



L'Occupé

Automne 2018



Retour sur l'ergo-voyage au
Guatemala / p. 15

Chronique d'une fille dans le
déli / p. 13

La pratique centrée sur le
client... à quel prix? / p. 4

Laser Tag



– Qu'est-ce qui se cache –
SOUS TA FAÇADE ?

ENQUÊTE PANQUÉBÉCOISE SUR LA SANTÉ PSYCHOLOGIQUE
29 OCTOBRE AU 25 NOVEMBRE 2018

Bonjour à tous,

Comme notre Présidente l'a décrété au début de la session, cette année c'est celle de la santé mentale!

Il est tellement important d'en parler surtout dans notre contexte de performance universitaire. Nous le savons tous, les ergos nous sommes des perfectionnistes-anxieux. Il faut faire attention à notre équilibre occupationnel en tant que futur ergos!

Je tiens à souligner le rôle inspirant de notre chère Sandrine dans la promotion de l'enquête sur la santé mentale des étudiants universitaires.

Merci à toutes celles qui se sont impliquées dans la production de cet édition du journal étudiant.

Bonne lecture à tous!

Nicolas Gervais
VP aux communications

Dans ce numéro :

- ❖ *Mon arrivée à l'Université*
- ❖ *L'organisation des initiations*
- ❖ *La pratique centrée sur le client... à quel prix?*
 - ❖ *Mois de l'ergo*
- ❖ *La rémunération des stages en ergothérapie*
- ❖ *La perspective du Nord-du-Québec en ergothérapie*
- ❖ *Chronique d'une fille dans le déni*
- ❖ *Retour sur l'ergo-voyage au Guatemala*

Félicitations aux nouvelles élues du Cx :
Julianne Boulanger (VP interne), Valérie Lafond (VP externe), Evelyne Cournoyer (représentante de 1^{ère}) et Claudie Hurtubise (secrétaire)

Mon arrivée à l'Université

-Récit d'une première année-

*Auteure :
Marie-Pier
Lefèvre*

L'Université. Oui, avec une majuscule, parce que ce n'est pas tous les jours que l'on franchit une si grande étape de la vie. C'est bien plus qu'une nouvelle école : C'est un nouveau mode de vie, un nouveau chez soi, une nouvelle famille, en gros, une nouvelle aventure et un autre chapitre de notre vie que l'on entame. Bref, c'est la description qui me vient depuis que je suis entrée au baccalauréat en ergothérapie à l'UQTR.

Dès la première journée d'initiation, bien que craintive et incertaine, j'ai pu sentir à quel point, peu importe qui j'étais et d'où je venais, j'étais acceptée dans cette grande famille, malgré le ketchup jeté au visage et le lavage à l'eau glacée sortie directement du boyau d'arrosage. Une chose est sûre, c'est que notre semaine d'initiation nous a fait vivre toutes sortes d'émotions. Ce qui me terrasse encore, c'est que même si nous étions tous inconnus l'un à l'autre, chacun se soutenait et s'encourageait avec une sincérité déconcertante. Pourquoi? La réponse à tout : l'ergolove.

C'est alors que j'ai appris ce concept, un mot si chaleureux et porteur de sens. J'ai découvert cette expression et je continue de le faire tous les jours à travers les conversations entre amis, les sourires amicaux échangés, les soirées festives, les fous rires et les inquiétudes partagées. C'est le lien qui désormais nous unit et fait de nous les ergamis. Je suis choyée de savoir que je continuerai mon chemin aux côtés d'aussi bonnes personnes pour les 4 prochaines années, où petit à petit, nous nous verrons grandir et devenir ce que nous voulons être : des ergothérapeutes.

Ergo = 



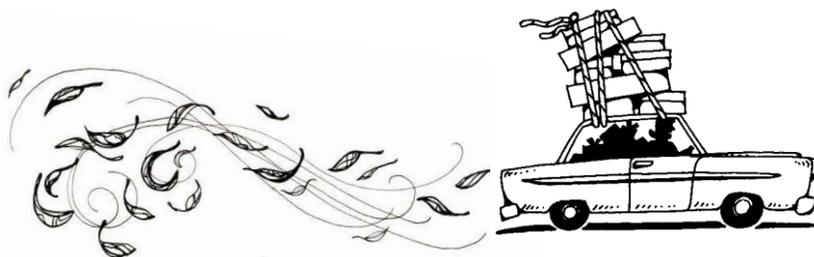
L'organisation des initiations

- Récit de l'organisatrice-

*Auteure :
Audrey
Baillargeon*

Le moment tant attendu de la part des deuxièmes, le moment que j'attendais avec impatience depuis un peu trop longtemps, initier les futurs bébés ergo. J'ai eu la chance que ma classe me fasse confiance et me nomme responsable de la journée des initiations 2018. J'étais très honorée de cela et je le suis encore aujourd'hui. Organiser cette journée avec l'aide de mon comité était un défi pour moi et j'espérais le réaliser avec brio. Mon comité et moi avons débuté l'organisation de cette journée dès que nous avons eu les informations. Toutes excitées, le thème devait être choisi et petit à petit, nous avons commencé à regarder des vidéos YouTube pour trouver les meilleurs jeux pour bien accueillir les premières années. Des vidéos, je ne peux pas dire combien j'en ai regardé, mais clairement, j'ai passé beaucoup de temps à visionner tout ça. Ça en a valu la peine!

