



ÉDITION
2025

INCAPACITÉS PHYSIQUES

(INCLUANT DÉFICIENCES AUDITIVES ET VISUELLES)

DE L'INFORMATION EN SANTÉ DE QUALITÉ SÉLECTIONNÉE PAR VOS BIBLIOTHÈQUES



Bien s'informer, mieux vivre.

À PROPOS

Biblio-Santé est un programme de l'Association des bibliothèques publiques du Québec, qui regroupe les bibliothèques publiques québécoises. L'ABPQ est constituée de 337 bibliothèques publiques et Réseaux BIBLIO membres. Biblio-Santé est disponible dans plus de 600 bibliothèques publiques et de santé partout au Québec. Pour vérifier si votre bibliothèque participe au programme, consultez notre site Web.

REMERCIEMENTS

Biblio-Santé est une initiative des bibliothèques de Charlemagne, L'Assomption et Repentigny qui a d'abord vu le jour sous le nom de Biblio-Aidants. L'Association des bibliothèques publiques du Québec tient à remercier ces trois villes de lui avoir permis d'étendre le programme au reste du Québec en cédant leurs droits d'auteur.

COORDINATION – ASSOCIATION DES BIBLIOTHÈQUES PUBLIQUES DU QUÉBEC

Clémence Tremblay-Lebeau, chargée de projet

RECHERCHE BIBLIOGRAPHIQUE

Nathalie Rhéault, bibliothécaire contractuelle

RÉVISION DE CONTENU ET LINGUISTIQUE

Nathalie Rhéault, bibliothécaire contractuelle

Clémence Tremblay-Lebeau, chargée de projet

MISE EN PAGE ET GRAPHISME

Steve Poutré DGA

VISITEZ NOTRE SITE WEB

Vous y trouverez tous les cahiers Biblio-Santé et des informations complémentaires.

bibliosante.ca

Toutes les données informatives suggérées précédemment ne peuvent remplacer un diagnostic ou un examen médical par un médecin ou un professionnel de la santé qualifié. Le contenu de ce cahier a été vérifié à l'hiver 2025 et sera mis à jour annuellement.

Le slogan *Bien s'informer, mieux vivre.*® est enregistré au Registre canadien des droits d'auteur.

© 2025 Association des bibliothèques publiques du Québec
Dépôt légal – Bibliothèques et Archives nationales du Québec, 2025
ISBN 978-2-925272-90-8

Association des bibliothèques publiques du Québec
1453, rue Beaubien Est, bureau 215, Montréal (Québec) H2G 3C6
info@abpq.ca | www.abpq.ca

TABLE DES MATIÈRES

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS	8
Général	8
Déficiences auditives	15
Déficiences visuelles	18
RESSOURCES WEB	20
Général	21
Déficiences auditives	26
Déficiences visuelles	28
PORTAILS D'INFORMATION DE SANTÉ	29
BASES DE DONNÉES EN SANTÉ	30
Bases de données en libre accès	30
Bases de données avec accès réservé aux abonnés	31

SUGGESTIONS DE LECTURE

DOCUMENTAIRES	36
Ouvrages généraux	36
Accompagnement de l'adulte ayant une incapacité physique	37
Accompagnement de l'enfant ayant une incapacité physique	38
Déficiences auditives	40
Déficiences visuelles	41
Amour et sexualité	43
Accessibilité	43
RÉCITS DE VIE, BIOGRAPHIES ET TÉMOIGNAGES	45
ROMANS	52
BANDES DESSINÉES	58
OUVRAGES JEUNESSE	60

SUGGESTIONS DE FILMS, SÉRIES ET ÉMISSIONS

FICTION	82
DOCUMENTAIRES	88
Général	88
Déficiences auditives	94
Déficiences visuelles	96
Sexualité et relations amoureuses	98
Accessibilité	99
Accessibilité du Web	100

PRENDRE PART À SES SOINS DE SANTÉ

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS	103
Général	103
Information juridique	104
RESSOURCES WEB	107
Général	107
Information juridique	113
SUGGESTIONS DE LECTURE	114

COMMENT SÉLECTIONNONS-NOUS L'INFORMATION ?

Chaque document ajouté aux cahiers Biblio-Santé est évalué avec impartialité, selon les pratiques bibliothéconomiques en vigueur dans les bibliothèques publiques et en s'appuyant sur de nombreux critères généraux de sélection.

D'abord, les cahiers sont développés de manière à répondre prioritairement aux besoins et intérêts des usagers du système de santé ainsi que des proches aidants. Chaque titre est évalué selon la pertinence et la qualité du contenu en regard d'une clientèle grand public, en contexte québécois. À valeur égale, les ouvrages québécois sont toujours favorisés. La crédibilité et la notoriété de l'auteur, du créateur, de l'illustrateur, de l'éditeur ou du producteur sont aussi d'une grande importance. De plus, une attention particulière est portée à l'actualité et la pérennité du sujet ainsi qu'à l'exactitude des informations diffusées.

En ce qui a trait spécifiquement aux documentaires, les ouvrages écrits par des professionnels de la santé (médecins, infirmiers, ergothérapeutes, psychologues, etc.) sont privilégiés. Toutefois, les titres qui s'appuient sur le savoir profane ou expérientiel ne sont pas rejetés d'emblée, surtout lorsque ceux-ci traitent de l'accompagnement d'un proche.

Finalement, chaque cahier est considéré dans sa globalité pour respecter la diversité des sujets couverts et assurer l'équilibre des points de vue exprimés. Pour en savoir plus sur les critères de sélection Biblio-Santé, visitez le bibliosante.ca/criteres



**PROCHES
AIDANTS**

CAHIER PROCHES AIDANTS

Ce cahier est complémentaire à tous les cahiers du programme Biblio-Santé. Il met en valeur les ressources utiles pour soutenir les proches aidants.

AUTRES CAHIERS DISPONIBLES



**AÎNÉS ET
VIEILLISSEMENT**



CANCER



**DÉFICIENCE
INTELLECTUELLE**



DEUIL



DIABÈTE



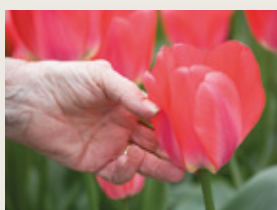
**DOULEUR
CHRONIQUE**



**INCAPACITÉS
PHYSIQUES**



**MALADIE
D'ALZHEIMER**



**MALADIE
DE PARKINSON**



**MALADIES
DU CŒUR**



**MALADIES
PULMONAIRES**



**SANTÉ
MENTALE**



**SCLÉROSE
EN PLAQUES**



**SOINS DE
FIN DE VIE**



**TROUBLES
DU SPECTRE
DE L'AUTISME**

À PROPOS DE LA THÉMATIQUE

Vivre avec une incapacité physique, c'est rencontrer des défis à chaque jour. Par exemple, pour se déplacer, avoir accès à des activités professionnelles et de loisirs, ou à une habitation adaptée. Ce cahier a été spécialement conçu pour les personnes vivant avec une incapacité physique et pour leurs proches. Il rassemble plusieurs ressources fiables disponibles au Québec au sujet, par exemple, des divers types de handicaps physiques chez l'enfant et l'adulte, de l'accessibilité aux services, de la vie amoureuse et du soutien financier.

Organismes et associations de soutien, sites Internet de confiance, suggestions de lectures sous forme de romans, d'essais ou de bande-dessinées, films, récits de vie inspirants, etc. Certains livres suggérés sont disponibles en format audio ou numérique sur la plateforme prenumerique.ca.

Nous vous souhaitons de belles découvertes.

Les textes descriptifs des cahiers Biblio-Santé ont été produits en collaboration avec la Bibliothèque et le Centre de littératie en santé du Centre Hospitalier de l'Université de Montréal.



Centre hospitalier
de l'Université de Montréal

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS

Général

AMPUTÉS DE GUERRE

Téléphone 1 800 250-3030
Site Web www.amputesdeguerre.ca

Les Amputés de guerre offrent une diversité de services et programmes à toutes les personnes amputées du Canada, particulièrement du soutien aux enfants et à leur famille.

APHASIE QUÉBEC

Téléphone 450 646-1473
Téléphone sans frais 1 877 626-1473
Site web <https://aphasiequebec.com/>

Aphasie Québec – Le Réseau est né avec la volonté de donner une voix, des mots aux personnes aphasiques et leurs proches aidants sur la scène provinciale. Reposant sur des valeurs de respect, d'empathie, d'entraide, d'engagement et de professionnalisme, Aphasie Québec. Le réseau tisse les liens entre les associations membres, les chercheurs et professionnels du domaine de la santé, les bailleurs de fonds et les instances gouvernementales et ce, dans l'intérêt des personnes aphasiques et de leurs proches aidants. Fondé en 1999, il regroupe aujourd'hui 15 associations réparties dans 14 régions administratives du Québec.

ASSOCIATION DE PARALYSIE CÉRÉBRALE DU QUÉBEC

Téléphone 1 800 311-3770
Site Web www.paralysiecerebrale.com

L'Association défend et promeut les droits des personnes vivant avec la paralysie cérébrale ou autres déficiences motrices. Elle offre des services d'information et d'orientation vers des ressources, de prêt d'équipements spécialisés, d'aide financière et un camp d'été. Vous pourrez également accéder aux numéros du Journal de l'Association sous l'onglet « Nouvelles ».

ASSOCIATION MULTIETHNIQUE POUR L'INTÉGRATION DES PERSONNES HANDICAPÉES (AMEIPH)

Téléphone 514 272-0680
Site Web www.ameiph.com

L'Association soutient les personnes handicapées de différentes origines ethnoculturelles dans leurs démarches d'intégration à tous les niveaux. Elle les oriente vers les ressources qui répondent à leurs besoins. Elle offre entre autres des activités sociales et des séances d'information.

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DE LA DOULEUR CHRONIQUE (AQDC)

Téléphone 1-855 DOULEUR
Téléphone sans frais 1 855 363-5387
Site Web www.douleurchronique.org

La mission de l'AQDC est d'améliorer la condition et de réduire l'isolement des personnes atteintes de douleur chronique au Québec. Leur site Web offre de l'information ciblée sur les maladies et la gestion de la douleur ainsi que des ressources pertinentes.

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES PERSONNES APHASIQUES (AQPA)

Téléphone sans frais 514-277-5678
Site web <https://aphasie.ca/>

Fondée en 1982, l'Association québécoise des personnes aphasiques (AQPA) a pour mission de créer une communauté d'appartenance où les personnes aphasiques reçoivent des services qui favorisent leur intégration sociale, et où leurs proches sont épaulés dans leur rôle de soutien.

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES PERSONNES DE PETITE TAILLE (AQPPT)

Téléphone 514 228-7988
Site Web <https://www.aqppt.org/>

L'AQPPT est une association de défense des droits des personnes de petite taille. Elle soutient individuellement et collectivement les personnes de petite taille pour faire reconnaître leur condition de personnes handicapées : elle œuvre pour que le droit des personnes de petite taille soit pleinement appliqué et reconnu par le législateur.

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES TRAUMATISÉS CRANIENS (AQTC)

Téléphone 514 274-7447
Site Web <https://www.aqtc.ca/>

L'AQTC propose ses services à toute personne ayant subi un traumatisme craniocérébral (TCC) et à leurs proches. Cette association offre un encadrement pour les personnes vivant avec un TTC en leur offrant un soutien pour une meilleure transition vers l'autonomie.

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE POUR LE LOISIR DES PERSONNES HANDICAPÉES (AQLPH)

Téléphone 819-693-3339
Site web <https://aqlph.qc.ca/>

L'AQLPH, c'est la somme de toutes les variables importantes du loisir pour personnes handicapées sans lesquelles le résultat serait totalement différent. Nous sommes là pour faire rayonner cette grande cause dans toutes les régions du Québec et pour faire une différence dans la vie des personnes handicapées et de leurs proches. Notre équipe collabore avec vous pour travailler fort dans les coins lorsque c'est nécessaire. Nous rassemblons tous les joueurs autour d'un même but pour marquer des points !

BIVOUAQ

Téléphone 418 820-6102
Site Web <https://www.bivouaq.ca/>

BivouaQ est une agence inclusive en tourisme d'aventure et une coopérative de solidarité. Elle organise des activités pour des personnes en situation de handicap et des passionné(e)s de plein air souhaitant vivre une aventure originale et solidaire tout en sensibilisant à l'inclusivité et à la promotion d'une image positive, active et dynamique des personnes en situation de handicap au sein de la société.

CENTRE PHILOU

Téléphone 514 739-4861
Site Web www.centrephilou.com

Le Centre Philou, situé à Montréal, offre différents services aux jeunes de 0 à 29 ans polyhandicapés : répit, soutien psychosocial et aide familiale, camp d'été de jour de stimulation, ateliers de stimulation et services « À la carte ». La section « Le polyhandicap » du site Web propose une liste complète de ressources pour les familles.

CONFÉDÉRATION DES ORGANISMES DE PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC (COPHAN)

Téléphone 514 284-0155
Site Web www.cophan.org

La COPHAN est un regroupement d'action communautaire autonome de défense collective des droits. Elle réunit maintenant une soixantaine d'organismes et regroupements régionaux et nationaux de personnes ayant des limitations fonctionnelles et leurs proches. La COPHAN représente tous les types de limitations fonctionnelles : motrices, organiques, neurologiques, intellectuelles, visuelles, auditives, troubles d'apprentissage, du langage, du spectre de l'autisme et de santé mentale.

DAGOBERT ET CIE (TDC-QUÉBEC)

Téléphone 819 829-0594
Site Web www.dagobertetcie.ca

Dagobert et Cie est une association qui a pour mission d'offrir un soutien aux personnes vivant avec un trouble de l'acquisition de la coordination (TAC) et leurs proches aidants. Elle offre également conseils et outils pour ces personnes et l'entourage personnel, scolaire et professionnel.

