



Hiver 2022



Soirée Vins et Fromages

"Aka La soirée COVID"

Chères étudiantes, étudiants,

Je conclus mon parcours dans votre comité exécutif de l'association étudiante par la publication de mon dernier journal étudiant.

Un peu comme mon aventure en ergothérapie, je me sentais appelé par l'implication dans le CX, sans trop savoir pourquoi au fond de moi ceci était tant important. Je me suis longtemps dit que c'était pour sortir de ma zone de confort, rencontrer des gens nouveaux, faire de nouvelles expériences. Mais après deux ans à la barre du journal, cette raison se précise.

Bien que les autres motifs mentionnés sont vrais, je crois que la vraie raison se situe au niveau de ce qu'on m'a donné. Depuis mon entrée dans le programme, on m'a tellement accueilli chaleureusement, et cette chaleur grandit chaque jour que je passe en étudiant en ergothérapie ici à l'UQTR. Pour moi, c'est une dette que je dois à tout le monde qui m'ont salué, qui m'ont souri, avec qui j'ai discuté des travaux interminables, qui m'ont aidé dans des moments plus difficiles, qui ont chanté au karaoké avec moi à la Chasse-Galerie, ou qui ont simplement porté la casquette orange dans le but de créer une cohésion plus qu'extraordinaire entre chacun d'entre nous! J'admire ce que Roxanne Boisvert a légué, même après toutes ces années, et je crois que c'est à cet endroit que je souhaite "payer ma dette", au nom de l'ergolove.

Du haut de ma quatrième en ergothérapie et de mes (nombreux) cheveux blancs, je peux vous dire une chose: ça passe tellement vite, trop vite. J'ai l'impression, en ce moment, de cligner des yeux et de voir 1 mois défiler devant moi. Je tente tout pour me développer en tant que futur ergothérapeute, tout en profitant des derniers moments, mais c'est l'équivalent d'un des douze travaux d'Hercules. Je vous demande donc, s'il vous plaît: profitez du moment présent et mordez dans la vie, dans vos amitiés, dans vos projets, même si vous rencontrerez des obstacles, c'est ce qui fait que tout mérite d'être vécu et qui fera que ce sera mémorable.

Le thème de ce dernier journal se situe autour de l'héritage: comment, de notre cursus et de notre identité en tant qu'ergothérapeute, le transposer au sein de notre vie et d'autres populations, d'autres cultures, d'autres réalités? Comment rendre notre langue un peu plus universelle? (parce que Dieu sait que l'ergothérapie a besoin et mérite d'être connue)

Merci à ceux qui ont pris le temps de lire chacune de mes entrées alors que j'étais à la barre de ce journal, ou encore quand j'animais le podcast Le P'tit Occupé en compagnie de l'excellent Nicolas Prévost. Je souhaite le meilleur aux héritières de mon poste, dont je suis persuadé qu'elles y seront plus que compétentes.

Vincent Lessard
Vice-président aux communications

Votre tout nouveau comité exécutif! 2022-2023



Félicitations à Emma Brown, Rosemarie Pruneau, Maude Lamy, Ariane Loiselle et aux ré-élus pour leur nomination!

Dans cette édition

1

Porteurs d'ergolove
page 5

2

Stage en communauté autochtone
page 7

4

Quand tout sera fini
page 11

5

Chimie entre ergo et écologie
page 13

6

Au delà des limites
page 15

Porteurs d'ergolove

Par Corinne Langlois

La collection Ensemble, créée en collaboration avec la compagnie Kool Appareil, est bien plus qu'une méthode de financement pour le bal des finissants des étudiants de quatrième année. C'est une manière de faire la promotion des valeurs de notre profession. Profession qui, si belle soit-elle, est souvent mal comprise. « Les ergothérapeutes, ce sont ceux qui s'occupent des chaises roulantes, c'est ça? » Je pense que plus d'un s'est déjà fait poser une question de ce genre.