Étant une personne qui peut être dernière minute dans la vie, la journée pré initiation était la journée pour tout acheter et finir d'organiser la journée des initiations. Je ne me rappelle pas la dernière fois où j'ai autant couru d'un magasin à l'autre avec mes multiples listes d'achats pour m'assurer de rien oublier. Avec une amie en or que je tiens particulièrement à remercier, Vicky Gardner et moi avons débuté nos achats et rempli mon auto à rebord comme on dit. Je ne me rappelle pas avoir autant ri en magasinant que lors de cette journée. Je tenais à ce que tout soit parfait pour cette journée, question que les bébés ergo se sentent bien dans la famille d'Ergolove.



Ensuite, la journée tant attendue part tout le monde, la journée du 2 septembre 2018. Très fébrile et un peu stressée, c'est le matin même que j'ai réellement réalisé que j'allais devoir animer cette journée et faire en sorte qu'elle soit mémorable pour tous. J'avoue que la pression commençait à se faire sentir. D'ailleurs, je tiens à souligner le travail remarquable de dame nature qui a fait en sorte que les initiés ont été accueillis sous la pluie. Quoi de mieux pour bien salir un costume fabriqué avec beaucoup d'amour. Animer cette journée était pour moi une partie de plaisir. Voir performer les initiés dans différentes activités et donner leur 110% était incroyable à voir. Après tout, cette journée ne sert quand même pas juste à boire de la bière. C'est quand même le moment idéal pour tisser des liens entre les initiés, mais aussi, entre les différentes cohortes. Je tiens à souligner l'implication remarquable de Marie-Pier Bourdages, Virginie St-Onge et Maude Falardeau lors de cette journée. Elles se sont assurées de préparer toutes les activités pour s'assurer de l'enchaînement de la journée. Merci encore!

Finalement, quoi dire du moment de la cérémonie de la casquette orange, la fameuse casquette orange. C'est avec beaucoup de concentration que j'ai lu la légende de l'Ergolove pour ensuite procéder à l'attribution de marraines. Nous étions toutes excitées d'accueillir notre filleul/filleule dans la grande famille d'ergothérapie de Trois-Rivières.

Selon moi, cette journée a été bien réussie et cela n'aurait pas été possible sans l'aide de mon comité et de l'implication des gens de ma cohorte. Je tiens sincèrement à remercier ma classe de m'avoir fait confiance quant à la réalisation de cette journée, je vous en suis très reconnaissante.



La pratique centrée sur le client... à quel prix?

Dès notre première journée en ergothérapie, on nous présente l'importance de la pratique centrée sur le client en tant qu'ergothérapeute. Après 4 ans, je peux vous dire que cette prémisse est ancrée au plus profond de notre petite âme d'ergothérapeute, à force de se le faire répéter dans chacun de nos cours! Quoique tannant et répétitif à la longue, j'ai vite réalisé qu'elle n'est pas acquise partout dans l'univers de l'ergothérapie, et qu'il importe parfois de se rappeler de nos racines ergothérapeutiques. Voici donc un bref témoignage d'une expérience vécue qui m'a fait réaliser l'importance de ce concept en ergothérapie.

En 3e année, lors du laboratoire de préparation de stages avec des faux-clients en janvier, j'ai rencontré un monsieur qui y participait en tant que faux-client. Il s'agit d'un adulte qui est tétraplégique en raison d'une lésion à la moelle épinière au niveau C4-C5 suite à un accident d'auto, il y a 3 ans. Une semaine après ce laboratoire, il m'a abordée pour m'offrir de travailler pour lui en tant que préposée à domicile. L'emploi idéal pour une étudiante en ergothérapie, passionnée du domaine de la déficience motrice et voulant aider les autres, plus que de travailler dans un dépanneur (#NoHate Ultramar St-Étienne)! Depuis donc bientôt un an, j'occupe ce merveilleux emploi auprès de Marc, devenu un ami bien plus qu'un employeur. Toilette partielle, habillage, transfert au lève-personne, fin de semaine à son chalet (adapté!), sortie au Costco et... alimentation! Cette dernière occupation représente le point tournant de mon témoignage.

Pour manger, ayant perdu la mobilité de ses membres supérieurs, Marc a besoin qu'une autre personne lui amène la bouchée à sa bouche (comme un enfant, allô la dignité). Lorsqu'il était hospitalisé à Montréal après son accident, l'ergothérapeute avait fait les démarches auprès de la SAAQ pour obtenir le support mobile Jaeco afin qu'il puisse s'alimenter de façon autonome. 3000\$ plus tard, il a obtenu cette aide technique et l'utilisait tant bien que mal durant son hospitalisation. Les résultats étant peu fructueux en raison d'un manque de mobilité du membre supérieur, il a donc mis de côté cette modalité lors de son retour à domicile.