DAWN CANADA

Téléphone 514 396-0009
Téléphone sans frais 1 866 396-0074
Site Web <https://www.dawncanada.net/?language=fr>

Instance nationale qui se consacre spécifiquement à la défense des droits des filles et des femmes sourdes ou handicapées du Canada ainsi qu'à leur avancement et à leur intégration pleine et entière à la société. Elle offre des ressources pour et concernant les femmes handicapées et leurs préoccupations.

DYSTROPHIE MUSCULAIRE CANADA (DMC)

Téléphone 1 800 567-2873
Site Web www.muscle.ca/fr/

Dystrophie musculaire Canada a pour mission d'améliorer la vie des personnes atteintes de maladies neuromusculaires en fournissant des services et en assurant un soutien constant. Sur le site Web, on peut trouver de l'information sur la maladie, sur la défense des droits et sur des programmes de soutien personnalisés.

FÉDÉRATION QUÉBÉCOISE D'ÉQUITATION THÉRAPEUTIQUE (FQET)

Téléphone 418 382-3515
Site Web www.fqet.net

La Fédération québécoise d'équitation thérapeutique a pour mission de contribuer au mieux-être des personnes ayant des besoins spéciaux, en faisant la promotion de l'utilisation du cheval comme outil thérapeutique auprès de la clientèle ciblée. Le site de la Fédération offre de l'information sur l'hippothérapie, plus précisément les bienfaits et les clientèles cibles, et présente la liste des centres membres.

FONDATION MIRA – CHIEN GUIDE

Téléphone 450 795-3725
Site Web www.mira.ca

Depuis quelques années, des chiens Mira sont entraînés pour venir en aide aux personnes handicapées. Le programme est accessible aux jeunes et aux adultes.

FONDATION PAPILLON – CAMP PAPILLON

Téléphone 514 937-6171
Téléphone sans frais 1 877 937-6171
Site web www.fondationpapillon.ca/camps-et-sejours/camp-papillon-2/

Le Camp Papillon de la Fondation Papillon offre aux jeunes ayant un handicap physique et/ou intellectuel la possibilité de participer à un camp de vacances où ils pourront vivre à la fois une expérience unique et sécuritaire.

HANDICAPEUT QUÉBEC

Téléphone 1 866 522-9748
Site Web <https://handicapeut.org/>

Pour changer la perception négative qu'on a des personnes handicapées et redéfinir leur place dans notre société, nous fusionnons harmonieusement défense des droits fondamentaux et défense des intérêts socioéconomiques des personnes handicapées.

INSTITUT NATIONAL POUR L'ÉQUITÉ, L'ÉGALITÉ, L'INCLUSION DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP (INÉÉI – PSH)

Téléphone 1 514 905-1039
Site Web <https://ineeipsh.org/>

L'Institut National pour l'Équité, l'Égalité et l'Inclusion des personnes en situation de handicap (INÉÉI–PSH) est un organisme national sans but lucratif qui vise l'élimination de toute forme de violence et de discrimination envers les personnes en situation de handicap (PSH) de tous âges, de tous genres et de toutes origines ethnoculturelles. C'est aussi un institut qui contribue activement à la promotion de l'équité pour atteindre l'égalité et l'inclusion de toutes et tous.

KÉROUL

Téléphone 514 252-3104
Site Web www.keroul.qc.ca

Kéroul est un organisme qui informe, représente, développe et fait la promotion du tourisme et de la culture accessibles. Consultez le site Web afin de vous renseigner sur une diversité d'aspects concernant le tourisme accessible (tourisme hors-Québec, transport, associations, etc.) et de chercher des établissements adaptés.

L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS

Téléphone 514 789-2460
Téléphone sans frais
(Service Info-Aidant) 1 855 852-7784
Site Web www.lappui.org

Présent dans chacune des 17 régions du Québec, l'Appui travaille étroitement avec les organismes locaux pour élargir l'offre de services disponibles pour les proches aidants. Sa mission : contribuer à améliorer leur qualité de vie ! L'Appui, c'est aussi Info-aidant, un service confidentiel et gratuit disponible au 1 855 852-7784 ou à info-aidant@lappui.org. Des conseillers spécialisés sont là pour vous écouter, vous informer et vous orienter vers les ressources disponibles près de chez vous et adaptées à vos besoins. Le site Web de l'Appui propose également une foule de renseignements, de conseils et de ressources pour les proches aidants et leur entourage. Vous y retrouverez notamment un répertoire dans lequel vous pourrez rechercher des ressources (répit, transport, aide à domicile, etc.), selon vos besoins et votre région. Le site Web propose aussi un répertoire dans lequel vous pouvez faire des recherches par région et par type de besoin (répit, soutien psychosocial, etc.).

L'ASSOCIATION CANADIENNE DE SPORTS POUR PARALYTIQUES CÉRÉBRAUX (CCPSA)

Téléphone 613 748-1430
Téléphone sans frais 1 888 752-2772
Site Web www.ccpsa.ca/fr/

Cette association cherche à aider toute personne ayant une paralysie cérébrale ou un handicap connexe à accéder à des activités sportives et récréatives de qualité. Elle propose des programmes, formations, activités de promotion et partenariats.

MÔELLE ÉPINIÈRE ET MOTRICITÉ QUÉBEC

Téléphone 514 341-7272
Téléphone sans frais 1 877 341-7272
Site Web www.moelleepiniere.com

Groupe d'information, de défense de droits et d'activités de loisirs. L'association travaille activement à promouvoir et faciliter l'intégration sociale et professionnelle des personnes blessées à la moelle épinière.

OFFICE DES PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC (OPHQ)

Téléphone 819 475-8585
Téléphone sans frais 1 800 567-1465
Site Web www.ophq.gouv.qc.ca

L'Office des personnes handicapées du Québec offre du soutien, des conseils et de l'accompagnement aux personnes handicapées, à leur famille et à leurs proches. Il publie différents guides et documents à leur intention. Il est possible de les consulter à partir de la section « Publications » du site Web.

PARASPORTS QUÉBEC

Téléphone 1 833 252-3108
Site Web www.parasportsquebec.com

Parasports Québec a pour mission la mise sur pied de programmes et le développement de projets favorisant l'épanouissement des personnes handicapées. L'organisme fait aussi la promotion des saines habitudes et est engagé dans le processus d'intégration des personnes vivant avec un handicap.

PROCHE AIDANCE QUÉBEC

Téléphone 514 524-1959
Site Web <https://procheaidance.quebec/>

Proche aideance Québec regroupe regroupe 124 organismes communautaires dont la mission est d'améliorer les conditions de vie des proches aidants. Vous trouverez la liste complète des organismes par région sur le site Web de Proche aideance.

Déficiences auditives

ACOUPHÈNES QUÉBEC

Téléphone 514 276-7772
Téléphone sans frais 1 877 276-7772
Site Web www.acouphenesquebec.org

Acouphènes Québec est un organisme d'entraide pour les personnes souffrant d'acouphènes. L'organisme offre un service d'écoute téléphonique, des rencontres d'entraide et d'information. Il est possible de devenir membre de l'organisme afin de profiter de tous les services.

ASSOCIATION DES IMPLANTÉS COCHLÉAIRES DU QUÉBEC (AICQ)

Téléphone 514 623-7417
Site Web <https://aicq-cochleaire.org/>

L'AICQ est un organisme sans but lucratif, constitué par des personnes désirant apporter un support aux enfants et aux adultes porteurs d'un implant cochléaire. L'aide apportée par l'AICQ aux personnes en attente d'une implantation ou qui sont déjà porteuses, peut prendre diverses formes.

ASSOCIATION DES PERSONNES AVEC UNE DÉFICIENCE DE L'AUDITION (APDA)

Téléphone sans frais 1 855 675-4662
Site Web <https://www.apda.ca/>

L'APDA est un organisme communautaire qui a pour mission de favoriser l'inclusion sociale des personnes vivant avec une déficience de l'audition en offrant des services d'aide et d'entraide, puis de défense de droits tout en sensibilisant et en conscientisant la population aux besoins de ces personnes et de leur réalité.

ASSOCIATION DES SOURDS DU CANADA (ASC)

Téléphone 613 565-2882
Site Web <https://cad.ca/fr/>

L'Association des Sourds du Canada (ASC) offre des consultations et de l'information sur les besoins des Sourds et leurs intérêts au public, aux entreprises, aux médias, aux éducateurs et autres. L'ASC est responsable de la création de programmes expérimentaux et offre une aide aux organismes et agences de services pour Sourds dans pour le pays.

ASSOCIATION DU QUÉBEC POUR ENFANTS AVEC PROBLÈMES AUDITIFS (AQEPA)

Téléphone voix et ATS 514 842-8706
Site Web www.aqepa.org

L'Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs (AQEPA) est un réseau d'associations régionales de familles, de jeunes adultes vivant avec une surdité et d'alliés, soutenu par une association provinciale, fondée il y a plus de 50 ans. Elle a pour mission de favoriser et promouvoir l'inclusion sociale des jeunes vivant avec une surdité par le développement de leur plein potentiel.

ASSOCIATION SPORTIVE DES SOURDS DU QUÉBEC (ASSQ)

Téléphone 438 476-6315
Site Web <http://www.assq.org/assq>

L'Association sportive des Sourds du Québec organise des activités et des événements sportifs pour les personnes sourdes et malentendantes.

AUDITION QUÉBEC

Téléphone 1 888 665-1050
Site Web www.auditionquebec.org

La mission d'Audition Québec est de défendre les droits des personnes malentendantes et devenues sourdes du Québec et de faciliter leur intégration dans la société. L'Association offre un service d'information et aide ses membres à développer des compétences en communication.

CENTRE ALPHA-SOURD

Téléphone 438 806-5149
Site Web <https://www.casourd.org/alpha-sourd-montreal/>

Cet organisme aide et soutient les personnes sourdes à développer leurs connaissances, à briser leur isolement et contribue à leur autonomie. Le Centre Alpha-Sourd organise différentes sorties et activités.

FONDATION GROUPE FORGET

Téléphone 514 353-7029
Téléphone sans frais 1 877 VOTREVIE (1 877 868-7384)
Site Web www.fondationgroupeforget.ca

La Fondation Groupe Forget est un organisme à but non lucratif qui a pour mission l'amélioration des conditions de vie des personnes malentendantes par l'attribution de dons et la sensibilisation du grand public. La fondation offre des programmes d'aide auditive et de suppléance à l'audition ainsi que des activités de formation ou des services professionnels. Vous trouverez les critères d'admissibilité et le formulaire de demande sous l'onglet « Admissibilité ».

FONDATION DES SOURDS DU QUÉBEC

Téléphone 418 660-6800
Téléphone sans frais 1 800 463-5617
Site Web www.fondationdessourds.net

La Fondation des Sourds du Québec vient en aide aux personnes vivant avec une surdité et agit dans le développement personnel, professionnel et social de ces personnes.

RÉSEAU QUÉBÉCOIS POUR L'INCLUSION SOCIALE DES PERSONNES SOURDES ET MALENTENDANTES (REQIS)

Téléphone 514 278-8703
Téléphone SRV – Service de relais vidéo 450 231-0304
Site Web www.reqis.org

Anciennement le Centre québécois pour la déficience auditive, le ReQIS a pour mission de contribuer à l'amélioration de la qualité de vie et à la défense des droits des personnes sourdes et malentendantes, signeuses et oralistes. Vous trouverez sur le site Web de l'organisme, la liste des membres du Réseau, de l'information sur la surdité, les aides techniques et les modes de communication.

Déficiences visuelles

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES PARENTS D'ENFANTS HANDICAPÉS VISUELS (AQPEHV)

Téléphone 450 465-7225
Téléphone sans frais 1 888 849-8729
Site Web www.aqpehv.qc.ca

L'Association regroupe les parents d'enfants handicapés visuels et leur offre des services complémentaires aux services publics. Vous pouvez télécharger gratuitement de nombreux guides et dépliants à partir de la section « Informations spécialisées » du site Web.

ASSOCIATION SPORTIVE DES AVEUGLES DU QUÉBEC (ASAQ)

Téléphone 514 252-3178
Site Web www.sportsaveugles.qc.ca

L'Association sportive des aveugles du Québec promeut la pratique du sport et sensibilise le grand public à la situation des personnes vivant avec une déficience visuelle. Elle offre des programmes variés d'activités sportives pour sa clientèle depuis plus de 40 ans.

FONDATION DES AVEUGLES DU QUÉBEC

Téléphone 514 259-9470
Téléphone sans frais 1 855 249-5112
Site Web <https://fondationdesaveugles.org>

Le mandat de la Fondation est de soutenir les personnes aveugles et ayant une déficience visuelle dans les domaines de l'habitation, des loisirs et la vie communautaire. Elle offre entre autres des services de loisirs, des produits adaptés et de l'aide financière. Vous trouverez de nombreuses ressources et références pertinentes sous l'onglet « Nos services ».

FONDATION MIRA – CHIEN GUIDE

Téléphone 450 795-3725
Site Web www.mira.ca

Mira cherche à accroître l'autonomie des personnes handicapées de la vue et à favoriser leur intégration sociale en leur fournissant des chiens développés et entraînés pour répondre à leurs besoins. Tous les renseignements pour bénéficier du programme de chien-guide sont présentés dans le site Web de l'organisme.

FONDATION INCA

Téléphone sans frais 1 800 465-4622
Site Web www.cnib.ca/fr

INCA est un organisme qui fournit un soutien communautaire, des renseignements et une représentation nationale aux personnes aveugles canadiennes ou ayant une vision partielle afin qu'elles puissent se réaliser pleinement dans la société. INCA offre également un service de bibliothèque pour le prêt de documents adaptés en anglais. La fondation offre plusieurs programmes pour outiller les personnes aveugles dans plusieurs sphères de leur vie, de même qu'un programme de chiens-guides.

