



PAR MARIAME KEÏTA



L' **HIVER 2024**  
**ccupé**



*Journal des étudiants en ergothérapie*



UN PETIT MOT DE LA VICE-PRÉSIDENTE AUX COMMUNICATIONS...



# COUCOUU (!!!)

Tout comme à la session d'automne, j'ai, Mariame Keïta, étudiante en deuxième année et vice-présidente aux communications, eu la chance de pouvoir rédiger, et ce, avec un énorme plaisir, le journal étudiant de notre programme d'ergothérapie. Je tiens une fois de plus, à prendre un moment pour remercier toutes les personnes qui ont contribué de proche ou de loin, à la rédaction de cette édition de l'hiver 2024.

# BONNE LECTURE

J'ESPÈRE SINCÈREMENT QU'IL VOUS PLAIRA ! 🍷



@AEEUQTR



@AEEUQTR



# DANS CETTE ÉDITION...



UNE NOUVELLE ÉTAPE - PAGE 04



LES COUPS DE ♥ DU CX - PAGE 05



DU VIN, DU FROMAGE ET BEAUCOUP D'ERGOS - PAGE 06



LES COUPS DE ♥ DE L'AEÉ - PAGE 08



RETOUR AUX SOURCES - PAGE 10



L'ERGOLOVE: CETTE FLAMME QU'ON SE PARTAGE - PAGE 14



ASSISTANTE DE RECHERCHE EN ERGOTHÉRAPIE - PAGE 16



L'AEÉ SE REND À HOLLYWOOD - PAGE 20

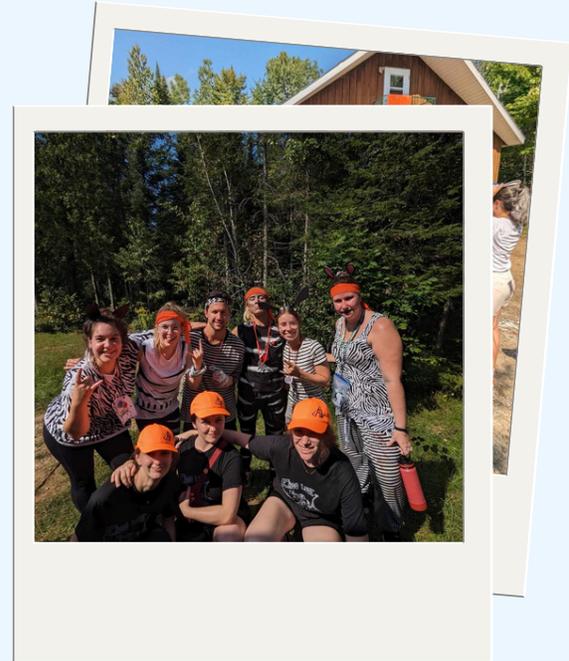


EN ROUTE VERS LE GUATEMALA - PAGE 22

# UNE NOUVELLE ÉTAPE

*L'entrée à l'université est en quelque sorte un gros « step » dans la vie d'une jeune femme. À quel point j'étais excitée de commencer ce nouveau chapitre de ma vie. Être étudiante au bacc-maitrise en ergothérapie à l'UQTR, ce n'est pas rien et j'en suis très fière.*

Je me suis quand même rendu là avec beaucoup de travail et d'efforts. L'université représentait de nouveaux défis à relever et de nouvelles rencontres. Et oui, je me suis fait des amies avec qui je me sens bien et qui me font sentir à ma place. Et que dire de ma semaine d'initiation! La remise des fameuses casquettes orange était un moment tellement magique. Quand ta marraine d'ergo te remet ta casquette, c'est assez unique en soi. Tu appartiens officiellement à la grande famille de l'Ergolove. Il y a un grand sentiment d'appartenance qui s'installe. De plus, j'ai décidé de m'impliquer au sein de l'association étudiante en ergothérapie. J'ai fait de superbes rencontres. Alors, mon début d'université est vraiment *sua'coche* comme on dit! Merci la vie et j'espère pouvoir vivre encore plusieurs de belles expériences tout au long de mon parcours!