L'ergothérapie, c'est bien plus qu'une profession. C'est une manière de voir les choses. En tant que future ergothérapeute, je veux que les activités qui te tiennent à cœur te soient réalisables et que ta qualité de vie te soit satisfaisante. Je ne te donnerai pas les réponses à tes problèmes. Je ne te guérirai pas. Je vais t'accompagner, te soutenir, et t'aider à trouver les forces que tu as déjà en toi. Parce que ce n'est pas moi l'expert de ta condition, c'est toi. C'est ensemble que l'on pourra collaborer pour faire diminuer l'ampleur des obstacles à ton bonheur. Ensemble, on s'attardera à ce qui est important pour toi, ce qui crée un sens à ta vie. On verra les possibilités qui s'offrent à toi. On trouvera les outils qui t'aideront à te réengager dans ta propre vie. Parce que même si la vie te met parfois des bâtons dans les roues, même si tu n'y crois plus, moi j'y crois encore.

Pour l'ergothérapie, le design de la collection Ensemble représente l'union de tous pour faire un pas vers un monde plus ouvert. Il représente la société inclusive à laquelle on aspire. Il représente l'activité significative pour chaque être humain, en mettant l'accent sur la beauté de la diversité. Petit ou grand, peu importe quels obstacles tu traverses dans ton quotidien, tu as le droit de faire tes activités. Le droit de te déplacer, de créer des liens, de faire des loisirs et de vivre une vie satisfaisante, tout simplement.

Cette collection, c'est une marque de fierté pour ce que l'on fait au quotidien. C'est un rappel de ce qui nous distingue comme profession, de ce qui fait notre couleur. C'est notre identité professionnelle, que nous porterons fièrement.



Logo de la collection ensemble

Stage en communauté autochtone

Par Léa Bisailon



« Je dois dire que j'ai toujours été curieuse d'en apprendre davantage sur différentes cultures et la considération de l'autre a toujours été un élément primordial pour moi ».

Le départ

Quand j'ai montré mon intérêt pour le stage en communauté autochtone, l'on m'a fait savoir que c'était une belle opportunité, mais que ce stage était loin et que j'allais devoir faire preuve de débrouillardise puisque j'étais la première à faire ce stage. Bien que cela pouvait sembler un grand défi, ce stage était pour moi une réelle opportunité d'apprentissage professionnel et personnel. Comme l'on nous rappelle souvent en ergothérapie, la signifiante occupationnelle est importante. Lorsqu'une motivation intrinsèque est présente, la personne est plus aisément en mesure de réaliser ses occupations malgré les défis. Après avoir parlé via la plateforme Zoom à l'ergothérapeute de l'école Seskitin à Wemotaci, celle-ci m'a suggéré d'y penser et de lui revenir sur ma décision finale. C'est sans hésitation que j'ai confirmé à ce même instant mon intérêt et ma présence pour ce stage.

J'étais prête! Quelques semaines plus tard, mon sac de voyage et une glacière à la main, j'attendais impatiemment mon lift. Après trois heures de route, de magnifiques paysages et une voiture remplie de bagages pour la semaine, nous arrivions à Wemotaci, une communauté Attikamek située au nord de La Tuque.



Les différentes tâches du stage

Mon stage s'est déroulé en majorité à l'école primaire Seskitin. Une variété de tâches incluant ce stage comme faire des rencontres individuelles avec des enfants ayant des diagnostics de trouble du spectre de l'autisme (TSA) et de trouble développemental de la coordination (TDC), faire des évaluations fonctionnelles, donner des ateliers aux enfants de la prématernelle, participer à un projet vélo, etc. J'ai également eu la chance de faire un projet cuisine avec une classe DI-TSA de l'école secondaire Nikanik. Environ une fois par semaine, j'allais à l'école secondaire accompagnée de ma superviseuse de stage et de l'enseignante pour réaliser des recettes choisies par les étudiants favorisant ainsi l'autonomie.



S'intégrer à la communauté

En tant qu'étudiante en ergothérapie allant faire un stage en communauté autochtone, il était important de comprendre l'histoire pour ainsi pouvoir adapter mon approche avec les jeunes et la communauté. Je m'étais informé avant de partir, mais j'ai surtout appris en étant sur place. D'abord, le lien de confiance est d'une grande importance. En prenant conscience du colonialisme et des pensionnats autochtones, il n'est pas surprenant que le lien de confiance soit plus difficile à avoir. D'ailleurs le dernier pensionnat autochtone a fermé ses portes en 1996 ce qui ne fait pas si longtemps dans l'histoire.