REGROUPEMENT DES AVEUGLES ET AMBLYOPES DU QUÉBEC (RAAQ)

Téléphone 514 849-2018
Téléphone sans frais 1 800 363-0389
Site Web www.raaq.qc.ca

Le Regroupement des Aveugles et Amblyopes du Québec (RAAQ) est une fédération réunissant 21 associations, dont 12 associations régionales qui rassemblent près de 3 000 Québécois handicapés visuellement. La liste des membres du Regroupement est accessible sur le site Web, sous l'onglet « Présentation ».

SERVICE QUÉBÉCOIS DU LIVRE ADAPTÉ

Téléphone 514 873-4454
Ailleurs au Québec 1 866 410-0844
Site Web www.banq.qc.ca/sqja

Ce service est offert par Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BANQ) à tous les Québécois ayant une déficience perceptuelle. Il offre à ses usagers des collections en médias adaptés de langue française.

RESSOURCES WEB

Quelques pistes pour développer une lecture critique de l'information repérée sur le Web

LE OU LES AUTEURS DE LA SOURCE D'INFORMATION

- Qui a créé le site repéré ?
- Est-il possible d'obtenir de l'information sur l'auteur ou sur le propriétaire du site ?
- S'agit-il d'un site gouvernemental, universitaire ou d'un organisme reconnu ?

LA QUALITÉ DE LA SOURCE D'INFORMATION

- Quel est l'objectif poursuivi (informer ou vendre) ?
- Est-ce que les sources sont citées ?
- Existe-t-il des liens vers des sources similaires (pour vérifier l'exactitude et l'objectivité de l'information) ?
- Quelle est la fréquence de mise à jour de l'information ?

Gardez l'œil ouvert ! L'information se partage très vite, et les fausses nouvelles aussi. Il ne faut pas toujours se fier au contenu partagé en ligne, surtout sur les réseaux sociaux. Vous risquez d'y trouver des articles où l'information est fausse ou exagérée. Il est donc important de vérifier la qualité d'une information avant de la croire et de la partager.

Général

CANCHILD

www.canchild.ca/fr

L'organisme Canchild est une référence au Canada pour le trouble de l'acquisition de la coordination (TAC). Il s'agit d'un centre de recherche associé à l'Université McMaster, en Ontario. Le site de Canchild est en anglais; il propose tout de même des feuillets informatifs en français.

Feuillelet informatif Les enfants présentant un trouble de l'acquisition de la coordination

https://www.canchild.ca/system/tenon/assets/attachments/000/000/182/original/developmental_coordination_disorder_home_school_community_booklet_French.pdf

Dépliant Réussir à l'école : Des adaptations pour les étudiants ayant des difficultés de coordination

https://www.canchild.ca/system/tenon/assets/attachments/000/000/272/original/dcd_succeeding_school_French.pdf

CARTE ACCOMPAGNEMENT LOISIR (CAL)

<https://www.carteloisir.ca/>

Ce site permet de se renseigner sur la Carte accompagnement loisir et de la commander. La carte assure l'accès gratuit (dans les institutions participantes) à l'accompagnateur d'une personne âgée d'au moins 5 ans ayant un handicap, une déficience physique ou intellectuelle ou un problème de santé mentale et qui nécessite une aide.

CONFÉDÉRATION DES ORGANISMES DE PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC (COPHAN)

Liste des membres de la COPHAN

<http://cophan.org/vie-associative/liste-des-membres/>

Cette page du site Web de la COPHAN présente tous les organismes membres de la Confédération ainsi que leurs coordonnées.

FINANDICAP

<https://finandicap.com/reei/>

Finandicap est un cabinet qui vous offre le REEI, un régime d'épargne qui permet aux personnes handicapées et à leur famille d'épargner pour s'assurer une meilleure qualité de vie à long terme.

GOVERNEMENT DU CANADA – DÉDUCTIONS ET CRÉDITS D'IMPÔT POUR LES PERSONNES HANDICAPÉES

<https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/impot/particuliers/segments/deductions-credits-impot-personnes-handicapees.html>

Trouvez de l'information à propos des déductions et crédits d'impôt disponibles pour les personnes handicapées, leurs proches aidants et les membres de leur famille.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – PERSONNES HANDICAPÉES

<https://www.quebec.ca/personnes-handicapees>

Cette section du site Web du Gouvernement du Québec vous présente les programmes, mesures et services destinés aux personnes handicapées, leur famille et leurs proches.

KÉROUL - LE QUÉBEC POUR TOUS

<http://lequebecpourtous.com>

Le Québec pour tous, c'est une base de données de plus de 1 800 entreprises touristiques évaluées par Kéroul et certifiées « totalement ou partiellement accessibles » et réparties dans 22 régions uniques. Vous êtes à la recherche d'une destination inspirante, authentique et accessible ? Ça tombe bien !

LACCOMPAGNATEUR.ORG

www.laccompagnateur.org

L'Accompagnateur est un site Internet qui a été développé par les parents d'enfants handicapés dans le but de venir en aide à d'autres parents vivant la même situation.

OFFICE DES PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC

Information et accompagnement pour les personnes handicapées

<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/participation-sociale-personnes-handicapees/services-information-accompagnement-personnes-handicapees>

L'Office des personnes handicapées du Québec offre une aide personnalisée aux personnes handicapées, à leur famille et à leurs proches dans chacune des étapes de leurs démarches d'accès aux services. Visitez la page Web portant sur ses services directs à la population afin d'en apprendre davantage à ce sujet ou pour communiquer avec l'Office.

ONROULE.ORG

<https://onroule.org/>

OnRoule.org est un organisme à but non lucratif dont la mission est de contribuer au mieux être et à une meilleure autonomie des personnes à mobilité réduite ou ayant des limitations fonctionnelles. L'organisme centralise et diffuse l'information sur l'accessibilité sur son site Web, en répertoriant les lieux publics et les commerces accessibles, les logements et domiciles accessibles, adaptables et/ou adaptés et les organismes d'aide et de référence.

RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE

Programmes d'aide

<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/programmes-aide>

Vous trouverez sur cette page différentes formes d'aides offertes par la Régie, entre autres pour des déficiences auditives, visuelles et physiques.

Aide domestique

<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/programmes-aide/aide-domestique>

Le Programme d'exonération financière pour les services d'aide domestique vous permet de bénéficier d'une réduction du tarif horaire pour des services à domicile offerts par une entreprise d'économie sociale. Ces services incluent notamment l'entretien ménager, la lessive, la préparation des repas et l'accompagnement lors de vos achats. Dans cette page, vous trouverez les marches à suivre pour demander une aide domestique.

Entreprises d'économie sociale en aide domestique

<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/programmes-aide/aide-domestique/entreprises-economie-sociale>

Dans cette page, vous trouverez un répertoire des entreprises d'économie sociale en aide domestique reconnues par le Ministère de la Santé et des Services sociaux.

REVENU QUÉBEC – CRÉDITS D'IMPÔT

Ce site fournit de l'information à propos de divers crédits d'impôts ainsi que de soutien financier.

Crédit d'impôt pour frais médicaux

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-frais-medicaux/>

Crédit d'impôt pour frais de garde d'enfants

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-frais-de-garde-denfants/>

Crédit d'impôt pour soins médicaux non dispensés dans votre région

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/frais-pour-soins-medicaux-non-dispenses-dans-votre-region/>

Crédit d'impôt pour personne aidante

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-personne-aidante/>

Crédits d'impôt relatifs à la prime au travail

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credits-dimpot-relatifs-a-la-prime-au-travail/>

Montant pour autres personnes à charge

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/montant-pour-autres-personnes-a-charge/>

Montant pour déficience grave et prolongée des fonctions mentales ou physiques

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/montant-pour-deficience-grave-et-prolongee-des-fonctions-mentales-ou-physiques/>

Personne handicapée

<https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/votre-situation/personne-handicapee/>

SOCIÉTÉ CANADIENNE D'HYPOTHÈQUES ET DE LOGEMENT (SCHL)

www.cmhc-schl.gc.ca/fr

Site Web qui vous donnera accès à des centaines de feuillets d'information sur de nombreux aspects à considérer lorsqu'on souhaite rendre accessible une habitation. Pour commencer votre recherche, vous pouvez inscrire la mention « votre maison une habitation accessible dès la conception » dans la boîte de recherche du site. Vous pouvez lire à l'écran, imprimer ou commander par la poste les informations qui vous intéressent.

Logements accessibles et adaptables

<https://www.cmhc-schl.gc.ca/professionnels/innovation-et-leadership-dans-le-secteur/expertise-de-lindustrie/logements-accessibles-et-adaptables>

Cette page présente un Guide sur la conception universelle et une Norme sur les logements accessibles et adaptables

SOCIÉTÉ CANADIENNE DE RECHERCHE INTESTINALE

<https://badgut.org/?lang=fr>

La mission de la Société GI est d'améliorer la vie des personnes atteintes d'affections gastro-intestinales et hépatiques, à appuyer la recherche, à préconiser l'accès adéquat des patients aux soins de santé et à promouvoir la santé gastro-intestinale et la santé hépatique. Vous trouverez des articles et de nombreuses ressources informatives traitant de ces aspects sur leur site. Vous trouverez également des brochures à imprimer ou à commander gratuitement dans la section « Publications ».

WEB ACCESSIBILITY INITIATIVE – OUTILS ET TECHNIQUES

<https://www.w3.org/WAI/people-use-web/tools-techniques/fr#presentation>

Cette page introduit quelques techniques et outils que les personnes atteintes de handicaps utilisent pour interagir avec le Web : réglages de navigateurs, synthèse vocale, reconnaissance vocale et bien d'autres.

Déficiences auditives

APPRENDRE LA LSQ

<https://aqepa.org/courslsq/>

Nous y retrouvons des liens vers une page YouTube et TikTok pour apprendre la LSQ. Il y a aussi des liens vers des applications, dictionnaires et lexiques, en plus d'une liste de cours à distance ou en présentiel, dont certains sont gratuits.

ASSOCIATION DU QUÉBEC POUR ENFANTS AVEC PROBLÈMES AUDITIFS (AQEPA)

Revue Entendre

<https://aqepa.org/category/revue-entendre/>

Revue de l'Association du Québec pour enfants avec problèmes auditifs publiée par les publications Entendre, un service de l'AQEPA. La publication est arrêtée, mais les anciens numéros sont disponibles en ligne.

Guide pratique à l'usage des parents : Votre enfant a une surdité ? Vous n'êtes pas seuls !

https://aqepa.org/wp-content/uploads/2023/06/Guide-FSQ-2023_FINAL_web-2023_compressed.pdf

Ce guide d'information et de ressources destiné aux parents qui viennent d'apprendre le diagnostic de surdité de leur enfant constitue un outil de référence complémentaire aux services offerts par les différents professionnels.

La surdité... Qu'est-ce que vous en savez ?

<https://aqepa.org/quesavezvous/>

Ce livret illustré regroupe 12 questions fréquemment posées, des statistiques et des réponses simples et déculpabilisantes, pour déconstruire les mythes et préjugés autour de la surdité.

AUDITION QUÉBEC

La revue Sourdine

<https://auditionquebec.org/sourdine-express/>

La revue *Sourdine* est publiée par Audition Québec à l'intention de ses membres, de ses amis et de tous les professionnels de l'audition. Il est possible de consulter les numéros en ligne, sous la section « Publications ».

LOBE MAGAZINE

<https://www.lobe.ca/fr/magazine>

Il est possible de consulter le magazine Lobe en ligne et gratuitement en se créant un compte sur l'Espace client.

OU SORTIR SANS LIMITES

www.ousortirsanslimites.com/

Ou sortir sans limites a pour mission de favoriser l'inclusion sociale des personnes malentendantes en mettant en valeur les services sans obstacles ou adaptés déjà existants et en offrant un guide de bonnes pratiques.

SURDITÉ.ORG – CENTRE DE COMMUNICATION ADAPTÉE

www.surdite.org

Site Web dédié à la surdité sur lequel vous pouvez chercher des organismes présents dans votre région, avoir accès à de l'information sur la formation adaptée aux personnes sourdes ou malentendantes ainsi que connaître les services qui sont développés à travers le Québec. Surdité.org propose également l'Espace Francosourd, un réseau social pour les sourds.

Déficiences visuelles

ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES PARENTS D'ENFANTS HANDICAPÉS VISUELS

Guide d'accompagnement pour les parents : le plan d'intervention

https://files.aqpehv.net/publications/spec/le_plan_dintervention.pdf

Ce guide permet de se familiariser avec le plan d'intervention qui vise une meilleure intégration en milieu scolaire.

ASSOCIATION SPORTIVE DES AVEUGLES DU QUÉBEC

Publications

www.sportsaveugles.qc.ca/publications/

Cette section du site propose diverses publications de l'Association, notamment un *Manuel pour coureur non-voyant* et un document traitant de *L'activité physique et la déficience visuelle*.

FONDATION DES AVEUGLES DU QUÉBEC – VISA POUR LA VUE

<https://fondationdesaveugles.org/wp-content/uploads/2019/10/Visa-pour-la-vue.pdf>

Cette brochure regorge d'informations sur la santé de l'œil et sur la prévention quant aux maladies dont il peut être affecté.

FONDATION INCA – FORMATIONS EN TECHNOLOGIES ADAPTÉES

<https://cnib.ca/fr/programmes-et-services/techno/formations-en-technologies-adaptees-0?region=qc>

Cette page contient les formations en technologies adaptées offertes chez INCA. Elles permettent aux personnes vivant avec une déficience visuelle d'en connaître plus sur différents outils facilitant l'accessibilité aux technologies.

PORTAILS D'INFORMATION DE SANTÉ

Des sources qui offrent de l'information fiable et de qualité sur la santé et les saines habitudes de vie.

GOVERNEMENT DU CANADA – SANTÉ

www.canada.ca/fr/services/sante.html

Présente de l'information fiable et facile à comprendre sur la santé et la sécurité à l'intention des Canadiens.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC – SANTÉ

www.quebec.ca/sante/

Propose une information simple, pratique et fiable pour aider à faire face à un problème de santé et à mieux utiliser les services de santé québécois.