*Auteure:
Claudia
Rompré-
Ferland*

Une nouvelle ergothérapeute est alors entrée dans le dossier pour le suivi à domicile. Au fil des semaines, Marc gagnait en force et en amplitude au niveau de l'épaule suite à des efforts acharnés en physiothérapie. Il partage donc à sa nouvelle ergothérapeute son désir de réessayer le bras Jaeco, lequel accumulait de la poussière dans sa garde-robe. Elle lui répond : « Non, ça ne fonctionne pas cette affaire-là, c'est trop long et compliqué à installer, tu vas perdre ton temps... Les préposés sont là pour te donner à manger ». Quand Marc m'a dit ça, le printemps dernier, mon petit cœur d'ergothérapeute n'en revenait pas! Comment est-ce possible de rabaisser à ce point une occupation signifiante pour son client, qui exprime lui-même son désir de gagner en autonomie?! J'ai spontanément dit à Marc : « Il est où ce support, qu'on l'essaye ?! »

Beaucoup de nourriture par terre, de vissage de vis, d'ajustement d'élastiques et d'ustensiles à long manche plus tard, Marc est maintenant capable de manger un repas complet de façon autonome. Quelle belle réussite, autant pour lui que pour moi! Depuis ce temps, Marc s'améliore de fois en fois pour manipuler avec précision l'ustensile dans son assiette et pour amener la bouchée à sa bouche. Il m'en est reconnaissant à chaque fois! Il confirme que c'est beaucoup plus valorisant pour lui que de se faire donner à manger par quelqu'un d'autre... et avec raison!

La morale de cette histoire est que oui, la pratique centrée sur le client est exigeante; elle demande du temps, de la patience et du dévouement, mais en tant qu'ergothérapeute, il est de notre devoir de l'actualiser dans notre pratique et de favoriser l'empowerment de notre client! La seconde morale de cette histoire est : participez activement aux laboratoires pré-stage, ça peut offrir de belles opportunités! PS : Cet article n'est pas commandité par Lyne Tardif! 😊 Bonne fin de session à tous, futurs ergothérapeutes, et n'oubliez pas que l'approche centrée sur le client, ce n'est pas pour rien qu'on se fait casser les oreilles avec ça!



Mois de l'ergo - Les 2^e année! - L'ergothérapie une profession méconnue -

Auteure :
Jade Ouimet

Dans le cadre du mois de l'ergothérapie, les étudiantes de deuxièmes années ont décidé de faire des activités à divers endroits sur le campus de l'UQTR. Le but visé était de permettre aux étudiants de divers programmes de se familiariser avec cette profession. Plusieurs activités ont été réalisées; par exemple : un vox pop, un parcours en fauteuil roulant, une version abrégée du MOCA et du traçage.

Le vox pop où des questions concernant la profession et le programme scolaire étaient posées à des passants a été très populaire. Il nous a permis de constater la perception des gens face à la profession et également de les informer en corrigeant et en ajoutant de la précision aux réponses obtenues. Nous avons remarqué que peu de personnes étaient au courant de l'aspect psychologique de la profession. Plusieurs personnes ont aussi associé la calotte orange à un autre programme par exemple; on m'a dit que j'étais étudiante en génie, en physiothérapie et en biologie.

Le parcours en fauteuil roulant fut également très populaire. Il a permis à plusieurs individus de comprendre l'importance de bien ajuster un fauteuil roulant ainsi que du rôle crucial des ergothérapeutes dans l'adaptation des endroits publics afin qu'elle soit accessible aux personnes à mobilité réduite.

La version abrégée du MOCA a quant à elle permis aux personnes de se familiariser avec le type d'évaluation pouvant être fait en ergothérapie et de constater l'aspect de psychologie cognitive présent dans la profession.

Les exercices de traçage ont permis aux gens d'avoir un bref aperçu des activités qui peuvent être faites avec des enfants dans le cadre de la profession; et ainsi de découvrir quel type de clientèle pouvant être traité. Si l'on se fie au nombre de participants et leur enthousiasme tout au long de l'activité on constate que l'activité a été populaire et apprécié.



Mois de l'ergo - Les 3^e année!

Auteure :
Laurence
Lalonde

Cette année la classe de 3^e année a décidé de faire une activité interactive pour mieux faire connaître l'ergo à l'Université. Durant tout un avant-midi, les élèves de 3^e année se sont alternés pour animer un kiosque près de la cafétéria. Elles ont intercepté les passants pour leur faire essayer de nombreuses aides techniques et en ont profité pour leur demander «À quoi ça peut servir ça, à votre avis?». Plusieurs réponses cocasses ont permis de pousser les conversations et ont surtout permis aux étudiantes de mieux faire connaître leur futur métier d'ergothérapeute.



Mois de l'ergo - Les 4^e année !

