on va plus vite...

...ensemble on va plus loin. Tout au long de l'année 2018, nous avons parlé de la réussite éducative. Du rôle du parent, du service de garde, de l'école et des organismes. Cette édition clôturera la thématique de la réussite éducative en parlant du rôle des politiques familiales, des différentes façons de faire.

Lors de la préparation de cette édition, on m'a beaucoup souligné l'importance de la collaboration, tant entre les différents ministères qu'entre nos organismes, les institutions et la collectivité. Le proverbe africain, *Tout seul on va plus vite, mais ensemble on va plus loin*, prend tout son sens.

Notre nouveau ministre de la Famille, M. Mathieu Lacombe m'a accordé une entrevue que vous pouvez lire en page 8. Même si pour le moment, il me parle beaucoup de vision, il a une réelle volonté de poser des gestes concrets et m'assure que son gouvernement fera de la petite enfance l'une de ses priorités.

Pour l'année à venir, je vous souhaite une meilleure collaboration entre les organismes, tous secteurs confondus, et particulièrement entre les regroupements d'organismes afin d'aller plus loin, tous ensemble. C'est justement pour cette raison que mon coup de cœur du moment est la nomination de Marie-Ève Brunet à la direction de la Fédération des organismes communautaires Famille (FQOCF). Cette jeune femme dynamique a collaboré à plusieurs reprises au *Familléduc*. Femme d'action et de vision, c'est également elle qui a porté le dossier du congé parental des élus municipaux.

Je vous souhaite de joyeuses Fêtes et du bon temps en famille,

Bonne lecture,



Lydia Alder
Éditrice en chef
alderlydia@gmail.com

Table des matières

La découverte 5

Les matinées 100% branchées de la Maison des Familles de la Matanie

Parole du parent

L'éducation autrement



6

À votre service 8

Plus de services à plus d'enfants : entrevue avec le ministre de la Famille



Pédagogie 10

Le projet Cuisi-mots: un exemple de collaboration entre organismes pour favoriser la réussite éducative

La jasette

Bagages : des élèves de classe d'accueil au théâtre 12

Regard sur la diversité parentale, entre les lois et l'accessibilité sociale 14



Santé

Corps, esprit et énergie

Rencontre avec M^{me} Nga To, acupunctrice



16

Des ressources pour le bien-être des personnes touchées par le cancer 17

La rubrique 18

Une clinique interdisciplinaire à but non lucratif

Familleeduc

Décembre 2018

RÉDACTION

ÉDITRICE EN CHEF
Lydia Alder

COLLABORATEURS

- Helen Thornton, Maison des Familles de la Matanie
- Marie-Pierre Boileau, parent
- La Fondation pour l'alphabétisation
- Karine Tas, clinique Regain

PRODUCTION

CORRECTION
Michèle Saint-Cyr

CONCEPTION ET RÉALISATION GRAPHIQUE
Viva Design Inc.

IMPRESSION
JB Deschamps inc.

PHOTOGRAPHE
La Boîte blanche

PHOTOS ET ILLUSTRATIONS
Shutterstock

La revue Familleeduc est produite par

FAMILLE
point Québec

Téléphone : 514 527-8435 ou 1 877 527-8435
www.famillepointquebec.com

Les auteurs des articles publiés dans Familleeduc conservent l'entière responsabilité de leurs opinions. Le générique masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte. Les articles peuvent être reproduits avec l'autorisation écrite de la rédaction du magazine.

Dépôt : Bibliothèque nationale du Québec

ISSN 2562-1327 (Imprimé)
ISSN 2562-1335 (En ligne)



La découverte

Les matinées 100 % branchées de la Maison des Familles de la Matanie

Par Helen Thornton, animatrice et intervenante
à la Maison des Familles de la Matanie

Bye bye l'électronique, l'activité *100 % branché* offre des matinées linguistiques et ludiques autour des livres, avec un volet bilingue (français-anglais).

Dans un monde qui va vite, souvent trop vite, on souligne l'importance de garder un petit moment de qualité consacré à 100 % à nos enfants. C'est si facile de regarder nos courriels, de vérifier nos messages sur les réseaux sociaux, d'envoyer un texto à gauche et à droite, mais le plus important est devant nous : notre enfant! Alors, à la Maison des Familles de la Matanie, on troque les téléphones intelligents en on accorde du temps à nos trésors!