MEDLINEPLUS

<https://medlineplus.gov>

MedlinePlus est un réseau qui fait autorité, offrant de l'information détaillée associée à une multitude de problématiques en santé, produit par la National Library of Medicine (Maryland, États-Unis). Bien que l'interface d'interrogation soit en anglais, il est possible de dénicher de l'information dans d'autres langues, notamment le français (<https://medlineplus.gov/languages/french.html>).

PASSEPORTSANTÉ.NET

www.passeportsante.net

PasseportSanté.net offre au grand public une information factuelle pratique et objective sur la prévention de la maladie et l'acquisition de saines habitudes de vie. Avec la collaboration d'experts œuvrant dans le domaine, ce site francophone offre un contenu de qualité.

BASES DE DONNÉES EN SANTÉ

Bases de données en libre accès

Voici une sélection de ressources à consulter pour vous aider à trouver de la documentation pertinente. **Les bases de données ci-dessous sont accessibles gratuitement et sans abonnement.**

CISMEF

www.cismef.org/cismef/

Le Catalogue et Index des Sites Médicaux de langue Française (CISMeF) est un projet initié par le Centre Hospitalier Universitaire de Rouen en France. Il rend accessibles des ressources francophones provenant de plusieurs pays relativement à la médecine factuelle et à une information incontournable en santé destinée aux patients et au grand public.

LISSA

www.lissa.fr

LiSSa est une base de données de littérature scientifique en santé développée par l'équipe du CHU de Rouen à l'origine de CISMeF. Elle comprend plus de 800 000 références. Plus de 80 000 résumés en français sont également proposés.

PUBMED CENTRAL

www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc

PubMed Central (PMC) est un dépôt numérique d'articles scientifiques du domaine de la santé qui ont été soumis au processus d'évaluation par les pairs (activité collective des chercheurs qui jugent de façon critique les travaux d'autres chercheurs). Les articles sont libres d'accès. L'interface est en anglais, mais il est possible de repérer des articles rédigés en français.

SANTÉCOM

<http://catalogue.santecom.qc.ca>

Le Réseau Santécom rassemble les collections documentaires de 42 bibliothèques spécialisées dans le domaine de la santé et des services sociaux, ainsi que les publications de plus de 50 organismes et groupes de recherche québécois. Santécom est géré par l'Institut national de santé publique du Québec (INSPQ) et par l'Institut national d'excellence en santé et en services sociaux (INESSS).

Bases de données avec accès réservé aux abonnés

Vous cherchez à approfondir votre recherche d'information en santé ? Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BAnQ) permet la consultation à distance de plusieurs bases de données en santé. Nous avons sélectionné celles qui s'adressent à un large public. Notez que certaines ressources sont en anglais uniquement. La langue de l'interface et la langue du contenu de la ressource sont identifiées à la fin de chaque descriptif.

Pour accéder aux bases de données de BAnQ, vous devez être abonné aux services à distance. Pour vous abonner : www.banq.qc.ca/formulaires/abonnement

Pour consulter les ressources à votre disposition sur BAnQ numérique, connectez-vous d'abord à votre dossier en utilisant votre numéro d'abonné et votre mot de passe de la bibliothèque.

Des guides et une sélection des ressources essentielles sont disponibles pour vous accompagner dans vos premiers pas sur la plateforme : <http://numerique.banq.qc.ca/apropos/debuter.html>

CPS : COMPENDIUM DES PRODUITS ET SPÉCIALITÉS PHARMACEUTIQUES EN LIGNE

<https://www.banq.qc.ca/platformes-numeriques/cps-compendium-des-produits-et-specialites-pharmaceutiques-en-ligne/>

Cette base de données permet de consulter plus de 2 000 monographies de médicaments, de vaccins et de produits naturels offerts au Canada. On y trouve des renseignements tels que les indications, les contre-indications, les mises en garde, les effets indésirables, les interactions médicamenteuses et la posologie. Cette ressource comprend également des répertoires (centres antipoison, organismes de santé, fabricants), un outil d'identification des produits et des glossaires. Ressource bilingue.

GALE HEALTH AND WELLNESS

<https://www.banq.qc.ca/plateformes-numeriques/gale-health-wellness/>

La base de données offre accès à des millions d'articles provenant de revues spécialisées, de magazines, de bulletins d'informations et de fils d'actualité, ainsi qu'à une large collection d'ouvrages de référence en texte intégral et à des centaines de vidéos et audios en continu. Les informations portent sur des maladies et des problèmes de santé en médecine traditionnelle, et couvrent également des pratiques médicales alternatives. Interface en français et contenu en français et en anglais.

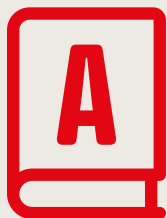
SUGGESTIONS DE LECTURE

VOTRE BIBLIOTHÈQUE NE
POSSÈDE PAS LE LIVRE QUE
VOUS AIMERIEZ CONSULTER ?

INFORMEZ-VOUS SUR LE SERVICE DE
PRÊT ENTRE BIBLIOTHÈQUES.
VOTRE BIBLIOTHÈQUE POURRAIT AINSI
OBTENIR POUR VOUS LE DOCUMENT
DÉSIRÉ D'UNE AUTRE BIBLIOTHÈQUE.

Des livres offerts en différents formats

Saviez-vous que vous pouviez emprunter gratuitement des livres en différents formats dans vos bibliothèques ?



LIVRES GRANDS CARACTÈRES

Les livres en grands caractères sont conçus pour optimiser le confort de lecture pour les malvoyants, les malades, les personnes souffrant de fatigue oculaire et les jeunes dyslexiques. Vous en retrouverez un grand nombre dans les bibliothèques publiques.



LIVRES SONORES ET AUDIONUMÉRIQUES

Les livres sonores et audionumériques sont des enregistrements vocaux du texte d'un livre faits par un narrateur. Ces livres sont lus par des interprètes reconnus. Ils sont recommandés autant aux lecteurs débutants qu'aux personnes souffrant de déficience visuelle.

Les **livres sonores** sont enregistrés sur CD ou sur CD MP3 et se trouvent sur les rayonnages des bibliothèques qui en offrent.

Les **livres audionumériques** sont disponibles sur la plateforme pretnumerique.ca. Leur écoute peut s'effectuer sur l'ensemble des appareils utilisant une version récente d'un navigateur web et une connexion Internet fiable. Cela ne nécessite pas l'installation d'une application de lecture.



LIVRES NUMÉRIQUES

Des livres numériques sont disponibles via la plateforme pretnumerique.ca.

Vous trouverez sur le site pretnumerique.ca des bibliothèques participant au programme Biblio-Santé la **collection Biblio-Santé numérique**. Chaque livre suggéré dans les cahiers qui est disponible en format numérique est identifié par la mention suivante :



[Aussi disponible sur Pretnumerique](https://pretnumerique.ca)

Ces livres numériques sont chronodégradables, c'est-à-dire qu'ils se désactivent automatiquement à la fin de la période de prêt. Les livres téléchargés pourront être lus sur différents appareils : liseuses, tablettes, ordinateurs, téléphones intelligents, etc. Le service est accessible en tout temps et en tout lieu, du moment qu'on a accès à une connexion Internet.

[Pretnumerique.ca](https://pretnumerique.ca) vous propose également une application de lecture gratuite dédiée, disponible en format iOS (Apple) et Android. Celle-ci vous permet de consulter le catalogue numérique de vos bibliothèques ainsi que d'emprunter, réserver et lire facilement vos livres numériques et vos livres audionumériques à même l'application.

Votre appareil de lecture vous donne accès à des fonctionnalités pour favoriser l'accessibilité de celui-ci et faciliter votre lecture.

Pour de l'aide pour emprunter un livre numérique, visitez la page [Aide en ligne Prêt Numérique](#).

*L'offre des livres en différents formats varie d'une bibliothèque à l'autre.

Informez-vous pour connaître l'offre de votre bibliothèque !

DOCUMENTAIRES

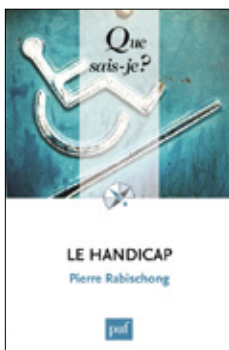
Ouvrages généraux

**AU-DELÀ DES LIMITES : L'HISTOIRE DES SPORTS EN FAUTEUIL ROULANT****Judith Lussier et Donald Royer.** Montréal : Flammarion Québec, 2019

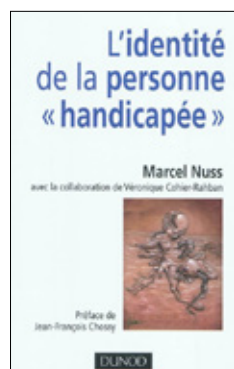
C'est en sachant d'où l'on vient que l'on peut décider où l'on va. Chantal Petitclerc reprend cet adage dans la préface de ce livre qui retrace l'histoire des sports en fauteuil roulant. Abondamment illustré de photos d'archives et d'inspirants portraits d'athlètes, l'ouvrage raconte comment les parasports se sont constitués. De l'exploit à la reconnaissance, il relate les efforts de personnes résolues à défier à la fois leurs propres limites et celles de la société.

Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)**LES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP****Claude Hamonet.** Paris : PUF, 2015, 125 p.

Cet ouvrage présente une définition du handicap et explique les interactions entre santé, culture et société à travers différentes approches : médecine de rééducation, gériatrie, gérontologie, psychiatrie, etc. Livre spécialisé.

**LE HANDICAP****Pierre Rabischong.** Paris : PUF, 2015, 125 p.

Ce livre adopte une approche pluridisciplinaire de la question du handicap, au croisement de connaissances sociales, médicales, architecturales, juridico-administratives et technologiques. Le handicap n'est pas la déficience, mais la situation dans laquelle cette déficience devient une gêne. Livre spécialisé.



L'IDENTITÉ DE LA PERSONNE « HANDICAPÉE »

Marcel Nuss. Paris : Dunod, 2011, 212 p.

L'auteur partage différentes réflexions et propositions pour une meilleure autonomie et un respect du corps, de l'intimité, de la sexualité et de l'identité des personnes handicapées.

Accompagnement de l'adulte ayant une incapacité physique



HANDICAP, PERTE D'AUTONOMIE : OSER ACCOMPAGNER AVEC EMPATHIE

Marcel Nuss. Paris : Dunod, 2016, 175 p.

L'essayiste, atteint d'une amyotrophie spinale, partage ses réflexions sur les personnes handicapées, leurs choix de vie, leurs rapports aux autres et à leur corps, les limites de leur autonomie et l'éthique de leur accompagnement.



ACCOMPAGNER LES PERSONNES HANDICAPÉES À DOMICILE : UNE VIE NÉGOCIÉE

Yves Lacroix. Lyon : Chronique sociale, 2008, 284 p.

Handicapé physique décédé en 2006, l'auteur propose un programme de formation pour les accompagnants se destinant à exercer un métier auprès des personnes en situation de handicap. Le livre comporte de nombreux renseignements utiles aux proches aidants (conjoint, frères, sœurs, etc.).



EN TOUTE SÉCURITÉ: UN PLAN D'AVENIR PERSONNALISÉ EN SIX ÉTAPES À L'INTENTION DES PERSONNES HANDICAPÉES

Al Etmanski. Vancouver : Planned Lifetime Advocacy Network; Montréal : F. Breton : Réseaux pour l'avenir, 2007, 171 p.

Ouvrage qui permet aux parents et aux proches d'une personne vivant avec un handicap de se poser les bonnes questions quant à l'avenir de cette dernière et d'y apporter des pistes de réponses grâce à un cheminement en 6 étapes.

Accompagnement de l'enfant ayant une incapacité physique



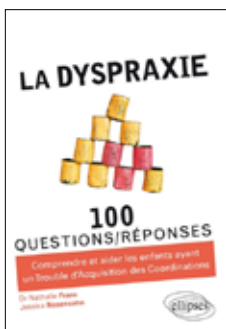
AU-DELÀ DES BESOINS PARTICULIERS: UN ENFANT À DÉCOUVRIR, UNE FAMILLE À RÉINVENTER

Francine Ferland. Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine, le centre hospitalier universitaire mère-enfant, 2017, 280 p.

La première partie de cette nouvelle édition concerne l'enfant : il y est question des réactions possibles à son diagnostic, de son développement avec ses difficultés, mais aussi ses possibilités, de ses besoins et de son caractère unique. Plusieurs suggestions pour l'accompagner sont également proposées, appuyées de nombreux exemples concrets. La deuxième partie est consacrée aux parents, en tant que personne et en tant que couple. L'auteure les invite à revisiter leur quotidien et leur propose des stratégies pour gérer leur énergie et leur stress.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LA DYSPRAXIE: 100 QUESTIONS-RÉPONSES. COMPRENDRE ET AIDER LES ENFANTS AYANT UN TROUBLE D'ACQUISITION DES COORDINATIONS

Nathalie Franc et Jessica Nesensohn. Paris : Ellipses, 2016, 127 p.

Ce livre fournit des renseignements aux parents, aux enseignants, à la famille et à l'entourage des enfants et adolescents confrontés à ce trouble.



LA DYSPRAXIE DE L'ENFANT : VOS GRANDES QUESTIONS, NOS MEILLEURES RÉPONSES

F. Léger et P. Dalcourt. Sherbrooke : SOS Dyspraxie, 2012, 161 p.

Ce recueil de questions-réponses est destiné aux parents d'enfants dyspraxiques du Québec. Il répond aux nombreuses préoccupations des parents. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.



LE MIROIR BRISÉ : L'ENFANT HANDICAPÉ, SA FAMILLE ET LE PSYCHANALYSTE

Simone Sausse. Paris : A. Fayard-Pluriel, 2011, 201 p.

À l'aide de nombreux témoignages, un psychanalyste aborde les questions cruciales soulevées par l'enfant handicapé : exclusion, peur, différence.