Auteure :
Sandrine
Gagné-Trudel

Les étudiants de 4e année ont proposé une activité ayant pour thème «Le département vieilli». Elle visait à promouvoir le rôle de l'ergothérapeute auprès des aînés. Pour ce faire, la communauté universitaire a pu vivre une expérience qui simulait la réalité d'une personne vieillissante et les défis qu'elle doit parfois surmonter au quotidien. En plus de promouvoir le rôle de l'ergothérapeute, ce kiosque a permis aux participants d'avoir une meilleure compréhension du vécu des aînés. Mission accomplie pour les 4e années!



Le mois de l'ergothérapie a également pris de l'ampleur sur les réseaux sociaux. L'UQTR a conçu un filtre pour les photos de profil Facebook afin de créer un mouvement pour promouvoir la profession. Nous pouvons être fiers, car celui-ci a eu une portée impressionnante! Un grand nombre d'étudiants de diverses universités et d'ergothérapeutes partout au Québec (et même en Europe!) se sont fièrement affichés avec le décor «J'aime l'ergo» sur leur photo de profil. Une autre belle réussite du département d'ergothérapie de l'UQTR!



La rémunération des stages en ergothérapie : questions et pistes de réflexion

Auteure :
Sandrine
Renaud

Le 20 novembre dernier se tenait, en collaboration avec l'AEE, une première rencontre d'information et de discussion à l'UQTR par rapport à la rémunération des stages dans les programmes universitaires. Voici un résumé des points saillants de cette rencontre sous forme de questions et pistes de réflexion.

Pourquoi militer pour la rémunération des stages en ergothérapie?

A. Pour refuser l'austérité. Depuis 2008, de nombreuses coupures ont affecté le domaine de la santé et services sociaux au Québec. Celles-ci ont contribué à intensifier la charge de travail imposée aux nombreux professionnels et à banaliser le travail sous-payé, voire même gratuit. Or, cette même année, la maîtrise en ergothérapie devient obligatoire pour accéder à la profession et fait passer le nombre d'heures de stage à 1500. Coïncidence? Non. En effet, les stagiaires du milieu de la santé constituent une solution gratuite pour pallier aux coupures, combler le manque de personnel et offrir plus de services.

B. Parce que les stages non-rémunérés ont des impacts négatifs sur les étudiant-e-s et induisent des inégalités dans l'accès aux professions de la santé. Une étude réalisée en 2017 à l'UQO révèle que les stages non rémunérés induisent de la pression financière, de l'endettement, de la fatigue, une impossibilité de concilier travail-stage-étude-famille (20% des répondant-e-s), du stress et de la détresse psychologique (42% des répondant-e-s), à des degrés variables, sur les stagiaires.

C. Parce que les stages non rémunérés contribuent à reproduire les iniquités entre les genres. Une étude réalisée à l'Université de Sherbrooke indique que 80,2% des femmes étudiantes effectuent un stage non rémunéré, alors que la proportion est nettement inférieure chez leurs collègues masculins avec 53,4%. De plus, cette même étude la quasi-totalité des stages à la faculté de génie et d'administration, où les hommes sont majoritaires, reçoivent une rémunération.

**RAS-LE-BOL
D'ÊTRE
BÉNÉVOLE !**

CUTE

www.travailletudiant.org

Pourquoi payer des stagiaires en ergothérapie alors qu'elles et ils sont en formation?

A. Parce qu'être payé pour apprendre, c'est déjà la norme. Même au Tim Horton, la formation des futurs employés est rémunérée, et ce, même s'ils sont supervisés. De plus, les entreprises doivent offrir de la formation rémunérée aux ergothérapeutes tout au long de leurs contrats de travail pour leur permettre de développer leurs connaissances et leurs compétences. Considérant que les stagiaires en ergothérapie représentent les employés de demain, il est fondé de penser qu'elles et ils méritent aussi un salaire.

B. Parce que dès les stages de troisième année du baccalauréat, les stagiaires effectuent les mêmes tâches que l'ergothérapeute à des pourcentages de plus en plus élevés. Bien que les stagiaires ne soient pas complètement autonomes et ne réalisent pas 100% de la tâche d'un-e ergothérapeute, ils et elles contribuent à la productivité des milieux de stage. En effet, plusieurs étudiant-e-s en ergothérapie sont payés durant la saison estivale pour réaliser les mêmes tâches que celles d'un-e stagiaire en ergothérapie.

C. Pour que le rôle des stagiaires soit reconnu à sa juste valeur. Rappelons que des unités de formation continue sont attribuées aux ergothérapeutes supervisant un-e stagiaire, car l'Ordre des ergothérapeutes du Québec considère que les stagiaires ont un rôle à jouer dans la transmission des meilleures pratiques dans les milieux de stage.

Pourquoi une rémunération et non pas une compensation?

A. Pour que les stagiaires soient reconnus par les Normes du travail. Le statut de salarié-e-s permettrait aux stagiaires de bénéficier des protections minimales définies par les Normes du travail. Les stagiaires auraient par exemple droit à des compensations en cas d'accident, à des recours additionnels en situation de harcèlement, de même qu'au remboursement de leurs frais de déplacement.