Afin d'établir un lien de confiance, il est conseillé d'investir de son temps dans la communauté, de passer du temps dans les lieux collectifs. Voici quelques exemples d'implication faite durant mon stage : collecte de déchets, des pratiques de soccer le soir, etc. Ensuite, il y a une certaine réticence des services en réadaptation. De plus, il n'y a pas de réseau cellulaire sur la communauté ce qui fait en sorte qu'il est plus difficile de contacter les parents afin d'obtenir leur consentement.



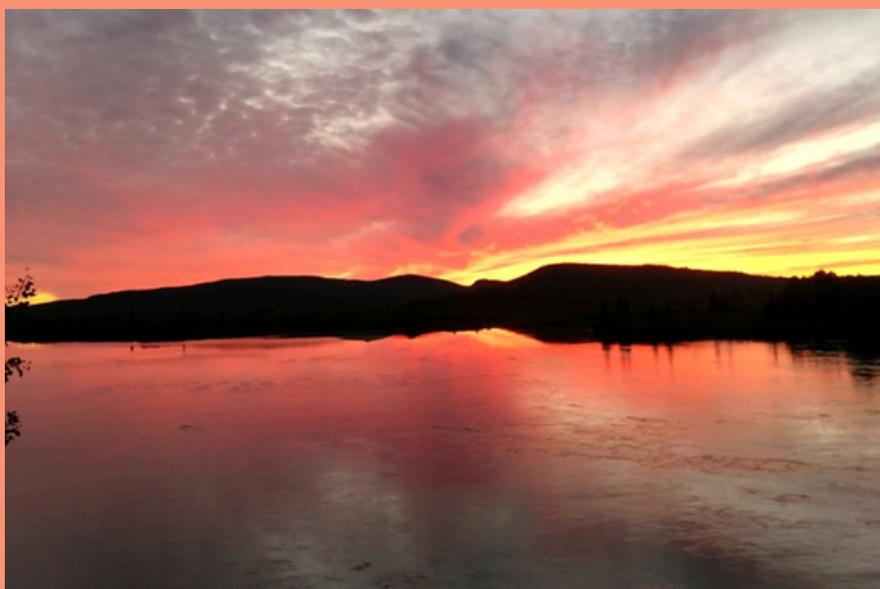
Le contact avec les parents se fait donc directement dans la communauté donc à leur lieu de travail ou encore dans des événements. Cette façon de faire est peu conventionnelle, mais il faut s'adapter au mode de vie de la communauté. Puis, il est très important d'adopter une posture d'humilité. Il faut donc s'assurer de montrer que nous sommes en posture d'égalité avec le parent. Adopter une humilité culturelle permet également de donner la parole au parent et à l'enfant en étant à l'écoute de leur point de vue de manière bienveillante. Comme le dirait Hammell dans ses écrits, l'humilité culturelle que l'on adopte, c'est ce qui permet de contrer « l'eurocentrisme professionnel, « l'ethnocentrisme » et le « colonialisme intellectuel » (Hammell, 2013).

Bref, lors d'un stage en communauté autochtone, il faut être prêt à investir de son temps après les heures de stage et ce qui fait une différence dans notre inclusion dans la communauté. Je conseille fortement de profiter de chacune des occasions pour participer !

Je tiens à remercier la communauté de Wemotaci ainsi qu'à ma superviseure de stage Mireille Trottier de m'avoir accueilli chaleureusement dans le cadre de mon stage.

Mikwetc !

Léa Bisailon





Quand tout sera fini

Par Aurélie Deschênes

Mon parcours en ergothérapie débute en septembre 2018. Je me présente aux initiations avec mon costume de Mario Bros et mon automobile de carton avec le cœur ouvert aux rencontres et aux nouvelles aventures.

Au cours de mon passage au département d'ergothérapie, j'ai commencé par comprendre ce qu'était une occupation. Ce mot que je dois mentionner au moins une fois par jour et qui teinte mon discours au quotidien depuis. Ce concept qui peut paraître abstrait au départ, mais qui prend tout son sens après peu de temps.

J'ai aussi pu prendre part à différentes activités qui ont parsemé mon parcours universitaire, comme :

Le souper des cohortes : ce moment qu'on se retrouve tous ensemble après un long été de vacances et de repos. Un moment parfait pour échanger avec les différentes cohortes et faire de nouvelles rencontres. Il y a aussi la photo de lignée, ce moment crucial dans la soirée!