LE BONHEUR DE L'ENFANT HANDICAPÉ

Maurice Ringler. Paris : Dunod, 2009, 163 p.

Un retour d'expérience basé sur la rencontre d'enfants déficients qui éprouvent indiscutablement un plaisir à être eux-mêmes, et qui aiment la vie. Des enfants qui se montrent confiants dans leurs capacités personnelles et dans leurs relations avec les autres. L'auteur y analyse les relations avec leur entourage et leurs éducateurs.



MON CERVEAU NE M'ÉCOUTE PAS : COMPRENDRE ET AIDER L'ENFANT DYSPRAXIQUE

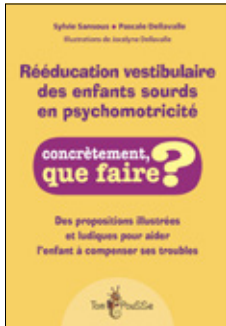
Sylvie Breton et France Léger. Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine, Centre hospitalier universitaire mère-enfant, 2007, 178 p.

Un livre-guide pour mieux comprendre ce handicap peu connu et aider l'enfant atteint à maximiser son potentiel. Livre spécialisé.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

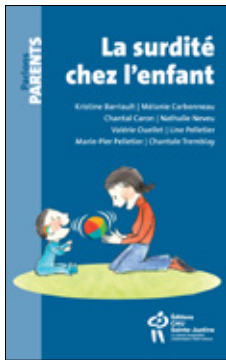
Déficiences auditives



RÉÉDUCATION VESTIBULAIRE DES ENFANTS SOURDS EN PSYCHOMOTRICITÉ

Sylvie Sansous. Paris : Tom Pousse, 2022, 142 p.

Les troubles vestibulaires ont des conséquences sur le développement des enfants sourds. Destinés aux professionnels de santé et aux parents, ces exercices illustrés permettent à l'enfant de trouver des solutions pour améliorer son approche du monde et faciliter ses apprentissages. L'exploration spatiale et l'adaptation aux situations de la vie quotidienne sont ainsi facilitées.



LA SURDITÉ CHEZ L'ENFANT

Kristine Barriault et al. Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine, 2021, 176 p.

Ce guide répond à toutes les préoccupations de l'entourage d'un enfant ayant un problème auditif. Il décrit les causes et les impacts de la surdité, précise les tests diagnostiques effectués et le rôle de chaque professionnel de l'équipe soignante. Il présente aussi les stratégies de communication et les aides technologiques les mieux adaptées, selon le cas.



RÉÉCRIRE... ENFIN : LE GUIDE DE L'AUDITION POUR TOUS

Charles Butor. Paris : Dauphin, 2015, 239 p.

La baisse de l'acuité auditive est souvent considérée comme une fatalité, et ses conséquences mal connues n'incitent pas à sa prise en charge. Pourtant, dès que l'audition est altérée toute la vie sociale peut s'en trouver affectée. Ce guide pratique grand public est destiné à tous ceux dont l'ouïe commence à diminuer et à leur entourage.



APPRENDRE À ÉCOUTER ET À PARLER : LA DÉFICIENCE AUDITIVE CHEZ L'ENFANT

Sous la direction d'**Elizabeth Fitzpatrick et Suzanne P. Doucet**. Ottawa : Presses de l'Université d'Ottawa, 2013, 293 p.

Cet ouvrage porte sur la communication auditive-verbale chez l'enfant ayant une déficience auditive. Il s'adresse à la fois aux parents, aux enseignants et aux intervenants appelés à travailler auprès de ces enfants. Il offre une base pratique et théorique dans les domaines du langage, de la parole, des habiletés auditives et de la littératie.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



L'AUDITION : GUIDE COMPLET

Journée Nationale de l'Audition. Paris : J. Lyon, 2012, 311 p.

Ouvrage rédigé par un groupe de spécialistes qui aborde le thème de l'audition dans son ensemble : les sons et niveaux sonores, le système auditif, l'audition suivant les âges, les pathologies, les aides auditives, la protection de l'audition, les textes réglementaires, etc.

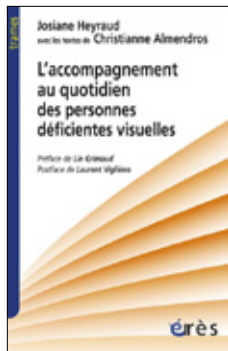
Déficiences visuelles



LES CHIRURGIES DES DÉFAUTS DE LA VISION POUR LES NULS

D. A. Lebuissou. Paris : First éditions, 2022, 272 p.

Un panorama de la chirurgie de la réfraction faisant le point sur les techniques laser, les implants cornéens, phaqes et cristalliniens pour comprendre les possibilités offertes pour corriger les différents problèmes de vision. L'ouvrage aborde également les kératocônes et leurs traitements.



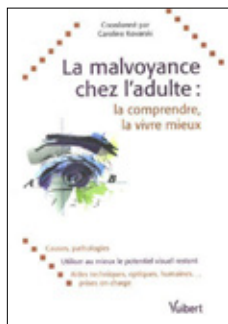
L'ACCOMPAGNEMENT AU QUOTIDIEN DES PERSONNES DÉFICIENTES VISUELLES

Josiane Heyraud et Christianne Almendros. Toulouse : Érès, 2013, 227 p.

Cet ouvrage s'adresse aux parents d'enfants aveugles ou malvoyants et aux professionnels s'occupant de déficients visuels. Il donne les clés pour dépasser les difficultés du quotidien, connaître et transmettre les automatismes qui permettront aux malvoyants de gagner en autonomie et de s'intégrer plus facilement dans la vie sociale.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LA MALVOYANCE CHEZ L'ADULTE : LA COMPRENDRE, LA VIVRE MIEUX

Caroline Kovarski. Paris : Vuibert, 2007, 399 p.

Synthèse des connaissances sur la réduction de la vision : ses causes, sa prise en charge, les aides techniques, humaines et optiques, la rééducation, etc. Le point sur les avancées médicales et techniques.



COMMENT VIVRE AVEC UN AVEUGLE : DE LA NAISSANCE AU 4^E ÂGE

Antoinette Berveiller. Paris : J. Lyon, 2004, 191 p.

S'adresse à l'entourage qui a besoin de conseils concrets pour aider la personne aveugle, pour un guidage matériel, pratique mais aussi psychologique. Après avoir différencié la cécité congénitale et la cécité tardive, le livre développe les étapes qui jalonnent la vie : l'enfant aveugle et l'adulte.

Amour et sexualité



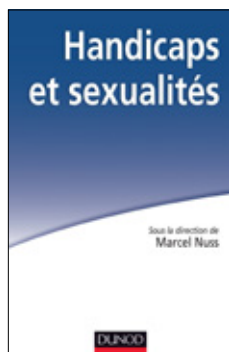
CORPS À CŒUR : INTIMITÉ, AMOUR, SEXUALITÉ ET HANDICAP

Sous la direction de Yves Jeanne. Toulouse : Érès, 2014, 150 p.

Dans cet ouvrage, des personnes en situation de handicap disent leurs aspirations concernant leur droit à l'intimité et à la sexualité et témoignent des entraves qui y font obstacle. En écho, des sociologues, anthropologues, philosophes, sexologues et des professionnels engagés dans leur accompagnement éclairent les déterminants culturels ou sociaux qui leur bloquent l'accès à l'autonomie. Livre spécialisé.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



HANDICAPS ET SEXUALITÉS

Marcel Nuss. Paris : Dunod, 2014, 274 p.

Témoignages et analyses de personnes et professionnels concernés par la question de la sexualité des personnes handicapées. Avec une proposition de dispositif d'accompagnement sexuel préparé par un collectif d'associations.

Accessibilité



HANDITOURISME : GUIDE : LA FRANCE ACCESSIBLE

Petit futé. Paris : Nouvelles éditions de l'Université, 2023, 359 p.

Des renseignements pratiques destinés aux personnes handicapées physiques ou mentales qui visitent la France. Département par département, un choix d'adresses de structures touristiques adaptées est proposé : transports, sites, hôtels, restaurants, activités sportives, loisirs, etc. Avec une partie consacrée au reste du monde.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



GUIDE DES HANDI-VOYAGEURS : VOYAGES ADAPTÉS DANS LE MONDE, CONSEILS ET BONNS PLANS

Dominique Auzias et Jean-Paul Labourdette. Paris : Nouvelles éditions de l'université, 2014, 191 p.

Un guide de voyages aux quatre coins du monde privilégiant l'aspect de l'accessibilité. Avec des astuces et des conseils pratiques pour bien réussir son séjour à l'étranger malgré son handicap, qu'il soit moteur, auditif, visuel ou mental.

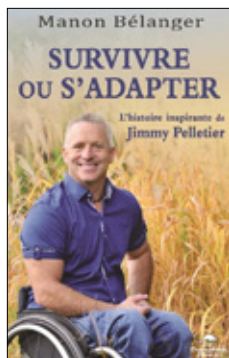


UNE MAISON ADAPTÉE : DES IDÉES ET DES ASTUCES POUR AMÉLIORER LE CADRE DE VIE DES PERSONNES DÉPENDANTES

Cécile Luquet. Paris : Marabout, 2004, 127 p.

Handicap International et Leroy Merlin sélectionnent chaque année au Concours national des papas bricoleurs les 20 meilleures idées pour améliorer la vie quotidienne des enfants ou adultes handicapés. Cet ouvrage réunit une centaine de réalisations à faire soi-même, des projets et des idées d'aménagement du cadre de vie, organisés pièce par pièce. Avec une liste d'adresses (France) et de sites Internet.

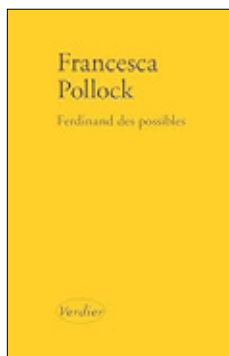
RÉCITS DE VIE, BIOGRAPHIES ET TÉMOIGNAGES



SURVIVRE OU S'ADAPTER : L'HISTOIRE INSPIRANTE DE JIMMY PELLETIER

Manon Bélanger. Québec : le Dauphin Blanc, 2024, 205 p.

Dans ce livre percutant, son épouse, Manon Bélanger, dresse le portrait d'un homme attachant, déterminé et courageux. Elle raconte sans détour des moments importants de son parcours, dont son accident, sa réadaptation, son entraînement et ses exploits. Elle nous partage aussi des séquences plus intimes de sa vie, nous permettant de saisir toute la dimension de l'homme qu'est Jimmy Pelletier.



FERDINAND DES POSSIBLES

Francesca Pollock. Lagrasse : Verdier, 2024, 85 p.

Belle-mère de Ferdinand, un jeune homme polyhandicapé, l'auteure, psychologue et psychanalyste, donne la parole à son beau-fils, qui ne parle pas et n'entend pas. Sa manière d'être au monde, ses passions, notamment pour les frigos, les gares et les voyages, ses inventions et ses trouvailles ainsi que sa manière de résoudre les problèmes et de contourner les difficultés sont racontées.



RÉSILIENCE : ABANDONNER N'EST PAS UNE OPTION

Lorry Lag et Martin Petit. Vanves : Édition EPA, 2023, 216 p.

L'explorateur français raconte le voyage qu'il a fait en compagnie de Martin Petit, ancien sportif devenu tétraplégique, aux quatre coins du monde, du désert du Sahara au sommet des Alpes. Ce projet d'entraide et de dépassement de soi a pour idée de montrer que ce type d'expédition est réalisable par des personnes en situation de handicap.



DE L'ENFER À LA LUMIÈRE

Jean-Baptiste Alaïze. Neuilly-sur-Seine : Michel Lafon, 2021, 285 p.

A 3 ans, J.-B. Alaïze voit sa mère être décapitée sous ses yeux et reçoit trois coups de lame dans le corps. Rescapé du génocide contre les Tutsi, il est amputé de la jambe droite avant d'être adopté à 6 ans par Danièle et Robert, un couple de Français. Désormais athlète paralympique, il relate son parcours afin de changer les regards sur la différence et le handicap.



MA VIE EST UN SPORT D'ÉQUIPE

Laetitia Bernard. Paris : Radio France : Stock, 2021, 209 p.

Atteinte de cécité, la journaliste sportive et championne de France en sauts d'obstacle handisport évoque son parcours : l'intégration de Sciences-Po à Strasbourg, son année Erasmus à Berlin, ses études de journalisme, entre autres. Elle rend également hommage à ses parents, à ses amis et à ses enseignants qui l'ont toujours soutenue.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



JOURNAL DE MES OREILLES

Zoé Besmond de Senneville. Paris : Flammarion, 2021, 169 p.

Dans un journal adapté de son podcast, la comédienne décrit sa perte d'audition progressive due à une otospongiose bilatérale cochléaire et sa découverte de la surdité.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

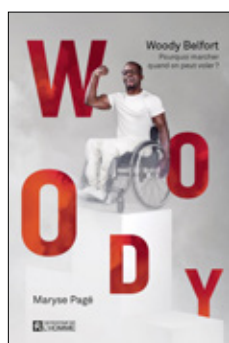


UNE VIE À INVENTER : L'INCROYABLE LEÇON DE VIE DE LA PREMIÈRE FRANÇAISE BIONIQUE

Priscille Deborah et Sandrine Cohen. Paris : Albin Michel, 2021, 211 p.

Après avoir été amputée de ses jambes et de son bras droit suite à une tentative de suicide, l'auteure surmonte son désespoir grâce à la résilience. Elle raconte son expérience, livre ses réflexions et donne des conseils à l'adresse de ceux qui croient avoir tout perdu. Elle explique comment son handicap l'a métamorphosée et l'a poussée à réaliser ses rêves.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



WOODY BELFORT : POURQUOI MARCHER QUAND ON PEUT VOLER ?

Maryse Pagé. Montréal : les Éditions de l'Homme, 2020, 172 p.