B. Pour permettre de reconnaître tous les stages à leur juste valeur. Bien que les compensations accordées récemment aux stagiaires en psychologie et éducation soient perçues comme un gain, ce statut détonne avec celui de salarié offert aux stagiaires des sociétés d'État et des stagiaires embauché-e-s dans les entreprises bénéficiaires du crédit d'impôt pour stage en milieu de travail. Quel critère raisonnable justifie cette différence de statut?

C. Parce que l'État en a les moyens. Le gouvernement investit déjà environ 135 M\$ par année (entre 2018 et 2022) pour la rémunération de certains stagiaires de la fonction publique et dans des entreprises privées. Avec des surplus de 2,4 milliards de dollars pour l'année en cours, l'augmentation du montant accordé aux stagiaires n'est une question que de volonté politique.



La perspective du Nord-du-Québec en ergothérapie

*Auteure :
Jade Ouimet*

Plusieurs étudiants et étudiantes finissent chaque année leur maîtrise avec un rêve commun d'aider les gens à retrouver une santé occupationnelle. Plusieurs se dirigent vers les grands centres afin de réaliser leur passion, d'autres s'aventurent dans le Nord-du-Québec. Étant originaire de cette région, je dois dire qu'il s'agit d'une excellente idée afin de pallier au manque criant de professionnel de la santé. Un défi qu'il ne faut toutefois pas sous-estimer. Effectivement, vous vivrez un choc culturel, mais je l'espère vous tomberez peu à peu en amour avec un peuple dont vous ne connaissez que le nom. Vous rêvez d'aider les peuples autochtones ? Rêvez d'abord de les comprendre. Leurs occupations divergeront de ce que vous avez l'habitude d'apprécier dans votre profession, leur réticence face à votre approche vous laissera peut-être perplexe, vous ne comprendrez pas leur langue, vous serez confronté à des situations que vous n'aurez pas expérimentées dans votre parcours scolaire.

Il faut savoir que les autochtones sont des gens très fiers de leur culture, chasser, pêcher, tisser, tanner des peaux sont parmi leurs activités quotidiennes. Des AVQ qui ne sont évalués dans aucun modèle théorique; vous devrez être créatif et ouvert d'esprit. Par exemple; en faisant le test MOCA avec une personne âgée issue des Premières Nations; le dromadaire et le rhinocéros sur le test ont été identifiés respectivement comme un caribou qui avait perdu ses bois et comme un grizzli. Selon le MOCA, se sont des réponses erronées; toutefois, sachant que la personne n'a pas voyagé ailleurs que sur le territoire du Nord-du-Québec, qu'elle a un contact très limité avec la technologie et que certains noms d'animaux sont inexistant dans sa langue. Ce billet culturel est considéré comme une erreur alors qu'on leur demande d'identifier des animaux avec lesquelles ils ne sont pas familiers. Votre créativité et votre jugement seront effectivement mis à l'épreuve afin de contrer les lacunes culturelles dans notre profession.



Il faut aussi garder à l'esprit que pendant des siècles et même encore aujourd'hui, les autochtones subissent des abus inimaginables; ils grandissent au sein de famille brisée par notre culture et ensuite laissée en marge par le système actuel qui refuse de prendre ses responsabilités. Ils pourraient donc être réticents face à votre médecine occidentale et peut-être peu réceptifs au départ. Vous devez les respecter et ne pas prendre un refus de traitement personnellement, mais plutôt comme les répercussions de leur situation globale. Vous serez confrontés à traiter des personnes qui souffrent de problèmes de drogues, d'alcool et de jeux compulsifs. Ne les jugez pas; rappelez-vous que derrière une dépendance se cache une grande souffrance et un manque de ressource disponible.

Finalement si vous avez la chance d'aller travailler dans le Nord-du-Québec; tentez de vous imprégner de la culture. Quand vous ne travaillez pas, aller dans les fêtes culturelles renseignez-vous, montrez de l'intérêt face à leur culture. Souvenez-vous que pour aider adéquatement il faut apprendre la culture et non la détruire ou entretenir des préjugés. N'oubliez également jamais que vous êtes invités dans leur communauté alors n'imposez pas votre culture comme les institutions gouvernementales l'ont trop souvent fait. Cette expérience enrichissante vous permettra d'apprendre beaucoup de chose sur vous-même.



Chronique d'une fille dans le déni

Auteure :
Katleen Leduc

J'ai longtemps hésité avant d'écrire cet article, un peu comme si la rédaction de ce dernier signifiait que ma période de sérénité s'achevait et que j'allais devoir faire face à ce qui s'en vient. Rassurez-vous, je ne compte pas vous parler de ma future vie adulte ! Vous allez assez rapidement vous rendre à cette étape et vous n'avez besoin de personne pour vous le faire rappeler. J'ai choisi de vous parler de ce qui m'a animée et rendue heureuse durant mon parcours universitaire. Mes incontournables pendant ces cinq années que j'aimerais tant revivre si j'étais à votre place en ce moment. J'espère que cela vous permettra de n'avoir aucun regret lorsque vous serez rendus à la fin de votre parcours universitaire.