Le gala : cette soirée qui nous permet de revisiter les meilleurs moments de l'année avec un bon repas et un verre à la main (ou peut-être deux!). Une soirée loin des travaux et de l'étude et où il y a seulement du plaisir!



Au travers de ces activités et des cours d'université, j'ai rencontré des ami(e)s incroyables qui m'appuie, me supporte et avec qui je partage des moments heureux. Ce sont des personnes magnifiques qui resteront près de moi sans aucun doute.

Aussi, durant mes quatre ans d'université, j'ai rencontré des professeurs, chargées de cours et du personnel qui ont une passion de l'ergothérapie et des étoiles dans les yeux. Cette passion qui nous donne de l'énergie pour continuer nos apprentissages et réaliser nos travaux qui sont parfois nombreux.

Sur le plan personnel, j'ai pu apprendre à me connaître et à développer mes compétences en tant que future ergothérapeute et en tant qu'être humain. Ce sont des apprentissages qui me suivront toute ma vie et qui m'aideront à passer au travers des épreuves.

Dans quelques mois (déjà!), je quitte dans quelques mois les bancs d'université pour devenir ergothérapeute et relever de nouveaux défis. Je vous souhaite de vivre plein d'expérience parascolaire et de plonger à tête première dans l'univers incroyable de l'ergothérapie. En espérant vous transmettre la passion de la magnifique flamme de l'ERGO-LOVE avant de quitter en décembre, pour que cette flamme ne s'éteigne jamais, car c'est la plus belle!



La chimie entre ergo et écologie

Par Valérie Marcotte



Cette session-ci, les étudiants de 2e année avaient l'opportunité de s'impliquer dans un Projet d'Intervention dans la Communauté (PICOM) spécifique au département d'ergothérapie de l'université. C'est avec l'aide de Valérie Lafond, ancienne étudiante au département et maintenant doctorante en éthique, que six étudiantes ont pu mettre sur pied des fiches éducatives en lien avec l'environnement. En bref, l'objectif du projet PICOM était de sensibiliser les ergothérapeutes ainsi que leurs clients sur des façons de rendre les occupations plus écoresponsables. L'origine de cet objectif revient au fait que l'occupation humaine est ce qui cause principalement la pollution et le réchauffement climatique. Ainsi, puisque les ergothérapeutes sont les experts de l'occupation, il va de paire d'utiliser cette opportunité de sensibiliser ce domaine de pratique sur des moyens de rendre les occupations moins dommageables pour la planète.



Comment simplifier?



Notre guide pour vous aider à commencer

La crise climatique est un enjeu **sociétal** qui touche et touchera plusieurs êtres humains. Tel que la communauté scientifique nous le fait savoir, nos **habitudes de consommation** et notre **mode de vie** deviennent de plus en plus dangereux pour la santé de notre planète. Il est de notre devoir en tant qu'individu d'agir pour l'**écologie**, plus précisément en tant que professionnel de la santé, puisque nous connaissons les risques possibles pour la santé humaine associés aux **traitements inappropriés** que nous infligeons à l'environnement. Les prochaines pages offrent un guide pour les ergothérapeutes qui aimeraient simplifier pour défendre ces enjeux écologiques en s'associant à des **groupes militants**.

C'est avec le Comité Ergothérapeutique Engagé pour l'Équité et l'Environnement, mieux connu sous le nom de la C4E, que les étudiantes ont collaboré afin de développer trois fiches d'informations (divisée au niveau micro, méso et macro) sur des pratiques durables pouvant être appliquées par les ergothérapeutes. Ces fiches ont été construites avec l'idée en tête d'informer les professionnels et d'avoir un effet positif sur l'environnement en lien avec notre profession. Un vidéo en format vox pop a également été créé par les étudiantes afin de présenter l'organisme de la C4E et en faire ressortir sa pertinence dans la communauté. C'est à travers beaucoup de recherches, des discussions, de nombreuses relectures et quelques fous rires que les étudiantes ont présenté le 19 avril dernier le fruit de leurs efforts. Les fiches informatives ainsi que la vidéo se retrouveront prochainement sur le site internet de la C4E et seront accessibles pour tous thérapeutes voulant intégrer l'écologie dans le pratique ainsi que les futurs professionnels.