Malgré un syndrome de Little, une forme de paralysie cérébrale infantile qui le prive en partie de l'usage de ses jambes, le jeune homme est membre de l'équipe de basketball du Québec en fauteuil roulant, participe à des compétitions de culturisme et s'entraîne en callisthénie. Il fréquente quotidiennement le métro de Montréal, utilisant ses bras aux muscles bien définis pour transporter son fauteuil et grimper les marches des escaliers interminables, tout en militant pour une meilleure accessibilité des personnes à mobilité réduite. Du haut de ses 23 années, Woody démontre d'éclatante façon que la sagesse et la détermination ne sont pas uniquement conditionnées par l'âge, mais aussi par une volonté à toute épreuve de faire mentir le destin.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



TOUT EST POSSIBLE ! : ANDRÉ LECLERC, FONDATEUR DE KÉROUL

René Kirouac. Montréal : Kéroul, 2020, 404 p.

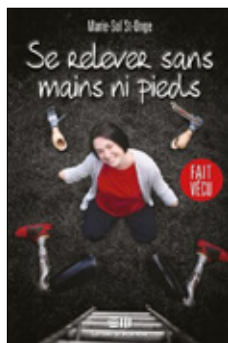
Découvrez l'histoire d'un homme déterminé ayant la paralysie cérébrale qui a changé le visage du tourisme accessible au Québec.



CROIRE SANS VOIR

Vincent Michel. Paris : Les Éditions de Cerf, 2020, 327 p.

Non voyant de naissance, l'auteur raconte son parcours, de son enfance dans les années 1950 à la naissance de ses enfants en passant par ses études et son engagement social et politique. Chaque étape de sa vie révèle les difficultés qu'il a rencontrées et la façon dont il appréhende le monde.



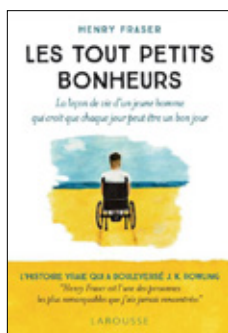
SE RELEVER SANS MAINS NI PIEDS

Marie-Sol St-Onge. Boucherville : Éditions de Mortagne, 2020, 272 p.

Chaque matin, Marie-Sol se réveille sans mains ni pieds. Puis, chaque soir, elle doit enlever ses prothèses de bras et de jambes pour dormir. La terrible perte de ses quatre membres aurait pu démolir ses rêves et ses objectifs, mais l'histoire s'est avérée tout autre. Quelques années plus tard, bénéficiant d'un certain recul sur les événements, cette artiste peintre passionnée, déterminée et persévérante raconte son quotidien singulier. On découvre tout l'optimisme qui l'habite, mais aussi les combats qu'elle a menés.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LES TOUT PETITS BONHEURS : LA LEÇON DE VIE D'UN JEUNE HOMME QUI CROIT QUE CHAQUE JOUR PEUT ÊTRE UN BON JOUR

Henry Fraser. Paris : Larousse, 2018, 159 p.

Le témoignage d'Henry Fraser, ancien rugbyman anglais paralysé de la nuque aux pieds depuis un accident de plongée à l'âge de 17 ans, et qui peint aujourd'hui des tableaux avec sa bouche. Il partage ici sa philosophie positive qui consiste à se concentrer sur ses possibilités plutôt que sur ses limites.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



MARTHA : LES FORCES CACHÉES

Steven Laperrière. Saint-Lambert : Éditions La [R]oupille, 2018, 199 p.

Histoire d'inspiration avant tout, ce récit autobiographique présente la détermination, le courage, l'audace et la résilience de Martha Twibanire, femme immigrante, handicapée et monoparentale qui a su oser le changement pour modifier le courant de sa vie.



VERS LA NUIT

John Hull. Paris : Éditions du Sous-sol, 2017, 221 p.

Le professeur de théologie a perdu la vue après plusieurs interventions chirurgicales. Il raconte ici son expérience de la cécité : la réalité quotidienne d'un aveugle, sa perception du monde et des autres.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



ALLER VOIR AILLEURS : DANS LES PAS D'UN VOYAGEUR AVEUGLE

Jean-Pierre Brouillaud. Paris 14 : Points, 2016, 264 p.

Placé dans un institut pour malvoyants, l'auteur décide de dépasser les limites imposées par son handicap et la société. Il part visiter le monde et voyage en Asie, en Afrique et en Amérique latine. Il décrit comment ce parcours initiatique lui a permis de se construire en tant qu'homme.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



SUR MES DEUX OREILLES

Jacques Bardin. Paris : Impliqués éditeur, 2015, 117 p.

Comment surmonter la surdité et les obstacles qu'elle met sur votre chemin ? Alternant humour et moments d'émotion, anecdotes et réflexions, l'auteur raconte les aventures et les mésaventures, les difficultés et les cocasseries du handicap.



EN DÉPIT DU BON SENS : AUTOBIOGRAPHIE D'UN TÊTARD À TUBA

Marcel Nuss. Noisy-sur-École : Édition de l'éveil, 2015, 511 p.

Atteint d'amyotrophie spinale infantile, Marcel Nuss raconte sa vie de grand handicapé, les contraintes et les risques de sa maladie, son quotidien, ses joies et ses souffrances ainsi que son combat face aux limites et aux incohérences des systèmes de soins et administratifs sur la prise en charge du handicap.



ET TU DANSES, LOU

Pom Bessot et Philippe Lefait. Paris : Stock, 2014, 204 p.

Il y a dix-sept ans, un hasard génétique a fait que l'enfant Lou présente des troubles du langage et des difficultés associées. La mère fait des livres et le père travaille à la télévision. Ce récit familial raconte les errances hospitalières, les complications liées aux prises en charge, une sœur aux petits soins, de bonnes rigolades, la question de la transmission.



FRÈRES ET SŒURS DE PERSONNES HANDICAPÉES : LE HANDICAP EN VISAGES

Charles Gardou. Toulouse : Erès, 2012, 184 p.

Recueil de textes écrits par des personnes vivant ou côtoyant le handicap au quotidien. Ils y expriment leurs sentiments, leurs attitudes, leurs réactions, leurs faiblesses et leurs forces, leurs attentes.



PARENTS D'ENFANT HANDICAPÉ : LE HANDICAP EN VISAGES

Charles Gardou. Toulouse : Erès, 2012, 179 p.

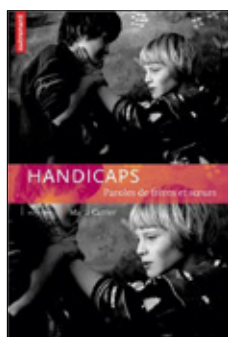
Recueil d'écrits émanant de parents côtoyant le handicap au quotidien. Ils y expriment leurs sentiments, leurs attitudes, leurs réactions, leurs forces et faiblesses, leurs attentes.



JE SERAI TOUJOURS LÀ POUR TOI : DES PARENTS D'ENFANTS HANDICAPÉS TÉMOIGNENT

Renée Turcotte. Montréal : Éditions du CHU Sainte-Justine, 2008, 92 p.

Dans le présent ouvrage, des parents témoignent de ce lien plus fort que tout, qui doit emprunter parfois des chemins différents, au-delà des mots, au-delà de la différence. On y fait la rencontre de mères et de pères qui vivent au quotidien cette réalité.



HANDICAPS : PAROLES DE FRÈRES ET SŒURS

Maria Carrier. Paris : Autrement, 2005, 169 p.

Les frères et sœurs sont à la fois ce même et cet autre par rapport auquel chacun se construit. L'ouvrage s'interroge sur ce qu'il advient quand ce frère, ou cette sœur, présente un handicap physique ou mental. Une dizaine de personnes, femmes, hommes ou jeunes adolescents, entre 13 et 70 ans, témoignent de la vie qu'ils partagent ou ont partagée avec un frère ou une sœur handicapés.



DE L'AUTRE CÔTÉ DU MUR

Louise Tremblay-D'Essiambre. Laval : G. Saint-Jean, 2001, 208 p.

Beau et jeune, Gilles Morin avait tout pour lui. À 19 ans, alors qu'il revenait en moto, il frappe un mur de roc qui le laisse paraplégique. Ce livre dit sa révolte mais avant tout, Morin réussit à nous faire vivre le drame de ses proches.

ROMANS

**LE CRI DU CORPS**

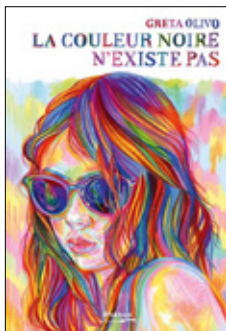
Alexandre Chardin. Paris : Sarbacane, 2024, 124 p.

Adam, 14 ans, est resté à terre après une rixe à laquelle il a participé avec sa bande pour défendre l'honneur du quartier. Comme la police et les pompiers arrivent avant qu'il n'ait pu se relever, il fait semblant d'être blessé. Il n'a cependant pas besoin de simuler trop longtemps puisqu'il devient évident que le jeu est, cette fois-ci, bel et bien allé trop loin.

**LA FEMME AUX MAINS QUI PARLENT**

Louise Mey. Vauvert : Au diable Vauvert, 2024, 68 p.

Une jeune fille sourde et aveugle vit dans une ferme isolée depuis la mort de ses parents. Elle ne communique qu'avec des lettres, tracées dans sa main ou qu'elle écrit dans celle des autres. Dans le garage voisin, vivent deux frères, dont l'un sort tout juste de prison. Ils s'intéressent de plus en plus à cette femme seule et à la sœur qui, parfois, vient lui rendre visite.

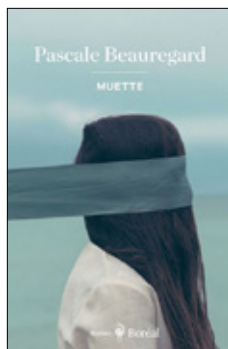
**LA COULEUR NOIRE N'EXISTE PAS**

Greta Olivo. Paris : Phébus, 2024, 227 p.

Sportive, bonne élève et ambitieuse, Livia a tout pour réussir. Lorsque les médecins lui diagnostiquent une maladie dégénérative de l'œil, la jeune fille refuse d'accepter la réalité. Si les lunettes noires et la canne blanche lui rappellent sa condition, elle peut compter sur le soutien de sa famille, de ses amis et de son tuteur pour affronter ses peurs. Prix du Premier roman étranger 2024.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



MUETTE

Pascale Beauregard. Montréal : Boréal, 2023, 214 p.

Catherine, à la différence de sa mère et de son père, est dotée de l'ouïe et de la parole, tandis que ses parents sont catégorisés par la société comme « sourds-muets ». Ainsi, dès son âge le plus tendre, elle devra malgré elle se faire leur interprète, être leur lien avec le monde « normal », la dépositaire de tous leurs secrets. Peu à peu, Catherine apprendra à écouter sa propre voix, à l'imposer, à donner un sens au chaos sonore dans lequel l'a plongée sa naissance.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



RATÉ

Hugo Meunier. Montréal : Stanké, 2022, 342 p.

Comment reprendre le cours de sa vie après avoir tenté de se l'enlever ? C'est le défi qui attend Christian, qui a raté son suicide et qui retourne chez lui après avoir été plongé plusieurs mois dans le coma. Mais réapprendre à vivre n'est pas la plus haute montagne qu'il aura à gravir. Il devra surtout réparer sa relation avec son fils adolescent, Robin, qui ne pardonne pas à son père d'avoir voulu l'abandonner. Accueilli comme un survivant, voire un miraculé, par ses proches, Christian, qui conserve de graves séquelles, devra essayer de regagner une certaine autonomie, en plus de composer avec un fils révolté et une ex qui se retrouve malgré elle dans un rôle d'aidante naturelle. Un roman sur la perte, malgré tout rempli d'espoir.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

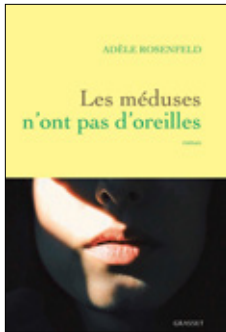


LE SOURIRE DE MARIAM

Ghazi Rabihavi. Paris : Serge Safran éditeur, 2022, 280 p.

Après la guerre contre l'Irak, Ozra et son mari Issah vivent à Téhéran dans une chambre sans confort avec Mariam, leur petite fille née handicapée à la suite d'une chute de sa mère enceinte fuyant les bombes. Au fil de quatre monologues alternant les points de vue de Ozra et Issah, ils revivent la tragédie qui a eu raison de leur couple et se souviennent de leurs expériences d'avant le mariage.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



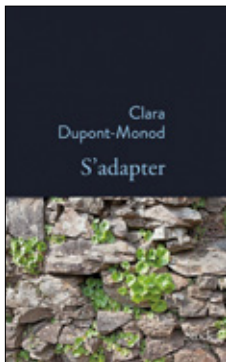
LES MÉDUSES N'ONT PAS D'OREILLES

Adèle Rosenfeld. Paris : Bernard Grasset, 2022, 236 p.

Depuis son enfance, Louise n'entend que d'une oreille et s'est construite dans cet entre-deux. Lors d'un examen, l'ORL lui propose un implant cochléaire, une intervention lourde de conséquences : la jeune femme perdra sa faible audition naturelle au profit d'une audition synthétique, et avec elle son singulier rapport au monde, fait d'images et d'ombres poétiques.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



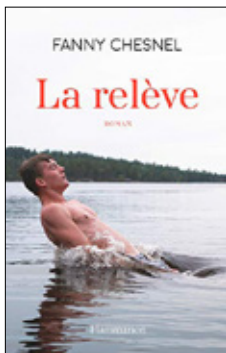
S'ADAPTER

Clara Dupont-Monod. Paris : Stock, 2021, 170 p.

Dans les Cévennes, l'équilibre d'une famille est bouleversé par la naissance d'un enfant handicapé. Si l'aîné de la fratrie s'attache profondément à ce frère différent et fragile, la cadette se révolte et le rejette.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LA RELÈVE

Fanny Chesnel. Paris : Flammarion, 2020, 258 p.