**-GABRIELLE RIOUX, ÉTUDIANTE EN 1ÈRE ANNÉE**

# LES COUPS DE DU CX

PAR MARIAME KEÏTA, VPCOMM & ÉTUDIANTE EN 2E ANNÉE



## IT HAPPENED ONE SUMMER PAR TESSA BAILEY

Ce roman nous amène à suivre la belle l'histoire d'amour entre Piper, une influenceuse originaire de Los Angeles qui rencontre Brendan, un pêcheur de Westport qui a l'allure d'un dur, mais qui est tendre de l'intérieur. Au début du roman, ils semblent se détester, mais tout au long des chapitres, ils apprendront à mettre leurs différends de côté. Si tu aimes les romans de type « ennemies to lovers », ce livre est pour toi!



## REMINDERS OF HIM PAR COLLEEN HOOVER

Ce roman nous amène à suivre l'histoire de Keena, une mère qui sort tout juste de prison et sa jeune fille Diem. Après un événement tragique qui s'est produit il y a un peu plus de cinq ans, Keena devra travailler d'arrache-pied pour prouver à son entourage que la perception qu'ils ont d'elle est fausse. « For some reason, I never thought there would be an after you », cette histoire nous amène à prendre conscience de l'importance de toujours dire à nos proches qu'ils sont importants pour nous.



# DU VIN, DU FROMAGE ET BEAUCOUP D'ERGOS 2024

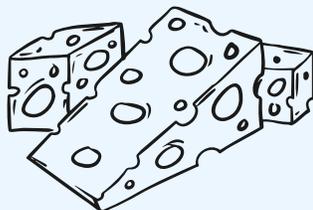
PREMIÈRE ANNÉE



DEUXIÈME ANNÉE



TROISIÈME ANNÉE



QUATRIÈME ANNÉE



# LES COUPS DE DE L'AEE

## *SURVIVING SUMMER*

Vous souffrez des Winter Blues?

C'est le temps de regarder *Surviving Summer*! Cette série nous transporte dans le monde ensoleillé et rempli d'aventures qu'est la petite ville australienne ShoreHaven. Dès les premiers instants, les paysages idylliques nous font oublier les sombres jours d'hiver. Les personnages sont ultra attachants et on ne peut s'empêcher de s'investir dans leur tumultueuses relations amoureuses.

Perso, je vote pour Bax et Summer!

PAR ALYSSA ZAÏM, ÉTUDIANTE EN 1ÈRE ANNÉE

# LES COUPS DE ♥ DE L'AEE

Partie 2 des films marquants que j'ai écouté à date cette année, autant des *throwbacks* que des plus récents



- Le destin de Will Hunting (ou Good Will Hunting en anglais)
- Little woman
- Elemental
- Mrs Doubtfire
- Don't worry darling