1. La journée des initiations (je sais qu'elle est déjà passée, mais pour l'année prochaine) : Une occasion parfaite pour rencontrer les nouveaux et les nouvelles de notre belle famille d'ergo. Le moment où tu revois tes ami(e)s et que tu peux prendre ta revanche pour ton initiation ou encore mieux décider d'être faux initié ! Revivre tes initiations une autre fois, un pur plaisir je vous le garantis. C'est la journée la plus folle de l'année, aucune raison de la manquer ! En plus, c'est une belle occasion pour mettre ta belle casquette orange pour montrer que tu es fier d'être en ergo !

2. Le souper de cohorte : L'occasion d'arriver ben magané à ton cours du vendredi matin (et oui, en ergo aucune pitié, tu as un cours à 8h30). Une soirée riche en rebondissements, où on paye pour une entrée et un plat principal, mais au bout de la ligne tu finis toujours par seulement boire ton vin et manger une bouchée de ton plat ici et là ! Profite s'en pour apprendre les danses en ligne pendant la tournée des bars, ça va être utile pour le reste de ton université (on les danse à chaque fois que l'occasion se présente, faut si faire) et pour boire des shooters gratuits ! En plus, nous avons des charmants amis (les quatrièmes années) qui nous ramènent en toute sécurité. Des histoires après les soupers de cohorte il y en a des centaines, tomber assis dans le bain, accusez son amie d'avoir pris son argent ou encore crier tellement que le lendemain tu n'as plus aucun son qui sort de ta bouche. Profitez-en, ce sont des belles histoires à raconter !

3. Le party de Noël/Gala : L'occasion parfaite pour décrocher avant le rush d'examen, de travaux ou de la présentation finale de maîtrise. Toutes les raisons sont bonnes ! Une autre soirée bien arrosée qui amènera son lot d'anecdote et de fou rire. L'association étudiante fait tellement d'effort pour rendre l'animation dynamique, mais au fond tout ce qu'on veut c'est parler entre nous, boire notre vin et rire des anecdotes qui sont dites à l'avant.



4. Le carnaval étudiant et sa fameuse chope d'or : Je comprends que le concept de la chope d'or peut paraître bizarre voir inintéressant... Payer de la bière pour ensuite la lancer partout... Je comprends que ça vous rend perplexe, mais pour comprendre il faut le vivre. C'est un de mes partys préférés parmi tous ceux auxquels j'ai participé dans mon parcours. Tu sens la bière, tes souliers sont finis, mais tu as passé une soirée géniale et en plus tu découvres les gagnants du carnaval, sans grande surprise c'est chiro, mais peut-être un jour nous parviendrons à les vaincre... peut-être ! Le carnaval, c'est l'occasion de faire briller le programme d'ergo dans l'université. On n'est pas beaucoup, mais on déplace de l'air ! En plus, tu rencontres plein de gens de tous les programmes (plein d'amis que tu vas recroiser quand tu vas sortir à la chasse galerie le mardi pour le karaoké)!



5. Les OTPT : Une fin de semaine de party comme tu n'en as jamais vécu ! Les jeux c'est parfait pour rencontrer d'autres personnes qui ont les mêmes intérêts que toi, de faire des sports que tu n'as jamais essayés et d'espérer remporter les grands honneurs de la compétition. Une fin de semaine qui demande beaucoup d'énergie, mais pour laquelle une panoplie de souvenirs sera forgée ! Souriez, fêtez chantez pour ne plus avoir de voix le lundi ! Montrez que vous êtes fière d'étudier en ergo à l'UQTR.

6. Les soirées d'étude entre amies : Et oui ! Mes moments marquants ne sont pas seulement ceux avec de l'alcool. Ces soirées où on se motive à continuer, on n'arrête pas de chialer que les travaux et l'étude sont beaucoup trop longs et compliqués. Ces soirées au 4e Ringuet ou caché dans un local d'ASC en espérant ne pas se faire prendre par les gardiens de sécurité, avoir tellement peur lorsque les lumières se ferme toutes seules à minuit au troisième étage du pavillon de la santé. Ces moments-là ne sont pas faciles, mais avec du recul, il nous apporte beaucoup de plaisir.

Je pourrais continuer pendant 200 pages à vous énumérer tout ce que la vie universitaire peut vous apporter ! Mais le message à retenir c'est de profiter des occasions qui se présentent et de se s'entourer de gens qui sauront partager les moments heureux et plus difficile avec vous. Je vous ai menti au début de mon article ! Malgré tout le bonheur que chacun des évènements marquants que j'ai écrits plus haut m'a apporté, la meilleure chose de tout mon parcours universitaire ce sont les amitiés que j'ai créées ! Celles qui ont bravé toutes les tempêtes et qui sont demeurées solides malgré les difficultés. Les amitiés créées resteront au fil du temps et demeurons mes meilleurs souvenirs de mon parcours universitaire. Je vous souhaite de trouver d'aussi bonnes personnes pour vous entourer que celles qui m'entourent pour la fin de ma vie universitaire !