César, 15 ans, se réveille un matin sans pouvoir bouger ses jambes. Affolée, sa famille lui fait faire des examens médicaux qui ne révèlent rien. L'affliction de César reste mystérieuse au sein d'un milieu familial qui tolère difficilement les fausses notes.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



JAZZ À L'ÂME

William Melvin Kelly. Paris : Delcourt, 2020, 251 p.

Dans le Sud des Etats-Unis, Ludlow Washington, né aveugle, vit une enfance chaotique et solitaire. Doté d'un talent indéniable, il est accueilli à bras ouverts dans le monde du jazz où Bud Rodney le prend sous son aile. Lassé de jouer le même répertoire, Ludlow s'installe à New York et crée un nouveau style d'avant-garde. Les démons de son enfance ne tardent pas à le rattraper.



LA BELLE LUMIÈRE

Angélique Villeneuve. Paris; New York : Le Passage, 2020, 236 p.

Alabama, 1880. Kate Keller met au monde Helen, destinée à devenir célèbre bien qu'elle soit aveugle, sourde et muette. Le récit porte sur cette mère restée dans l'ombre, parfois perçue comme une femme incapable.



PARCE QUE LES FLEURS SONT BLANCHES

Gerbrand Bakker. Paris : Bernard Grasset, 2019, 277 p.

Suite à un accident de voiture, la vie d'une famille bascule. L'un des enfants, Gerson, est blessé. Lorsqu'il sort du coma, il réalise qu'il a perdu la vue. L'adolescent ne parvient pas à accepter sa cécité et refuse toute aide. Les vacances d'été dans la maison des grands-parents sont l'occasion d'envisager un nouveau départ.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

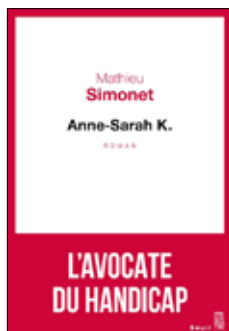


MURÈNE

Valentine Goby. Arles : Actes Sud, 2019, 379 p.

Durant l'hiver 1956, François, 22 ans, perd ses bras dans un accident. Un jour, par-delà la vitre d'un aquarium, une murène lui réinvente un avenir et le propulse dans une aventure singulière, celle des balbutiements du handisport.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



ANNE-SARAH K.

Mathieu Simonet. Paris : Seuil, 2019, 184 p.

L'avocat narre son amitié avec Anne-Sarah Kertudo, camarade d'études atteinte d'une maladie génétique affectant gravement sa vue et son ouïe. Lui-même homosexuel, ils se retrouvent en marge des normes sociales et apprennent tous deux à lutter pour la reconnaissance de leurs pairs.



LA FORME DE L'EAU

Guillermo Del Toro et Daniel Kraus; traduit de l'anglais (États-Unis) par Isabelle Troin. Paris : Bragelonne, 2018, 375 p.

En 1963, dans le contexte de la guerre froide, Elisa Esposito, une femme de ménage muette, travaille au centre Occam de recherche aérospatiale. Elle découvre, caché dans une cuve, un homme amphibie capturé en Amazonie. Fascinée par la créature, elle établit avec elle une communication en langue des signes, mais Richard Strickland entend la faire disséquer avant que les Russes ne s'en emparent.



LEÇONS DE GREC

Han Kang. Paris : Le Serpent à plumes, 2017, 183 p.

Une femme et un homme se rencontrent dans un cours de grec ancien. Elle perd sa voix, lui perd sa vue. Angoissés et isolés par leurs difficultés, ils cachent tous les deux leur handicap.



LA VILLE HANDICAPÉE

Steven Laperrière. Saint-Lambert-de-Lauzon : Éditions La Roupille, 2016, 374 p.

Josianne Gagnon doit faire le deuil de sa brillante carrière de danseuse et affronter sa nouvelle réalité : la vie en fauteuil roulant. Les nombreux deuils imposés par ses limitations physiques succèdent aux soucis psychologiques. Comment faire face à la discrimination, à cette impression d'être « de trop » ? Comment vivre avec l'attitude des gens qui semblent la considérer comme un boulet pour la société ? Pire encore... comment réagir devant ces regards empreints de pitié ?



VIVEMENT L'AVENIR

Marie-Sabine Roger. Arles : Actes Sud, 2016, 326 p.

Dans une petite ville de province, trois trentenaires paumés vont se rencontrer et prendre en charge un jeune homme handicapé physique et mental, considéré par tous comme un monstre.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



L'ÉTRANGE PETIT MONDE DE MILO

Virginia Macgregor. Saint-Victor-d'Épine : Terra nova, 2014, 348 p.

À 9 ans, Milo est en train de perdre la vue : il ne voit plus que par un petit point de jour. Pourtant, quand sa grand-mère part en maison de retraite, il est le seul à s'apercevoir que quelque chose ne va pas dans l'établissement. Seul le cuisinier le croit. Accompagnés du cochon Hamlet, ils tentent de découvrir et de contrarier les plans de l'infirmière en chef.



LES YEUX BANDÉS

John Mikhail Asfour. Montréal : Éditions du Noroît, 2014, 94 p.

Poésie. Dans une suite de poèmes parcourue d'une même thématique, l'auteur se sert de la métaphore du bandeau pour dévoiler à ceux qui voient, mais demeurent aveuglés, des sentiments complexes faits d'étrangeté, d'émotions et de pressions exercées par la société. Ces textes racontent la perte, l'abandon, l'aliénation vécus non seulement par les handicapés mais par tous les « hors-normes » de ce monde.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



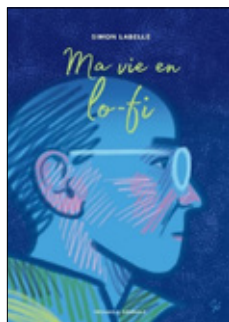
MALENTENDUS

Bertrand Leclair. Arles : Actes Sud, 2013, 315 p.

Mêlant l'histoire intime à la cause collective autour de la surdité de son enfant, le narrateur mène l'enquête sur un drame familial, ses ambivalences inconscientes et ses non-dits dévastateurs.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

BANDES DESSINÉES



MA VIE EN LO-FI

Simon Labelle. Montréal : Mécanique générale, 2021, 70 p.

Découvrez comment se perçoit le monde entre mes deux oreilles. Acouphène, malentendus, oiseaux quantiques, explorez de l'intérieur ce handicap qui n'a encore jamais été traité sous cet angle en BD. C'est plutôt humoristique, parfois touchant, parfois grinçant, et ça éclaire toutes sortes d'aspects d'une réalité fort méconnue.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



TOMBÉ DANS L'OREILLE D'UN SOURD

Audrey Levitre et Grégory Mahieux (ill.). Paris : Steinkis, 2021, 191 p.

Grégory et Nadège ont deux garçons jumeaux, Charles et Tristan. Ils se rendent compte que Tristan ne réagit pas au bruit de la même façon que son frère vers l'âge de 6 mois. C'est pour eux le début d'un long parcours, du diagnostic de la surdité au choix de la langue des signes ou de l'implant, en passant par la communication avec lui et sa scolarisation.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



L'ACCIDENT DE CHASSE

David L. Carlson et Landis Blair (ill.). Paris : Sonatine éditions, 2020, 437 p.

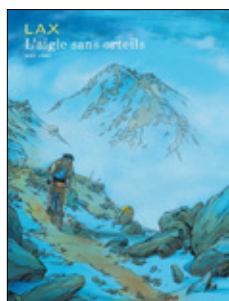
Chicago, 1959. A la suite du décès de sa mère, Charlie Rizzo part vivre chez son père Matt, qui a perdu la vue au cours d'un accident de chasse. Après avoir reçu la visite impromptue d'un officier de police, Matt raconte la véritable cause de sa cécité à son fils. Membre de la mafia des années auparavant, il a participé à un vol à main armée qui a mal tourné.



CONCERTO POUR MAIN GAUCHE

Yann Damezin. Saint-Avertin : La Boîte à bulles, 2019, 112 p.

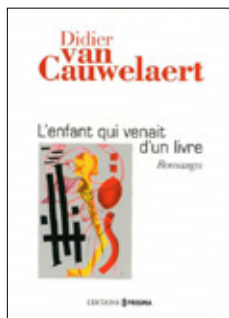
Le pianiste Paul Wittgenstein (1887-1961) perd son bras droit au cours de la Première Guerre mondiale. Il poursuit cependant sa carrière de concertiste.



L'AIGLE SANS ORTEILS

Lax. Marcinelle : Dupuis, 2012, 78 p.

Amédée est l'un des soldats charriant le matériel nécessaire à la construction de l'observatoire du Pic du Midi. Il y rencontre Camille, passionné du Tour de France. En hiver, revenu dans son village, Amédée veut s'acheter un vélo mais il est amputé des orteils qui ont gelé. Malgré tout, au fil des courses, il se hisse au côté des plus grands.



L'ENFANT QUI VENAIT D'UN LIVRE : ROMANGA

Didier van Cauwelaert, Patrice Serres (ill.) et Soÿ (ill.).

Paris : Prisma, 2011, 160 p.

Louise, hôtesse d'accueil dans un salon du livre, est abordée par un petit garçon perdu. Quand elle lui demande son nom, il lui montre un manga, Zédérem, dont le héros lui ressemble. Qui est-il ? Louise s'efforce de découvrir le secret de cet enfant inconnu. Quelle vérité fuit-il dans l'imaginaire ? A-t-il, comme il le prétend, le pouvoir de guérir par la peinture une maladie orpheline ? Combine un roman et un manga.



UNE CHANCE SUR UN MILLION

Miguel A. Giner Bou et Cristina Durán (ill.). Bruxelles : Dargaud Benelux, 2010, 126 p.

À la naissance de leur enfant, Cris et Miguel apprennent que Laia est atteinte d'une paralysie cérébrale infantile. Entre allaitement, massages et rééducation thérapeutiques, le récit de parents confrontés au diagnostic du handicap.

OUVRAGES JEUNESSE



3 À 6 ANS

LES OISEAUX D'ADEL

Fatima Sharafeddine et Sara Sanchez (ill.). Paris : Gallimard jeunesse, 2018, 23 p.

Adel est un petit garçon plein d'idées et de talents. Quand il fabrique des oiseaux en pliant de jolis papiers colorés, aucun bruit n'est susceptible de le déranger, pas même les rires des enfants qui jouent à l'extérieur, la sonnerie du téléphone et le vacarme de la machine à laver, qui résonne dans la cave. Lorsque sonne l'heure du repas, il raconte toutefois ses exploits à sa famille en utilisant uniquement ses mains.



À PARTIR DE 3 ANS

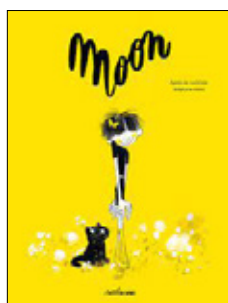
PAREILS... OU PRESQUE

Marie-Claude Audet et Maïlys Garcia (ill.). Montréal : Québec Amérique, 2022, 31 p.

Aux yeux d'Olivier, son cousin Julien et lui sont très semblables ! Ils ont le même âge, vont à l'école, aiment tous les deux l'éducation physique. Ils vivent à bonne distance l'un de l'autre, mais se retrouvent chaque Noël. Pourtant, leurs deux réalités sont bien différentes... Un album sur la maladie orpheline, sur la différence, mais surtout, sur les ressemblances !



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



À PARTIR DE 3 ANS

MOON

Agnès de Lestrade et Stéphane Kiehl (ill.). Paris : Sarbacane, 2022, 25 p.

Moon n'est pas un enfant comme les autres, il est emprisonné par de multiples petits nœuds serrés qui l'isolent des autres enfants. En se promenant seul dans la forêt, il entend les cris d'une fille en train de se noyer dans le ruisseau. Il la sauve et elle devient son amie. Peu à peu, les nœuds de Moon se relâchent. Une histoire pour sensibiliser à la différence et au handicap.

**À PARTIR DE 3 ANS**

J'AI UN COPAIN HANDICAPÉ, ÇA CHANGE QUOI ?

Pierre Oertel et Susana Gurrea (ill.). France : Auzou, 2022, 27 p.

Un documentaire sur le handicap qui aborde les problématiques liées au corps, à l'apparence, à la vie quotidienne, entre autres.

**À PARTIR DE 3 ANS**

ET ENCORE À L'ENVERS ! : L'AUTRE HISTOIRE DE DAGOBERT...

Christine Teruel et Julie Eugène (ill.) Prayssas : Arphilvolis, 2008, 32 p.

Le jeune roi Dagobert est très maladroit et très distrait : il perd toujours son chemin, s'emmêle les crayons, oublie ses affaires, et met même sa culotte à l'envers. Un vieux sage nommé Sintéloï se met en tête de l'aider. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.

**À PARTIR DE 3 ANS**

LE HANDICAP

Stéphanie Ledu et Laurent Richard (ill.). Toulouse : Milan jeunesse, 2007, 29 p.

Pour sensibiliser les plus petits au handicap en démontrant que chaque personne a sa place dans la société, qu'elle soit ou non handicapée.



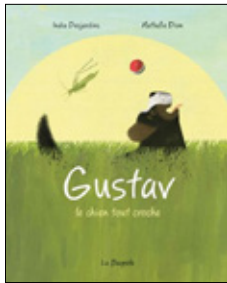
Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

**4 À 6 ANS**

VEUX-TU LIRE AVEC MOI ?

Lawrence Schimel et Thiago Lopes (ill.). Paris : Circonflexe, 2018, 21 p.

Antonio aimerait qu'on lui lise une histoire. Mais toutes les grandes personnes qu'il sollicite sont très occupées. Et voilà qu'il croise au bas de son immeuble un vieux monsieur aveugle. Et si, cette fois, c'était Antonio qui se mettait à lire ?