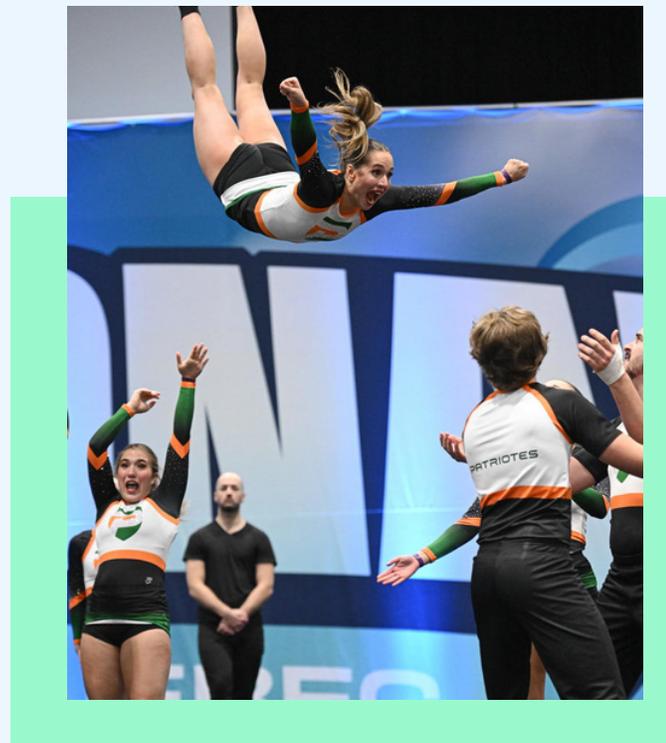


PAR MYLÈNE THIBAudeau, ÉTUDIANTE EN 2E ANNÉE

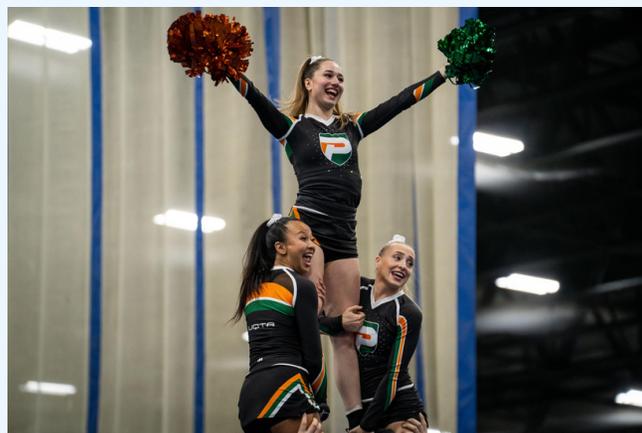
# RETOUR AUX SOURCES

L'ergothérapie n'est pas un programme facile, mais comme nous le savons tous, il est important de garder un bon équilibre occupationnel. Cela signifie qu'il est important de garder du temps pour nos activités significatives, malgré notre lourde charge de travail dans les cours; c'est pourquoi je ne vais jamais regretter ma décision de m'être embarquée dans l'équipe de cheerleading des Patriotes, même si au début j'étais réticente. Non seulement je n'avais pas pratiqué ce sport depuis 4 ans, mais je craignais également de manquer de temps pour mes études ou de manquer de temps pour les activités qui entourent la vie étudiante; maintenant, en prenant du recul, je réalise que cet engagement me permet justement d'avoir une structure de vie et une éthique de travail me permettant de réaliser mes responsabilités. Bien sûr, ce n'est pas nécessairement facile et je dois parfois faire des sacrifices (comme ne pas faire certaines lectures...), mais ça en vaut la peine.

Être étudiant-athlète s'accompagne de nombreux défis, mais c'est également un moyen de découvrir un côté de nous-mêmes qu'on ne sort pas nécessairement dans d'autres facettes de notre vie. De mon côté, le cheer me permet de sortir mon « leadership », en tant qu'une des deux capitaines de l'équipe. Sans le sport, je ne pense pas que j'aurais pu développer cette qualité; l'adhésion au sein d'une équipe sportive permet de faire tellement de développement, sans même que l'on s'en aperçoive.



L'université est un endroit parfait pour faire de nouvelles rencontres, notamment dans notre programme d'études, mais faire partie des Patriotes est un autre monde qui apporte d'autres opportunités. Le programme des Patriotes permet de côtoyer d'autres athlètes de divers programmes universitaires, mais qui ont tous le sport comme passion. Juste le fait de s'entraîner à leur côté, dans nos vêtements Patriotes, nous savons que nous nous entraînons tous pour représenter la même institution, ce qui apporte un sentiment d'appartenance et de fierté. En plus du côté sportif, il y a de nombreux événements mis en place qui nous rapprochent entre sports et qui permettent de ressentir encore plus cette fierté.



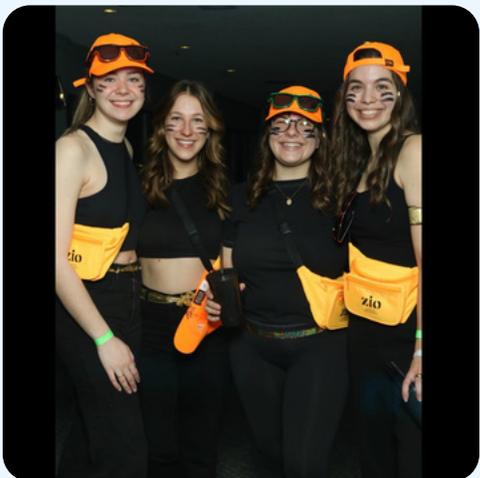
Le programme sportif de l'université voit des améliorations dans ses équipes sportives chaque année, et c'est notamment ce qui est en train de se produire avec l'équipe de cheerleading. C'est spécial de sentir qu'on joue un rôle dans ce changement, mais également de le faire avec plusieurs autres étudiantes en ergothérapie. J'ai plus que hâte de voir les accomplissements que les équipes des Patriotes réaliseront au cours des prochaines années, mais particulièrement l'équipe de cheerleading.

L'université et le programme des Patriotes m'ont permis de retomber en amour avec mon sport, et ont amélioré l'ensemble de mon expérience universitaire. J'encourage tout le monde à renouer avec un ancien sport, une ancienne activité, ou de se trouver une nouvelle passion à faire pendant son parcours universitaire, car ça ne pourra qu'améliorer leur expérience.