Nous offrons des activités qui démontrent aux parents comment encourager l'éveil à la lecture dans une formule ludique. Les matinées sont flexibles en termes d'emplacement. On peut offrir les activités sur place dans notre local 0-5 ans, mais également un moment de qualité en plein-air au parc municipal avec tapis géant, comptines animées, bac de livres et pause lecture en groupe. Cette formule est intéressante, car il y a aussi des garderies qui y assistent. Les parents, les éducateurs et les éducatrices ont ainsi un exemple concret à l'effet que la lecture peut se faire n'importe où.

Pour chaque matinée à l'intérieur, selon la thématique (transport, animaux, le corps humain, les couleurs, fruits et légumes, etc.), il y a des stations pour s'amuser autour des

livres. Pendant la semaine « Construction », par exemple la programmation éducative formule découverte, les enfants ont pu bâtir différentes maquettes avec des blocs LEGO et feuilleter des magazines dans le domaine. Dans le coin coloriage, il y avait un livre avec croquis d'idées, formes des différents moyens de transport à tracer. Dans le coin jeu de rôle, nous avons un livre avec textures « mon avion » et un chapeau de pilote, des billets d'avion ainsi qu'une revue « Débrouillards » contenant une entrevue avec des pilotes. Dans notre coin manipulation, les enfants avaient accès à des livres casse-têtes, des livres de lectures Pat'Patrouille et des jouets. Alors que nous

trouvions dans notre coin sensoriel un bateau qui flotte sur l'eau avec un livre de comptines en anglais « Row Row Row your boat ». À la station relaxation, le parent pouvait faire rouler une petite auto sur le dos de son enfant, et vice versa, pour un massage maison! On laisse la place à l'imagination et la créativité : tout est possible! ■

**Dans un monde
qui va vite,
souvent trop
vite, on souligne
l'importance de
garder un petit
moment de qualité
consacré à 100 %
à nos enfants.**



Tél. : 418-562-0918



Parole du parent

L'éducation *autrement*

Par Marie-Pierre Boileau, maman d'Eliot 6 ans et d'Alice 4 ans



Lorsque notre enfant a atteint l'âge de 5 ans, le temps était venu pour nous de choisir son école. En résumé, il fallait l'envoyer dans l'école de notre quartier ou bien dans une école privée loin de notre quartier. Les choix nous semblaient restreints, l'avenir de notre enfant semblait tracé d'avance par un système qui nous paraissait limité.

L'envie de faire les choses différemment et d'exprimer notre droit de choisir le type d'éducation à donner à nos enfants a fait son chemin dans nos têtes. C'est ainsi que l'entrée à la maternelle de notre plus vieux s'est faite dans le confort de notre maison entouré de sa famille. Nous sommes entrés dans un monde que nous ne connaissons pas, celui de l'éducation en famille, la tête remplie d'idées et de projets et le cœur emballé par cette nouvelle aventure.

Suivre le rythme d'apprentissage de notre enfant, se sentir libres d'apprendre, se sentir libres de notre temps, laisser libre cours à la curiosité et à la créativité de nos enfants : les raisons sont nombreuses et variées pour adopter l'éducation en famille et en faire un mode de vie.

Le terme « école à la maison » est souvent utilisé. Personnellement, je préfère parler d'éducation en famille, ce qui reflète beaucoup plus notre réalité quotidienne. L'éducation se fait en continu : à la maison, à l'épicerie, au parc, en voyage, au musée, au théâtre, entres amis. Tout est prétexte à apprendre, à la découverte d'un monde bien plus large que ce qui est souvent présenté aux enfants. Apprendre les fractions, étudier les peuples anciens, faire un voyage en France pour observer les peintures rupestres, participer à des ateliers de philosophie, tout ça en première année. L'écoute des envies de nos enfants est au cœur du processus. L'enfant est le créateur du plan d'apprentissage. Il est le guide et nous, en tant que parents-éducateurs, nous sommes les accompagnateurs. Nous fournissons les outils pour que sa curiosité soit satisfaite, pour que son goût d'apprendre soit stimulé et que sa joie de vivre s'exprime à son plein potentiel.

L'éducation en famille reste marginale dans notre société et ne vient pas avec un manuel d'instruction. Les défis sont importants : l'organisation du quotidien, la gestion des enfants de niveaux scolaires différents, la stimulation des apprentissages, les doutes sur le cheminement, la peur de

se tromper, la façon d'aborder les critiques de l'entourage. Malgré tout cela, les récompenses sont nombreuses : le bonheur de partager notre quotidien avec nos enfants, de participer activement à leurs apprentissages, de transmettre les valeurs qui nous sont chères, de constater que nos enfants apprécient chacune de leur journée, de voir nos enfants prendre en main leur éducation et leur vie.