Retour sur l'ergo- voyage au Guatemala

iHolà todos!

Lo primero que debes saber sobre nuestro viaje... haha ok c'est une petite blague. Étant donné que notre voyage a été une expérience incroyable et qu'on désire la partager avec vous tous, chers lecteurs de l'Occupé, on va vous le raconter en français (la vérité c'est qu'on ne se souvient déjà plus de notre espagnol, oups). Pour vous remettre en contexte, comme vous commencez à le savoir (presque autant que nous), nous sommes un groupe de 10 étudiantes en ergothérapie qui ont participé à un projet au Guatemala pendant 4 semaines, en mai dernier.

Donc la première chose que vous devez savoir sur notre voyage, c'est que l'aventure a commencé bien avant notre départ en avion, le 1er mai. En effet, un voyage comme ça, ça ne se prépare pas la veille! Pour notre part, on a fait affaire avec un organisme qui a l'habitude des voyages étudiants; Horizon Cosmopolite. Il nous a été d'une grande aide, puisqu'ils nous ont mis en contact avec des personnes ressources au Guatemala et ils se sont chargés de tous les préparatifs administratifs (et de la paperasse en pleine session, moins on en a à gérer, mieux on se porte!). Cela nous a également permis d'avoir quelques formations pré-départ qui nous ont permis de mieux nous connaître, autant au niveau personnel que par rapport au groupe, et à se préparer à faire face aux différences culturelles. Et Dieu sait que dans un voyage comme celui-là, ou des minis-ergos débarquent dans des milieux complètement différents qu'au Québec... c'était nécessaire! D'ailleurs, si c'était à refaire, il aurait été plus bénéfique de diminuer le nombre de milieux à voir et d'essayer d'être en contact direct avec le milieu avant notre départ pour mieux se préparer.



Auteures:
Anne Capistran
~ Claudia
Rompré-
Ferland ~
Pascale
Piedaloue ~
Audrey
Rheault-
Petitclerc ~
Valérie Lafond
~ Naomi
Chartier ~
Valérie Dorion
~ Alexandra
Lehoux ~
Isabelle
Tremblay ~
Alexandra
Vallée

Le bémol que nous avons eu est que pendant notre préparation, il y avait plusieurs intermédiaires qui nous donnaient de l'infos sur le milieu, en essayant de trouver ce qu'on pouvait faire en tant qu'étudiantes en ergo, sans trop savoir c'est quoi l'ergo (tu vois le genre...). Même si on avait eu de l'info générale sur les milieux, cela ne nous a pas aidé à être moins déstabilisées en arrivant sur place... au contraire! Il fallait donc dépister les besoins, parler au personnel, vérifier le matériel et partager nos connaissances, tout ça en 4 jours! Oui, avec du recul, c'était un peu (beaucoup) irréaliste. Mais par contre, on peut dire que nous avons développé notre créativité, notre débrouillardise, notre capacité d'adaptation, notre communication (on se rappelle que tout ça, c'est en espagnol), en plus d'avoir eu la chance de visiter des milieux comme des écoles, des centres d'hébergements et des organismes qui ont une réalité tout autre qu'au Québec (vous n'avez pas idée!). Quand même cool pour des futurs ergos, non?

À peine sorties de l'aéroport et déjà nous étions toutes sous le charme! 5 personnes nous attendaient avec un grand sourire et de belles affiches à la main (l'accueil de la reine d'Angleterre n'aurait pas été différent... pour charmer, ils sont doués!). Ils étaient autant fébriles de nous rencontrer que nous l'étions de débiter cette magnifique aventure ! Puis, à partir de ce moment là tout a déboulé, rencontre de merveilleuses personnes qui allait devenir notre famille pour un mois, rencontre de notre professeur privé d'espagnol qui était mieux de s'armer de beaucoup de patience et bien assez vite nous nous retrouvions au coeur de beaux milieux de stage. Ce qu'il faut préciser, c'est que nos avant-midis étaient consacrés aux milieux de stage, puis les après-midis aux cours d'espagnol (question d'être en mesure de se débrouiller dans nos milieux et avec notre famille).



C'est à mi-chemin pendant le voyage que l'arrivée de Nancy s'est avérée comme comparable à l'arrivée d'un Dieu. Nancy Baril, que plusieurs d'entre-nous connaissons comme professeure clinicienne et superviseuse de stage à l'UQTR, détient également plusieurs expériences d'ergothérapie à l'international. Son arrivée nous a ainsi permis de nous remettre sur le droit chemin. En effet, nous nous sentions jusque là un peu démunies dans les milieux et nous n'avions pas de certitude sur ce qu'on pouvait faire ou non et sur ce qui était éthiquement acceptable. Outre son niveau d'espagnol ergothérapique exemplaire, ses connaissances nous ont été tout autant bénéfiques! Juste à imaginer de devoir donner un atelier à des professeurs sur les préalables scolaires, en espagnol et sans Nancy me donne encore des frissons même aujourd'hui. Nous lui sommes très reconnaissantes de son temps offert, de ses conseils et du déplacement (le Guatemala, c'est plus loin que... le Lac St-Jean mettons) qu'elle a fait pour venir nous accompagner dans ce magnifique projet. Qui sait si, grâce à son implication et à son dépistage sur le terrain, un projet comme celui-ci se reproduira dans les prochaines années?