**-JULIETTE MCNEIL, ÉTUDIANTE EN 2E ANNÉE**



# BUFFET PHOTOS : DE L'ERGOLOVE À VOLONTÉ





# L'ERGOLOVE : CETTE FLAMME QU'ON SE PARTAGE

Mars 2013. Émilie DeLange, alors VP aux affaires socioculturelles, publie sur la page Facebook Ergothérapie UQTR pour nous inviter à utiliser le #ergolove sur les photos d'ergo qu'on publie sur Instagram. « Si tout le monde faisait ça, ça serait beau de pouvoir toutes aller les voir de temps en temps! » Il faut comprendre qu'Instagram était encore relativement nouveau dans nos vies, donc on n'avait pas pensé de vérifier si ce hashtag était déjà relié à un autre sujet (bonjour les porte-bébé!). Mais l'intention était là! Si mes souvenirs sont bons, c'est à ce moment que le mot ergolove a été popularisé au sein de l'AEE.

Aujourd'hui, la légende de l'ergolove est tapissée sur un mur du local d'asso. Savez-vous pourquoi? Vous pensez peut-être que c'est en hommage à Roxanne Boisvert. Mais pas du tout. La légende, c'est un hymne à la flamme qui a été portée par Rox, oui, mais qui est maintenant répandue en nous, qui avons choisi l'ergothérapie.

L'ergolove, c'est la flamme qui vous habite. Celle qui vous a amené à vouloir devenir ergothérapeute. Celle qu'on a aperçue dans vos yeux lors de l'entrevue d'admission. Celle qui vous motive à étudier jusqu'à 2h du matin au 4e Ringuet (est-ce encore là le « spot » pour étudier toute la nuit?). Celle qui vous anime un premier jour de stage. Celle qui va guider votre crayon la première fois que vous allez ajouter erg. après votre signature. Cette flamme, elle ne nous quitte jamais. Tout au long de votre carrière, l'ergolove vous accompagnera, pour que vous puissiez partager votre temps, votre énergie et votre passion à des centaines de personnes pour leur permettre de réaliser leurs occupations, ce qui les rend vivants.



J'espère sincèrement que la prochaine fois que vous verrez la légende en entrant dans le local de l'asso, vous y verrez un point de ralliement plutôt qu'un hommage à une personne que vous n'avez jamais connu. Et peut-être prendrez-vous quelques minutes pour fermer les yeux et réfléchir à la place que prend l'ergolove en vous...



-PAR ÉLOÏSE BERGERON,  
FINISSANTE DE LA COHORTE 2014

# BINGO

## ERGOTHÉRAPIQUE



**Tu es capable  
d'expliquer  
clairement ce qu'est  
l'ergothérapie**

**Tu vas au Café  
Morgane au moins 2  
fois par semaine**

**Tu connais le nom de  
tous les os de la main  
par coeur**

**Tu follow la page  
@aeeuqtr sur TikTok**

**Tu avais un ergars  
dans ton équipe  
d'initiation**

**Tu souhaites  
travailler en enfance  
plus tard**

**Tu as déjà vomi en  
classe parce que tu  
étais trop hangover**



# ÊTRE ASSISTANTE DE RECHERCHE EN ERGOTHÉRAPIE, EN QUOI ÇA CONSISTE?

Lorsque vous entendez le mot recherche, vous pensez immédiatement à de la recension des écrits, à des résumés d'articles scientifiques et à de la collecte de données. Cependant, au cours du dernier été, j'ai découvert que c'est beaucoup plus que cela.

J'ai majoritairement travaillé, avec mes collègues, sur le projet de la plateforme Communauté engagée avec les citoyens aînés, dont la chercheuse principale est Valérie Poulin. Pour vous en faire un bref résumé, son objectif est de faire découvrir des initiatives inspirantes favorisant la participation sociale des personnes aînées. Cette plateforme, impliquant les différents acteurs du milieu communautaire, se veut être un espace de partage des idées, de cocréation et de collaboration. Pour ce faire, elle est divisée en trois sections. La première comporte diverses initiatives du milieu communautaire qui sont regroupées par thèmes. Par exemple, ce peut être des activités récréatives ou intergénérationnelles mobilisant les personnes aînées et encourageant les rencontres sociales. La deuxième section est une boîte à outils regroupant des documents et des vidéos visant à soutenir les proches aidants ou les gestionnaires des organismes communautaires, notamment au niveau de la gestion et de la création de projets. La troisième section, quant à elle, est un espace collaboratif offrant un espace de discussion où les utilisateurs pourront contacter les personnes-ressources de chaque initiative s'ils souhaitent en apprendre davantage sur celle-ci ou se lancer eux-mêmes dans un projet similaire.