Pour nous aider dans notre quotidien, plusieurs ressources existent. L'Association québécoise pour l'éducation à domicile défend les droits des familles qui ont choisi ce mode d'éducation. Elle nous accompagne dans les démarches administratives, elle fournit l'information nécessaire pour se lancer dans l'aventure. Nous sommes également membres du centre Communidée qui regroupe une quarantaine de familles. Nous nous rencontrons plusieurs fois par semaine dans un grand local que nous louons afin d'offrir à nos enfants des opportunités d'apprentissage par le biais d'ateliers de céramique, mathématiques, langues, histoire, arts plastiques ou ingénierie. Les parents partagent leurs connaissances avec toute la communauté. Ensemble, parents et enfants, nous construisons un monde enrichissant.

Nous avons sauté à pieds joints dans un monde inconnu il y a deux ans. Aujourd'hui, nous sommes heureux d'avoir plongé et de partager notre expérience. ■

L'envie de faire les choses différemment et d'exprimer notre droit de choisir le type d'éducation à donner à nos enfants a fait son chemin dans nos têtes.



À votre service

Plus de services à plus d'enfants

Entrevue avec Mathieu Lacombe, ministre de la Famille

Par Lydia Alder





Nommé ministre de la Famille le 18 octobre dernier, Mathieu Lacombe nous avait touchés lors de son assermentation au moment où ses deux jeunes fils ont couru le rejoindre. Les enfants sont sa priorité; le message est clair.

Le Ministre vient d'annoncer en novembre un financement de 30 M\$ sur 3 ans aux organismes communautaires Famille (OCF), dans le cadre de la Stratégie 0 – 8 ans. Lors de notre entrevue, ce père de famille, enthousiaste et déterminé, réitère à plusieurs reprises vouloir offrir des services de qualité plus rapidement à un plus grand nombre d'enfants. Pour y arriver, il mise sur la collaboration avec ses collègues à la Santé et Services sociaux et à l'Éducation ainsi que sur les organismes communautaires Famille.

ÇA PREND TOUT UN VILLAGE POUR ÉLEVER UN ENFANT – PARENTS, GARDERIE, ÉCOLE, ORGANISMES ET DES POLITIQUES FAMILIALES. QUELLES SERONT VOS PRIORITÉS COMME MINISTRE DE LA FAMILLE ?

Nous avons mis plusieurs priorités de l'avant lors de la campagne électorale : le retour au tarif unique, les allocations familiales et la création de places dans le réseau des services de garde éducatifs, qui seront créées en partie par le mouvement vers la prématernelle 4 ans.

Si nous parlons de la vision, nous sommes à un moment où la petite enfance occupe plus de place que jamais dans l'espace public. Les Québécoises et Québécois sont préoccupés par la petite-enfance et souhaitent agir davantage pour favoriser l'apprentissage des tout-petits. Nous avons l'intention de poser des gestes concrets pour notamment offrir plus de services, plus de dépistage des problèmes de développement à plus d'enfants.

VOUS PARLEZ DE DÉPISTAGE, DONC DE PRÉVENTION ET DE COLLABORATION INTERDISCIPLINAIRE ?

Oui, la prévention est importante. Pour y arriver, il faut être attentifs au développement de nos tout-petits, avoir les bons outils pour détecter les difficultés, et ensuite offrir un support à l'enfant et aux parents. Je suis très fier de la collaboration entre les équipes au gouvernement. Nous travaillons ensemble en ce sens, avec mes collègues : le ministre délégué à la Santé et Services sociaux, Lionel

Carmant, se penche sur la façon dont on peut aider nos tout-petits en dépistant plus rapidement leurs problèmes de développement. Mon collègue Jean-François Roberge, ministre de l'Éducation, planche sur un nouveau cycle préscolaire, la prématernelle 4 ans, non obligatoire. À titre de ministre de la Famille, je suis au cœur de ce chantier pour assurer un continuum de services entre 0 – 5 ans.

QUEL EST LE RÔLE DES ORGANISMES COMMUNAUTAIRES AUPRÈS DES FAMILLES AU QUÉBEC ?

Leur rôle est essentiel. Les organismes peuvent nous aider à identifier les enfants qui ne fréquentent pas le réseau des services de garde. Je vais vous dire ce qui m'empêche de dormir en ce moment, c'est le fameux 20 % d'enfants non présents dans le réseau; ce sont souvent les enfants les plus vulnérables, ceux que nous n'arrivons pas à rejoindre. Plusieurs de ces familles fréquentent un organisme communautaire Famille.

SEUL ON VA PLUS VITE, ENSEMBLE ON VA PLUS LOIN! COMMENT INCITER LES ORGANISMES À TRAVAILLER ENSEMBLE ?