Pistes de solutions

Transport



Les enjeux de transport sont une facette importante de la réalité des milieux hospitaliers, que ce soit dans l'acheminement des ressources ou le déplacement des visiteurs et patients. Avant cette idée en tête, il paraît évident pour nous que le comité sera mis en place des initiatives pour sensibiliser les consommateurs, surtout en sachant que l'impact de la sensibilisation peut entraîner une diminution de jusqu'à 4% des émissions de GES liés aux déplacements (ADNME, 2012).

Voici des pistes de solutions envisageables pour le comité vers un engagement existentiel (sensibiliser des établissements de ville, encourager une accessibilité alternative aux patients, sensibiliser la communauté à l'usage de transports en commun ou le vélo, etc.)

Différentes autres idées ou un retour à la fiche Transport que l'on retrouvera sur le site internet de la C4E (effort de nombreuses pistes de solutions individualisées, être dans la section plus bas)

En ergothérapie

CONJUGUER PARENTALITÉ et écologie

De nos jours, il est de plus en plus difficile de faire attention à l'**empreinte écologique** que nous laissons sur Terre pour les générations futures. Les



Pour en savoir plus sur la C4E...

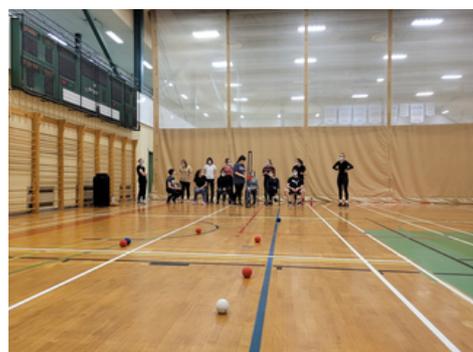
https://oraprdnt.uqtr.quebec.ca/pls/public/gscw031?owa_no_site=6321

Pas moins de 26 étudiants en ergothérapie de l'UQTR ont pu s'initier à différents sports adaptés comme le basketball en fauteuil roulant, le volley-ball assis et le boccia, le 28 mars dernier, à l'occasion d'une soirée organisée dans le cadre du programme Au-delà des limites.

L'activité a ainsi permis aux étudiants de mieux se familiariser avec l'univers des parasports et tout ce qui entoure les spécificités techniques reliées à ceux-ci. Un élément primordial selon Alexis Boulenger, coordonnateur de programme Au-delà des limites.

« Il est important que les futurs ergothérapeutes connaissent les structures existantes au Québec afin de pouvoir référer leurs clientèles futures vers celle-ci et ainsi permettre aux personnes vivant avec des limitations d'avoir accès aux activités physiques et sportives », explique-t-il. Cette conscientisation, qui constitue l'un des principaux piliers de la communauté des sports adaptés, continue de prendre de l'ampleur à chaque événement d'initiation, ce qui est de bon augure pour la suite des choses.

**Activité de
Boccia**



« Nous le voyons à travers nos différentes activités et nos relations avec les centres de réadaptations : plus nous aurons de professionnels de la santé conscientisés et formés sur les bienfaits de l'activité physique et sportive adaptée, plus notre communauté sera physiquement active », remarque Alexis Boulenger.

La soirée d'initiation à l'UQTR, qui s'est avérée être un succès, s'inscrit dans cet objectif de faire découvrir les sports adaptés aux professionnels de la santé, afin de faciliter leur tâche dans la prise en charge des patients.

C'est pourquoi Parasports Québec continuera de travailler davantage avec les futurs et actuels ergothérapeutes, notamment en ce qui concerne l'équipement spécifique. Aux dires de M. Boulenger, les efforts déployés sur le terrain auront des effets plus que bénéfiques à moyen et long terme.

« Lorsque nos athlètes auront de nouvelles pièces d'équipement, nous pourrons les référer vers des professionnels mieux informés au sujet des sports adaptés. Ils seront donc en mesure de faire les ajustements nécessaires pour permettre aux athlètes de pratiquer leur sport en toute sécurité et que le tout soit conforme à leurs besoins pour mieux performer », conclut-il.



Bravo et merci à Alexandrine Fortin pour l'organisation de la soirée!





GALA GARDEN PARTY





À VOTRE MEILLEUR!



NOS PARTENAIRES



Desjardins



**BANQUE
NATIONALE**

Réalisons vos idées™