Notre tâche principale, en tant qu'assistantes de recherche, était de rencontrer les responsables d'initiatives communautaires pour recueillir des données, telles que les objectifs, la description du projet, la clientèle visée et les retombées à ce jour afin de les partager sur la plateforme. Nous avons aussi réalisé une recension des écrits pour présenter des données probantes sur la plateforme de manière vulgarisée.

Par ailleurs, j'en ai appris davantage sur diverses réalités et enjeux du milieu communautaire, tels que la promotion de leurs projets et la recherche de bénévoles. J'ai également découvert plusieurs projets inspirants à travers le Québec que je vous invite à découvrir en allant jeter un coup d'œil à la plateforme ! Cela m'a permis de comprendre que la recherche nous permet d'exercer notre leadership dans notre communauté pour faire un pas vers l'avant. Elle nous permet de partager notre couleur et nos valeurs dans le choix d'un projet qui nous tient à cœur et de le voir se concrétiser au fur et à mesure.

Ainsi, j'ai appris que l'ergothérapie nous donne aussi l'opportunité d'être agent de changement et de bâtir de toutes pièces des projets qui ont un impact concret sur la communauté. C'est contribuer au bien-être de son prochain et favoriser l'engagement occupationnel et la participation sociale comme personne d'autre ne sait mieux le faire que nous, en tant que futurs ergothérapeutes.

Pour satisfaire les curieux et curieuses, voici le lien du projet de plateforme Communauté engagée avec les citoyens aînés en développement:

[https://oraprdnt.uqtr.uquebec.ca/pls/public/gscw030?owa\\_no\\_site=1137](https://oraprdnt.uqtr.uquebec.ca/pls/public/gscw030?owa_no_site=1137)



**-GABRIELLE AUDY, ÉTUDIANTE EN 2E ANNÉE**

# BUFFET PHOTOS : DES ÉQUILIBRÉ(E)S OCCUPATIONNELLEMENT





# LE GALA 2024 : L'AEE SE REND À HOLLYWOOD





# EN ROUTE VERS LE GUATEMALA ...

Le 29 avril prochain, 10 de mes ergamies et moi prenons notre envol pour le Guatemala afin d'y accomplir un projet mémorable!

Lors de ce voyage, Emma, Mélodie, Lauryanne, Marie-Michèle, Laurie, Camille, Anne-Gabrielle, Marjorie, Karelle, Amélie et moi réaliserons des interventions en prévention et en promotion de la santé en ergothérapie.

En collaboration avec notre organisme de voyage Horizon Cosmopolite, nous demeurerons 3 semaines, soit en trio ou en duo, dans des familles guatémaltèques afin d'être immergées dans la culture du pays.

Nous suivrons des cours d'espagnol individuels tout en participant à des activités culturelles telles que de goûter des plats traditionnels, de danser, de cuisiner et plus encore. Au travers de ce beau projet, nous réaliserons également différentes activités culturelles planifiées par notre organisme : ascension d'un volcan, tour en bateau, classe de salsa, visite d'un vignoble, journée à la plage, visite de musée, visite de plantations de café et plus encore!

Nous irons répondre aux besoins, s'il y en a, dans différents milieux de santé tels que des écoles spécialisées, des cliniques de réadaptation, des résidences pour personnes âgées et autres afin de transmettre nos connaissances en tant que bachelière en ergothérapie.

Évidemment, nous comptons ressortir de ce voyage étant grandie autant au niveau professionnel que personnel. Cependant, nous n'avons pas l'intention de réinventer leurs traditions et leurs coutumes. Nous allons offrir notre aide et proposer des interventions tout en respectant notre rôle dans cette culture qui n'est pas la nôtre.

Nous allons travailler certaines compétences personnelles qui nous permettront de devenir de meilleures professionnelles telles que l'ouverture sur les différentes cultures, la gestion de notre pratique et l'initiative.