C'est une belle citation; je l'avais affichée dans mon bureau pendant longtemps!

Je suis un joueur d'équipe et je veux travailler en équipe avec les organismes communautaires Famille. C'est le message que je leur ai lancé lors de l'annonce du financement de 30 M\$. Ils ont un rôle important et je compte beaucoup sur eux pour identifier le fameux 20 % d'enfants qui ne fréquentent pas les services de garde pour offrir à chaque enfant une chance égale. ■





Le projet *Cuisi-mots* :

un exemple de collaboration entre organismes
pour favoriser la réussite éducative

Par la Fondation pour l'alphabétisation

« Badigeonner », ça veut dire quoi ? Et « 4 c. à thé », ça se lit comment et ça correspond à quelle mesure ? Cela peut paraître anodin et pourtant, il faut savoir lire pour bien manger.

La Fondation pour l'alphabétisation a mis sur pied Cuisi-mots, un projet d'alphabétisation (ou littératie) familiale financé par le ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur* et bénéficiant du soutien de La Tablee des chefs, de Ricardo Media, de l'Université du Québec à Montréal ainsi que de nombreux organismes à travers le Québec.

Il s'agit d'une série d'activités gratuites alliant cuisine et lecture. Les enfants du niveau primaire, avec leurs parents, sont invités à lire, comprendre, réaliser, goûter et ramener à la maison un total de six recettes. Le projet poursuit notamment l'objectif de faire vivre une expérience positive avec le livre pour sensibiliser les familles en milieux défavorisés à l'importance de lire au quotidien, tout en favorisant le développement d'habiletés parentales et les saines habitudes de vie.

« SEUL, ON VA PLUS VITE, MAIS ENSEMBLE, ON VA PLUS LOIN »

Il n'est jamais évident de sortir de sa zone de confort et de s'engager dans des partenariats avec d'autres organisations aux missions différentes. Pourtant, ce projet est un exemple de collaboration entre des organisations variées (OBNL, entreprises privées, université) qui rassemblent leurs forces selon des valeurs communes afin de favoriser l'enrichissement collectif à plusieurs niveaux : La Tablée des chefs et Ricardo Média nous ont fait bénéficier de leur expertise en alimentation (gestion des denrées alimentaires, recrutement des chefs, recettes), le personnel de l'UQAM nous a fait profiter de sa connaissance pointue en éducation et en pédagogie, et les organismes sont ceux qui connaissent le mieux la réalité sur le terrain et ce qui convient à leurs familles. C'est grâce à eux, et avec eux, que le projet peut se déployer entre septembre 2018 et décembre 2019.



DES ALLIÉS SUR LE TERRAIN À OUTILLER ET À ACCOMPAGNER

En effet, afin de rejoindre un grand nombre de familles, tant en milieux urbains, semi-urbains que ruraux, il était nécessaire de s'entourer de ceux qui les côtoient tous les jours. Le projet peut compter sur la mobilisation, la collaboration et l'intervention d'organismes partout au Québec, qui accueillent les ateliers, recrutent les familles et offrent le volet pédagogique. Cuisi-mots leur permet notamment de bonifier leur offre de service, de recruter de nouveaux usagers, de consolider leur bassin de familles, le tout à moindre coût.

En élaborant un concept clé-en-main, nous voulions nous assurer qu'il soit tout de même assez flexible pour que chaque organisme puisse se l'approprier et l'adapter. Du recrutement aux ingrédients, en passant par la dynamique d'animation, chaque organisme crée donc sa propre version des ateliers Cuisi-mots.

Une collaboration avec une cinquantaine d'organismes est prévue d'ici décembre 2019, œuvrant tant durant l'année scolaire qu'en été, période durant laquelle les enfants issus de milieux défavorisés sont d'autant moins exposés aux livres.

LA RÉUSSITE ÉDUCATIVE : L'ÉCOLE... ET LES AUTRES!

L'ensemble des experts du milieu s'entendent pour dire qu'il n'y a pas que l'école qui intervient dans le développement de la compétence à lire. La famille (et sa perception de la lecture) joue un rôle de premier plan. Ainsi, même si le projet bénéficie du soutien de partenaires locaux en éducation, il valorise avant tout la relation parent-enfant, le rôle du parent, l'apprentissage de l'enfant, avec en trame de fond, le plaisir de lire combiné au plaisir de cuisiner.