Voici maintenant une brève description des principaux milieux que nous avons visité, ainsi que nos implications :

Brillo del Sol (coup de <3): école inclusive de jeunes ayant diverses particularités ou venant de milieux sociaux parfois plus démunis.



Par exemple :

- Jeunes malentendants : tous les élèves apprennent le langage des signes.
- Jeunes ayant un TSA : dans la même classe que les autres élèves et grandement soutenu par ses collègues et l'enseignante.
- Personne malvoyante : pairée avec un autre élève qui le guide.
- Jeune fille en chaise roulante : accompagnée et aidée par les autres jeunes.

Dans cette magnifique école, nous avons fait faire un parcours de psychomotricité aux enfants, nous avons offert une formation aux enseignantes sur l'acquisition des préalables scolaires (adapté à leur réalité) et nous avons accompagné des enfants de façon individuelle pour ceux ayant plus de difficulté à suivre en classe.



Obras Sociales de Hermano Pedro : Centre d'hébergement de 250 personnes, de tout âge, et ayant diverses atteintes (surtout paralysie cérébrale et déficience intellectuelle, puisque ces personnes sont généralement abandonnées par leur famille). Ce centre repose sur une fondation et sur des dons. Là-bas, le gouvernement ne s'implique pas pour aider les personnes handicapées.

Dans ce milieu, nous avons fait faire un parcours de fauteuil roulant à quelques usagers, qui ont eu beaucoup de plaisir! Nous avons aussi accompagné les usagers dans les activités offertes au centre, comme la danse, le bricolage et les parties de Bocha (comme un jeu de pétanques, mais adapté!). Très beau milieu, avec accueil chaleureux, où la dignité et la participation des usagers sont vraiment mises de l'avant!



Fray Rodrigo de la Cruz (coup de <3) : Centre d'hébergement pour personnes âgées où des activités sont réalisées quotidiennement pour les occuper!

Grâce aux connaissances en kinésiologie de Valérie, combiné à notre vision holistique et fonctionnelle, nous avons créé et présenté un document proposant des exercices fonctionnels à l'aide d'élastiques (qu'ils avaient reçu en dons, mais ne savaient pas comment les utiliser). Les personnes âgées nous avaient mentionnées vouloir trouver des façons de rester actifs, tout en faisant une activité plaisante. Ils étaient grandement reconnaissants des idées que nous leur avons données!



Centro de educación especial Angeles de Dios: Petite école avec seulement 35 élèves avec des besoins particuliers. Ce sont toutes des enseignantes bénévoles qui y travaillent et qui font de leur mieux avec peu de ressources, de matériel et d'espace. À titre d'exemple, les "classes" (ou plutôt coin de classe) sont séparées entre elles par des rideaux de douche...

Nous avons offert un atelier aux enseignantes bénévoles (donc ayant peu de connaissances... sans offense) sur l'acquisition des préalables scolaires selon les problématiques qu'elles nous ont soulevées. Elles ont adoré l'expérience, nous invitant même à rester prendre le café avec elles! Très accueillantes, intéressées et intéressantes :)



Santiago Zamora : Coopérative de femmes Maya avec qui nous avons eu la chance d'apprendre sur leurs coutumes et leur travail. Ces femmes passent la journée entière à tisser de magnifiques oeuvres, mais au coût de douleur musculaire. Nous avons donc réalisé avec elles un atelier pour partager nos connaissances sur quelques habitudes à prendre pour diminuer leur douleur au quotidien. Un bel échange enrichissant!



Comme si les expériences de stages n'étaient pas assez extraordinaires, nous avons eu la chance de réaliser diverses expériences culturelles, certaines enrichissantes et touchantes comme la visite d'un futur centre pour enfant en phase terminale de cancer digne du rêve de n'importe quel ergothérapeute, et d'autres plutôt farfelues comme la rencontre d'un Chaman pour avoir un lavement de l'âme (époque no?). Et comment oublier notre ascension d'un volcan de 3976 m d'altitude (ici chaque mètre compte!) qui nous a permis d'assister à de spectaculaires éruptions volcaniques en direct du confort de notre tente (en lisant confort, comprendre plutôt inconfort).

Bref, ce voyage a été une expérience incroyable de A à Z et nous aurions pu vous en parler encore longtemps! Il y a eu de petites embûches par moments, mais cela fait partie de l'aventure. Au final, c'est ce qui la rend si particulière à nos yeux et ce qui fait les meilleurs souvenirs! Il ne faut pas oublier que ce voyage a aussi été le début d'une histoire d'amour entre 10 futures ergo. <3





Desjardins



AGE

UQTR



www.ageuqtr.org