UQTR Université du Québec à Trois-Rivières		Université du Québec à Trois-Rivières (11 pax) Del 29 de abril al 20 de mayo 2024		29 años Compartiendo Idioma, Gastronomía, Cultura, Amistad y EXPERIENCIAS		
Domingo	Lunes 29	Martes 30	Miércoles 1	Jueves 2	Viernes 3	Sábado 4
	Llegada a Guatemala Hora: 20:08 Vuelo: UA1523	8:00 a 12:00 Presentación de maestros y clases de español 12:00 a 13:00 Almuerzo 13:00 a 14:00 Orientación 14:00 a 16:00 Tour por Antigua 16:00 a 17:00 Tour por Ciudad Vieja	8:00 a 12:00 Clases de español 12:00 a 13:30 Almuerzo 14:00 a 17:00 Actividad Regreso con las familias	8:00 a 12:00 Clases de español 12:00 a 13:30 Almuerzo 14:00 a 17:00 Prácticas de ergoterapia (Visite du milieu respectif pour chaque groupe) Regreso con las familias	8:00 a 12:00 Clases de español 12:00 a 13:30 Almuerzo 14:00 a 17:00 Actividad Con momento para organizar prácticas de ergoterapia Regreso con las familias	8:00 a 12:00 Clases de español 12:00 a 13:30 Almuerzo 14:00 a 16:00 Visita al Cerro de la Cruz Regreso con las familias
5	6	7	8	9	10	11
9:00 a 12:00 Mañanas mayas Almuerzo típico (Santiago Zamora) 12:00 a 13:00 Tour a la plantación de macadamia	8:00 a 12:00 Prácticas de ergoterapia 12:00 a 13:30 Almuerzo 14:00 a 17:00 Clases de español Regreso con las familias	8:00 a 12:00 Prácticas de ergoterapia 12:00 a 13:30 Almuerzo 14:00 a 17:00 Clases de español Regreso con las familias	8:00 a 12:00 Prácticas de ergoterapia 12:00 a 13:30 Almuerzo 14:00 a 17:00 Clases de español Regreso con las familias	8:00 a 12:00 Prácticas de ergoterapia 12:00 a 13:30 Almuerzo 14:00 a 17:00 Clases de español Regreso con las familias	8:00 a 12:00 Prácticas de ergoterapia 12:00 a 13:30 Almuerzo 14:00 a 17:00 Clases de español Regreso con las familias	8:00 Salida al volcán Pacaya Almuerzo en la cima 14:30 Regreso del volcán
12	13	14	15	16	17	18
Salida a Chichicastenango (Desayuno para llevar) 9:00-11:00 Llegada a Chichicastenango, tour y tiempo libre 11:30 a 12:30 Salida de Chichicastenango 12:30 a 13:30 Almuerzo frío u opcional (Panajachel) 14:00 a 16:00 Tour por 2 pueblos en lancha (San Antonio y Santa Catarina Palopó) 17:00 Salida y regreso a las familias	8:00 a 11:00 Prácticas de ergoterapia 12:00 a 13:30 Almuerzo con las familias 14:00 a 16:00 Tour al museo de chocolate y La Casa del turista	8:00 a 11:00 Prácticas de ergoterapia 12:00 a 13:30 Almuerzo con las familias 14:00 a 15:00 Tour a la fábrica de chocolate y la Casa del turista Visites de différents milieux en groupe *modifiable dans le calendrier*	8:00 a 11:00 Prácticas de ergoterapia 12:00 a 13:30 Almuerzo con las familias 14:00 a 16:00 Tour a la plantación de café 17:00 a 18:00 Clase de salsa y merengue	8:00 a 11:00 Prácticas de ergoterapia 12:00 a 13:30 Almuerzo con las familias 14:00 a 16:00 Visita a una fábrica de vino artesanal	8:00 a 11:00 Prácticas de ergoterapia 12:00 a 13:30 Almuerzo con las familias 14:00 a 16:00 Visita al Museo Nacional de Arte (Antigua)	7:00 Salida a la playa de San José Almuerzo frío u opcional por el grupo (en la playa) Tiempo libre en la playa San José 15:00 Regreso de la playa con las familias
19	20					
Mañana libre con las familias Almuerzo con as familias 14:00 Traslado a Antigua para compras y visita del mercado de artesanías 17:00 Cena y fiesta de despedida	2AM Salida de las familias al aeropuerto (2 personas) Vuelo: UA1901 Hora: 6:15AM O salida al lake Atitlán (9 personas)					



POUR SUIVRE LEUR AVENTURE SUR INSTAGRAM CET ÉTÉ

- ARIANE LOISELLE, PRÉSIDENTE & ÉTUDIANTE EN 3E ANNÉE

**JE VOUS SOUHAITE UNE BONNE FIN DE  
SESSION ET UN TRÈS BEL ÉTÉ!**

**MERCI  
À NOS PARTENAIRES**



**Psst... N'oublie pas d'aller nous suivre sur Instagram et TikTok!**