Réunir des organisations de milieux diversifiés a définitivement été une incroyable opportunité de création de projet, au profit des familles québécoises. ■



 Fondation pour
l'alphabétisation

 Cuisi-mots
Lire pour bien manger



*Cette initiative s'inscrit dans le cadre de la Politique de la réussite éducative. Elle est en adéquation avec la stratégie relative aux services éducatifs offerts aux enfants de 0 à 8 ans – Tout pour nos enfants.

Pour plus d'information :

- www.cuisimots.org
-  @fondationalphabetisation
-  @fondationalpha

La jasette

Bagages : des élèves de classe d'accueil **au théâtre**

Par Lydia Alder

Dans la région de Montréal, on compte 186 écoles défavorisées qui accueillent plus de 56 000 enfants. Ces élèves, et tous ceux qui sont issus spécifiquement de l'immigration, ont de plus grandes difficultés à prendre leur place dans notre société, et sont beaucoup plus à risque de décrocher. Force est de constater que le système d'éducation doit s'adapter. Mais comment ?

Et si les arts, et le théâtre en particulier, étaient une façon de faciliter l'intégration et la quête d'identité de nos jeunes immigrants ? M^{me} Eugénie Francoeur, directrice générale de la Fondation Maison Théâtre, relate que plusieurs études démontrent hors de tout doute que l'accès aux arts a une influence positive sur l'avenir de chaque enfant. Les élèves exposés aux activités artistiques et culturelles pendant leur parcours scolaire ont cinq fois moins de chance de décrocher, et trois fois plus de chance d'obtenir un diplôme. De plus, les arts développent leur capacité d'émerveillement, leur résilience et leur estime de soi.

C'est ainsi que le 26 octobre dernier, dix-neuf élèves d'une dizaine de nationalités différentes sont montés sur scène à la Maison Théâtre pour présenter la pièce Bagages au profit de la Fondation Maison Théâtre. J'ai assisté à une répétition et rencontré les jeunes comédiens. Leur parcours est touchant. Ils sont bons. Ils ont de l'ambition et de l'espoir ainsi que beaucoup de résilience.

L'idée de Bagages est venue du parcours des jeunes immigrants des classes d'accueil de l'école secondaire Paul-Gérin-Lajoie-d'Outremont. Des jeunes dont les familles ont tout quitté en quête d'une vie meilleure, ici au Québec. De l'apprentissage de la langue à l'intégration, ces jeunes font face à plusieurs défis.

Bagages, c'est une pièce imaginée par Mélissa Lefebvre, enseignante d'art dramatique à l'école secondaire Paul-Gérin-Lajoie-d'Outremont, où de jeunes arrivants racontent leur histoire. Elle met en scène les élèves des classes d'accueil de l'école issus de l'immigration. « Tout a débuté il y a sept ans avec une classe de théâtre itinérant. Les élèves se promenaient de classe en classe pour raconter leur histoire. Les élèves, les enseignants, le personnel... tous ont été touchés par le récit des jeunes nouveaux arrivants » témoigne M^{me} Lefebvre. À la demande générale, et devant tant d'enthousiasme et de travail acharné, l'aventure de Bagages ne cesse d'évoluer. La pièce donne la parole aux

jeunes nouveaux arrivants qui racontent tour à tour leur histoire déchirante, l'angoisse et leur peur de l'inconnu dans sa complexité et sa diversité.

« Bagages, c'est aussi la reconnaissance de leur nouvelle culture, c'est dire qu'ils ont leur place dans leur nouveau pays et qu'on veut les entendre. Jouer cette pièce dans leur école a changé la perception des autres élèves, des enseignants, du personnel, bref de tout le monde. Ils ne sont plus vus comme des élèves immigrants, mais comme des élèves immigrants qui portent beaucoup en eux; une grande ouverture s'est développée tout comme un sentiment d'appartenance » se réjouit Mélissa Lefebvre.

Voilà un exemple d'apprendre autrement. Un exemple de réussite. Notre système scolaire a besoin de plus d'enseignantes comme Mélissa Lefebvre, de plus d'innovation et

d'expériences valorisantes qui poussent les élèves à se dépasser dans un contexte autre que des rangs de pupitres devant un tableau. ■

Et si les arts, et le théâtre en particulier, étaient une façon de faciliter l'intégration et la quête d'identité de nos jeunes immigrants ?



A photograph of two men smiling and holding a baby in a kitchen setting. The man on the left is wearing a light grey polo shirt and is holding the baby. The man on the right is wearing a dark blue polo shirt and has his arm around the first man's shoulder. The baby is wearing a white hoodie with a small red heart on the chest. The background shows a kitchen with white cabinets and a red kettle on the stove.

La jasette

Regard sur la diversité parentale, entre les lois et l'accessibilité sociale

Entrevue avec Mona Greenbaum, directrice de la Coalition des familles LGBT,
par Lydia Alder

La Coalition des familles LGBT fête ses 20 ans cette année; 20 ans de sensibilisation, de formation et de soutien. Les mentalités ont évolué ; nous avons observé plusieurs changements, tant au niveau du droit familial qu'au niveau de l'inclusion sociale. Des tabous sont tombés, même si certains persistent. On parle maintenant plus aisément des la diversité sexuelle et la pluralité des genres.

FORMER LES PROFESSIONNELS

En 20 ans, l'équipe de formateurs et formatrices de la Coalition des familles LGBT a formé 28 000 professionnel.le.s à travers 16 régions du Québec. Les formations, soutenues par différents ministères, s'adressent à toute personne qui travaille auprès des jeunes et des familles, que ce soit des travailleurs et travailleuses sociaux, policier.e.s, enseignant.e.s, éducateurs/trices, psychoéducateur/trices, médecins, coroners, juges, sexologues, intervenant.e.s communautaires. Les formations sont également données dans presque toutes les universités du Québec en sciences de l'éducation et dans les facultés de médecine.

ÉLARGIR LES FORMATIONS

Après les ministères de l'Éducation, de la Justice, l'Emploi et de la Solidarité sociale, le ministère de la Famille a finalement suivi le pas. Une entente de 5 ans a été signée l'an dernier avec le ministère de la Famille pour former les services de garde et les OCF à travers la province. Les sujets abordés sont beaucoup plus larges aujourd'hui; au début il était beaucoup question des familles homoparentales. Maintenant on parle aussi de personnes trans, de la bisexualité, de l'identité de genre, de parentalité sans imposé des stéréotypes de genres (« gender-neutral parenting »), de « coming out » et de comment accueillir les jeunes trans et non binaires en milieu scolaire.

DES FORMATIONS ADAPTÉES AUX OCF ET AUX SERVICES DE GARDE

Les formations sont modulaires et adaptées aux besoins de l'auditoire. Par exemple dans les services de garde et les OCF, les formations sont basées sur des situations concrètes comme comment célébrer la fête des Mères ou la fête des Pères ou bien sur comment répondre aux questions des enfants. Ces formations outillent les professionnel.le.s de la petite enfance pour aborder et répondre à leurs questions et couvrent des mots et acronymes tels que trans, queer, non binaire qui peuvent paraître complexes pour des intervenant.e.s qui n'ont pas été exposé.e.s à ces réalités

auparavant. Les formations ont été adaptées pour couvrir les concepts de base, mais aussi pour parler de la diversité des réalités familiales.

Des tabous sont tombés, même si certains persistent. On parle maintenant plus aisément des la diversité sexuelle et la pluralité des genres.

UN APERÇU DES ACQUIS

- Grande réforme du Code civil en 2002 qui a donné l'égalité juridique aux familles homoparentales
- L'accès à la parentalité a été beaucoup élargi; on parle d'accès égalitaire
- La reconnaissance sociale a beaucoup changé au fils des ans, même s'il y a toujours du travail à faire

ET DU CHEMIN À PARCOURIR

En dépit de toutes les avancées, il reste encore un travail de sensibilisation à faire.

- La sensibilisation. L'attitude sociale change plus lentement que les lois. La sensibilisation est vraiment la clé.
- Les formations auprès des professionnel.le.s
- Des lois adaptées aux nouvelles réalités des familles d'aujourd'hui

ENCADREMENT LÉGAL

Lors de la Commission citoyenne de la Chambre des notaires la Coalition des Familles LGBT a déposé son mémoire afin que la loi s'adapte aux différents modèles familiaux. Qu'on parle de transparentalité, d'adoption, d'accès aux origines, de l'encadrement légal de la gestation pour autrui, plusieurs situations ne sont pas légalement reconnues par le Code civil. Un encadrement légal est nécessaire... sa dernière réforme du Code civil remonte à 2002. ■



Coalition des
Familles LGBT
LGBT Family Coalition

www.familleslgbt.org



Corps, esprit et énergie

Rencontre avec M^{me} Nga To, acupunctrice

Par Lydia Alder

L'acupuncture est le moyen d'intervention thérapeutique de la médecine traditionnelle chinoise le plus utilisé, reconnu et enseigné en Occident*. Utilisée depuis plus de 2 500 années, la médecine traditionnelle chinoise repose sur l'observation de l'organisme dans son état dynamique. L'individu est considéré dans son ensemble, corps et esprit, avec ses forces et ses faiblesses et à l'intérieur de son milieu*.

L'acupuncture est un excellent complément à la médecine : ces deux types de savoir médical sont comme le Yin et le Yang. Ensemble, ils permettent de poser un regard critique et global sur l'être humain et la médecine. Tout en demeurant fidèle à la tradition, la pratique de l'acupuncture doit s'adapter à l'époque.

Depuis une quinzaine d'années, M^{me} To observe une ouverture et plus de reconnaissance et d'écoute à l'égard de l'acupuncture. Les acupuncteurs sont invités à la table de discussion avec les médecins. L'hôpital Juif de Montréal a maintenant une clinique interne d'acupuncture en oncologie, grâce à sa Fondation. En fait, l'acupuncture offre d'excellents résultats pour renforcer le système immunitaire et diminuer les effets secondaires lors des traitements de chimiothérapie et de radiothérapie.

L'acupuncture se base sur 3 corps non sectionnels : le corps, l'esprit et l'énergie. Cette médecine considère l'être humain comme un tout et observe l'ensemble des éléments pour traiter la cause d'un symptôme. L'acupuncteur observe le

patient : sa langue, ses yeux, son état et son pouls chinois. Le pouls chinois, qui diffère du rythme cardiaque, donne de l'information à l'acupuncteur sur la forme et la fluidité du pouls et donc, sur l'état général du patient. En permettant à l'énergie de circuler de façon fluide, en stimulant les points d'acupuncture, le patient est protégé et plus résistant aux faiblesses. La prévention est clé en acupuncture.

L'acupuncture se base sur 3 corps non sectionnels : le corps, l'esprit et l'énergie.

Les patients ont recours à l'acupuncture le plus souvent pour traiter la fatigue ou une douleur; il faut savoir que l'acupuncture est excellente pour traiter l'inflammation.

Quelques traitements en acupuncture peuvent aussi être très efficaces pour traiter l'insomnie, particulièrement si elle est hormonale ou causée par le stress. D'ailleurs,

les traitements d'acupuncture sont tout indiqués pour les dérèglements hormonaux, que ce soit la puberté, la fertilité ou la ménopause. La dépression est aussi bien traitée en acupuncture. On observe une guérison plus rapide lorsque combinée à un traitement classique. C'est logique puisque l'acupuncture agit sur l'énergie.

En conclusion, il est grand temps que notre système médical et ses acteurs soient plus inclusifs et que les tendances des dernières années continuent à évoluer afin d'inclure l'acupuncture en première ligne des soins médicaux. ■

*www.acupuncture-quebec.com

Des ressources pour le bien-être des personnes touchées par le cancer

Par Karine Tas, directrice générale de la clinique Regain

Le cancer est souvent synonyme d'un combat entre la vie et la mort. Mais, au-delà du taux de survie, qui ne cesse de s'améliorer grâce à la qualité des traitements, le cancer affecte le bien-être et la qualité de vie d'un nombre grandissant de survivants et de personnes atteintes.

Fatigue, isolement, déconditionnement physique, troubles de mémoire et de concentration, lymphœdème, neuropathies périphériques, stress, anxiété, difficulté à retourner ou à maintenir son travail, etc. La liste est longue des impacts autant physiques que psychologiques et spirituels que les personnes touchées par le cancer peuvent vivre, et ce, même plusieurs années après la fin des traitements.

Le réseau de la santé n'ayant pas les ressources pour répondre à leurs nombreux besoins, outre les traitements, il faut chercher ailleurs pour trouver des ressources complémentaires à celles offertes dans les hôpitaux.

Heureusement, de nouvelles cliniques interdisciplinaires s'intéressent à ces enjeux et offrent des services spécifiques pour les personnes touchées par le cancer. C'est le cas de la clinique de physiothérapie interdisciplinaire REGAIN, située à Verdun, qui a ajouté à son expertise en réadaptation physique des compétences clés pour soutenir cette clientèle.

Grâce à une équipe interdisciplinaire variée, regroupant des physiothérapeutes, ergothérapeutes, kinésioles, psychologues, massothérapeutes, acupuncteur et ostéopathe, les patients peuvent recevoir des traitements pour gérer les effets secondaires liés aux traitements du

cancer. Ils peuvent participer à plusieurs activités de groupe conçues spécialement pour eux, afin de se maintenir en forme et s'entraider : club de marche, cours de conditionnement physique en groupe, conférences, groupes d'entraide, etc. Des services sont également disponibles, notamment en ergothérapie, pour outiller les gens à reprendre le travail de façon durable.

Ces services sont une réelle bénédiction pour les patients qui en profitent, comme le témoigne une participante atteinte d'un cancer du sein, à la suite de ses traitements de chimiothérapie :

« Avant de rencontrer mon kinésiole, j'avais de la misère à retrouver mes énergies et je me sentais déprimée. »

« Avant de rencontrer mon kinésiole, j'avais de la misère à retrouver mes énergies et je me sentais déprimée. Je voulais retourner au travail rapidement

pour reprendre une vie normale, mais je ne me sentais pas assez énergique pour le faire et j'avais peur de faire une dépression. Grâce à cette expérience, je suis en mesure de reprendre ma vie en main et ça me donne confiance pour le futur. J'ai repris le travail et ça va bien. »

Il existe encore peu de cliniques qui offrent, au même endroit, autant de services adaptés pour les personnes touchées par le cancer, mais c'est un pas dans la bonne direction et de bon augure pour le futur! ■

regain
Santé et bien-être

<http://www.cliniqueregain.com>

Une clinique interdisciplinaire à but non lucratif

Par Lydia Alder



Voilà une approche peu commune dans le milieu de la santé : une clinique de physiothérapie à but non lucratif. À Verdun, la clinique REGAIN fait les choses différemment afin de mieux servir la population. Cet organisme à but non lucratif offre des services dans trois secteurs complémentaires visant la santé et le bien-être de la population : la réadaptation physique, la récupération pendant et après un cancer et le développement de saines habitudes de vie.

REDONNER À LA COMMUNAUTÉ

Qu'est-ce qui distingue une clinique privée à but non lucratif des autres cliniques ?

À priori, le même type de services est offert pour des problématiques similaires par des professionnels et professionnelles de la santé, tels des physiothérapeutes, kinésiothérapeutes, ostéopates, massothérapeutes, acupuncteurs et acupunctrices, ergothérapeutes, psychologues, nutritionnistes et infirmiers, infirmières. « Reconnue pour la qualité de ses services professionnels, sa contribution au bien-être physique de la population et son engagement social, la clinique vise l'équilibre budgétaire. Étant à but non lucratif, lorsqu'il y a des surplus, ils sont réinvestis dans notre programme d'oncologie et dans la communauté », m'explique Karine Tas, directrice de la clinique REGAIN.

Certains soins et services sont offerts gratuitement à une population plus vulnérable. Les prix demeurent raisonnables et les membres du CA sont des administrateurs bénévoles. Toute l'équipe a à cœur la qualité de vie de ses patients et de la communauté. D'ailleurs, ils ont tissé des liens avec des acteurs locaux pour, entre autres, offrir un club de marche gratuitement aux patients en oncologie.

L'INTERDISCIPLINAIRE

La physiothérapie peut aider à prévenir, à soulager et à traiter différents problèmes de santé physiques. Le médecin n'est pas toujours la porte d'entrée pour tous les maux. Sur le plan des problèmes musculo-squelettiques, comme les maux de dos, les entorses et les douleurs au genou, d'autres professionnels et professionnelles de la santé, comme les physiothérapeutes, sont beaucoup plus férus en la matière que les médecins pour vous aider. Ils détiennent une formation universitaire, de niveau maîtrise, qui porte principalement sur les déficiences et les incapacités physiques; ils peuvent vous recevoir sans prescription médicale et vous référer à un médecin si votre situation le nécessite. L'approche interdisciplinaire favorise les échanges entre professionnels et professionnelles. Elle permet d'optimiser la réhabilitation en travaillant parallèlement. La santé est vraiment considérée comme un tout. ■

APPELS AUX ARTICLES



VOUS AIMEZ ÉCRIRE?

Vous aimez écrire? Vous êtes parent, grand-parent, enseignant, intervenant, éducatrice, chercheur? Votre expertise auprès des organismes communautaires et des familles nous intéresse.

Communiquez avec notre éditrice,
Lydia Alder : alderlydia@gmail.com

Avec vous pour une plus grande synergie au service de la famille!

FAMILLE Point Québec



Devenir membre :

Les membres bénéficient de plusieurs avantages et services, dont :

- L'organisation de conférences « **La rencontre des PointsDeVue** »
- Un réseautage de qualité
- Le **Familléduc**, la revue des familles
- Les tables de discussions **ProposDeFamille**
- **ParoleAuxOrganismes**, une veille politique au bénéfice de l'intérêt de la famille.

www.FamillePointQuébec.com

Pour plus d'informations, communiquer avec nous
au 1 877 527-8435, poste 304

Suivez-nous sur 
www.facebook.com/FamillePointQuebec

FAMILLE Point Québec