4 À 9 ANS

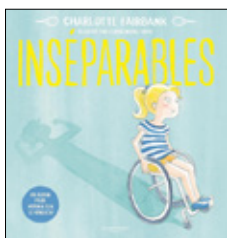
GUSTAV LE CHIEN TOUT CROCHE

India Desjardins. Montréal : la Bagnole, 2024

Gustav est un chien différent des autres, mais également très spécial. Puisqu'il possède un handicap à l'une de ses pattes, il ne peut pas sauter, courir, nager ou chasser. Ses humains surprotecteurs l'acceptent tel qu'il est et l'aiment d'un amour inconditionnel, ce qui lui donne la force d'accepter ses limites.



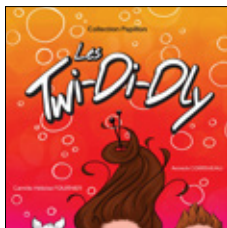
Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)


4 À 9 ANS

INSÉPARABLES

Charlotte Fairbank et Claire Morel Fatio (ill.). Paris : La Martinière jeunesse, 2024, 33 p.

L'histoire de l'auteure, devenue paraplégique à l'âge de 15 ans, avant de mener une carrière de joueuse professionnelle de tennis-fauteuil. Un album accompagné de pages documentaires pour sensibiliser à la question du handicap.


4 À 9 ANS

LES TWI-DI-DLY

Annick Corriveau et Camille-Héloïse Fournier (ill.). Saint-Lambert : Éditions la Roupille, 2020, 32 p.

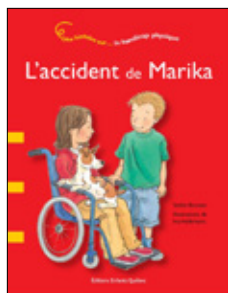
Jérôme, un enfant en fauteuil roulant, Sabine et le chat Henri vivent un moment de rire et de joie contagieuse à tenter de rattraper tous les petits Twi-Di-Dly qui se sont échappés d'un chapeau. Un outil pour les parents et éducateurs qui ont envie de sensibiliser les petits à la réalité des enfants handicapés.


4 À 9 ANS

LES MAINS QUI PARLENT : LA SURDITÉ

Brigitte Marleau. Terrebonne, Québec : Boomerang, 2014, 25 p.

Au camp de jour, Léanie se lie d'amitié avec Rosalie, une fillette atteinte de surdité. Avec l'aide de Colette, une interprète, Léanie apprend quelques mots en langage des signes et répète une comptine avec sa nouvelle copine. Un bel outil d'intervention abordant avec simplicité et délicatesse la surdité. La déficience auditive et la surdité (signes, causes, dépistage, traitement) sont présentées en début d'ouvrage tandis que la dernière page propose une idée d'activité ainsi que des pistes pour exploiter l'album et approfondir le sujet traité.

**4 À 9 ANS**

L'ACCIDENT DE MARIKA

Stefen Boonen. Saint-Lambert : Enfants Québec, 2007, 25 p.

Durant l'été, Marika a été victime d'un accident qui l'a rendue paraplégique. Désormais en fauteuil roulant, elle appréhende son retour à l'école. Cette histoire raconte comment, avec l'aide de son frère et de ses parents, Marika trouve le courage de vivre sa vie d'enfant malgré ses difficultés.

**4 À 9 ANS**

MA GRANDE SŒUR AUDREY : LA PARALYSIE CÉRÉBRALE

Brigitte Marleau. Terrebonne : Boomerang, 2006, 24 p.

Timothée adore sa grande sœur Audrey avec laquelle il s'amuse follement, bien qu'elle soit atteinte de paralysie cérébrale. Aussi, lorsqu'un garçon ose lui dire au centre commercial que sa sœur n'est pas normale, il s'empporte et s'empresse de lui démontrer que sa sœur, même dans son fauteuil, gagne toutes les courses à pied.

**À PARTIR DE 4 ANS**

LES COULEURS D'OPHÉLIA

Sarah Ménard et Charlotte Rudelle (ill.). Montréal : Éditions de l'Isatis, 2020.

Ophélie a six ans et elle se sent toute petite parce qu'elle vit dans le noir, le noir aveugle. Pour elle, le monde n'a plus de lumière. La fillette est aussi triste de ne plus pouvoir dessiner et de ne plus voir les couleurs. Heureusement, son grand frère Raphaël est là, auprès d'elle. Au fil des saisons, des jeux et des événements du quotidien, ils feront renaître les couleurs.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

**5 À 9 ANS**

MA GARDIENNE EST SOURDE

Noémie Forget. Montréal : Québec Amérique jeunesse, 2011, 32 p.

Aglée adore sa gardienne, Mimi. Avec elle, les journées ne sont jamais ordinaires. Pourquoi ? Parce qu'elle est enjouée, pleine d'idées et très gentille ? Oui, mais pas seulement ça... Mimi n'est pas une gardienne comme les autres. Elle est sourde. Cela n'empêche pas Aglaé de s'amuser toute la journée avec elle et son chien, Cowboy ! En compagnie de ce joyeux trio, l'univers mystérieux de la surdité nous est révélé. Et surtout, on découvre une chouette histoire d'amitié.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)


À PARTIR DE 5 ANS

JACK MARIN D'EAU DOUCE

Jean Poderos et Léa Louis (ill.). Paris : Éditions courtes et longues, 2022, 49 p.

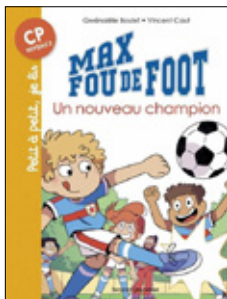
Jack est un petit garçon sans histoire, toujours souriant et qui ne fait jamais de caprice. Un jour, alors qu'il prend son bain, il se met à hurler. Il décide d'être marin et veut affronter les océans déchaînés. Ses parents sont embêtés car Jack est handicapé et pourrait ne pas pouvoir réaliser son rêve. Un album sur le handicap, l'acceptation et l'optimisme.


6 À 9 ANS

PAS DE JAMBES

Nadine Poirier et Manuella Côté (ill.). Montréal : Station T, 2024, 32 p.

Il était une fois un petit garçon qui n'avait pas de jambes... QUOI? Elle est terrible, ton histoire! Elles sont passées où, ses jambes? Le loup les a mangées? Ça lui fait mal? Est-ce qu'il a une bicyclette? Une histoire pour discuter, aimer, reconforter, se divertir.


6 À 9 ANS

UN NOUVEAU CHAMPION

Gwénaëlle Boulet et Vincent Caut (ill.). Montrouge : Bayard jeunesse, 2021, 28 p.

Simon intègre le club de l'Etoile mais il souffre d'un handicap qui gêne la coordination de ses mouvements. Il parvient à progresser rapidement en redoublant d'efforts et de concentration. Le tournoi régional approche, Max et ses camarades sont inquiets.


6 À 9 ANS

SOUS LES VAGUES

Meritxell Martí et Xavier Salomó (ill.). Montréal : les 400 coups, 2021, 72 p.

La plage, le sable, la mer... et un jeune garçon avec sa bouée, qui flotte au gré des vagues. Et si le jeune garçon était en fait un poisson, libre de toutes attaches, capable d'explorer le fond marin, de s'aventurer dans de vieilles épaves et d'y trouver les trésors oubliés? Et si, précisément à ce moment-là, tout était possible? Commence alors, pour Marc, un voyage dans les profondeurs de l'océan où se mêlent rêve et réalité.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



6 À 9 ANS

LE CANARD QUI AVAIT PERDU SA CANNE

Christian Oster et Thomas Baas (ill.). Paris : Gallimard jeunesse, 2021, 30 p.

Un canard boiteux qui vit isolé dans une basse-cour apprend à jongler avec sa canne pour épater ses voisines canes. Mais le cochon est jaloux et la lui vole sans se faire remarquer. Le canard enquête pour retrouver son bien, mais les autres animaux se moquent de lui, sauf une petite cane blanche qui l'observe depuis un certain temps.



6 À 9 ANS

LES YEUX FERMÉS

Catherine Latteux et Céline Guiné (ill.). Sherbrooke : D'Eux, 2020, 33 p.

Mœ et Lily veulent aider un lapin à retrouver sa famille. Comment faire ? Un texte plein de poésie qui surprend à la toute fin, et qui donne une autre angle à la relecture.



6 À 9 ANS

VIVRE AVEC UN HANDICAP

Catherine Dolto, Colline Faure-Poirée et @obin (ill.). Paris : Gallimard jeunesse, 2019, 25 p.

Plusieurs enfants vivent avec des handicaps physiques ou mentaux. Même s'ils rencontrent des difficultés, il leur est possible de mener leur vie à leur manière avec l'aide de leur entourage.



6 À 9 ANS

LE LOUP QUI CHERCHAIT SA LOUPE

Christian Oster et Thomas Baas (ill.). Paris : Gallimard Jeunesse 2019, 30 p.

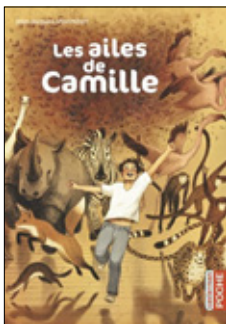
Un loup myope a entrepris l'écriture d'un livre sur la chasse aux lapins mais il doit s'arrêter afin de chercher sa loupe, qu'il a perdue. Lorsque son livre disparaît également, il part à sa recherche, notamment dans une prairie bibliothèque fréquentée par de nombreux lapins


6 À 9 ANS

LE RÊVE D'ÉLIOT

France Quatromme. Paris : L'Apprimerie, 2019, 45 p.

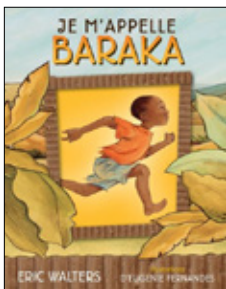
Eliot n'a ni pieds ni jambes mais il a deux amis dont il est inséparable. Sa grand-mère et son grand-père, le plus vieil ours de la forêt, lui prodiguent amour et conseils tandis qu'avec ses compagnons il décide de construire une machine volante extraordinaire pour aller au bout de ses rêves. Avec une version numérique animée et interactive disponible en ligne.


6 À 9 ANS

LES AILES DE CAMILLE

Jean-Jacques Marimbert et Sibylle Delacroix (ill.). Bruxelles : Casterman, 2015, 54 p.

À travers l'histoire de Camille, 9 ans, sourd depuis qu'il a eu les oreillons, ce récit analyse les sentiments d'un jeune enfant handicapé, son isolement et son angoisse.


6 À 9 ANS

JE M'APPELLE BARAKA

Eric Walters et Eugénie Fernandes (ill.). Toronto, Ontario : Éditions Scholastic, 2015, 30 p.

Cette histoire raconte la vie d'un jeune garçon kenyan nommé Baraka atteint d'une incapacité physique. Baraka habite avec sa grand-mère et ses huit cousins dans un petit village pauvre. Sa grand-mère s'occupe d'eux et les aime tendrement, mais il n'y a jamais assez d'argent pour bien les nourrir et les vêtir. Baraka est très jeune et sa grand-mère est fatiguée et trop âgée pour prendre soin de lui. C'est avec tristesse qu'elle décide de le confier à un orphelinat.


6 À 9 ANS

FERME LES YEUX

Victoria Pérez Escrivá et Claudia Ranucci (ill.). Paris : Syros, 2014, 27 p.

Deux frères discutent, l'un voyant l'autre non. Ce dialogue montre avec tendresse que le monde peut se ressentir de diverses manières.

**6 À 9 ANS**

L'HISTOIRE DE MANOU : LE SINGE DYSPRAXIQUE

Ginette Legendre. Lévis : Éditions de la Francophonie, 2011, 24 p.

On suit le parcours d'un jeune singe atteint de dyspraxie. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.

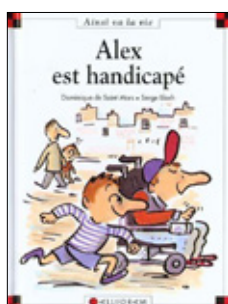
**6 À 9 ANS**

UN BAISER POUR JULOS

Christiane Duchesne et Mylène Pratt (ill.) Saint-Lambert : Dominique et compagnie, 2010, 31 p.

Julos n'est pas comme les autres. Il est plus petit. Il ne court pas, ne nage pas et ne joue pas au ballon, mais il a un cheval du nom de Nero. Lola est nouvelle dans la classe. Elle a remarqué Julos et fait le chemin avec lui. Elle constate qu'il ne court pas. Celui-ci lui confie que ses jambes sont momentanément malades. Nero vient à leur rencontre et galope avec, sur son dos, un Julos heureux et une Lola qui pique d'invisibles baisers dans le dos de son cavalier.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

**6 À 9 ANS**

ALEX EST HANDICAPÉ

Dominique de Saint Mars. Fribourg : Calligram, 1998, 45 p.

Max a un nouveau copain de classe, Alex. Il est en fauteuil roulant. Tous deux apprennent à se connaître et deviennent de bons amis. Évidemment, des ajustements sont nécessaires comme dans quelque amitié que ce soit.


6 À 9 ANS

MAX EST MALADROIT

Dominique de Saint Mars et Serge Bloch (ill.) Fribourg : Calligram, 1996, 45 p.

Avec ses amis, Max construit une cabane dans la forêt. Mais très vite sa maladresse exaspère les autres qui l'éjectent. Son grand cousin, à la maison pour le week-end, va l'aider, le conseiller, lui montrer les bons gestes... Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.


6 À 10 ANS

MISSION BONHEUR T.5: COURAGE, LAURA!

Jessie Williams. Paris : Pocket jeunesse, 2018, 149 p.

Laura tente de s'habituer à la perte de sa vue. Ses parents l'ont inscrite à la Petite Ferme, où sa rencontre avec Peluche la petite chatte pourrait l'aider.

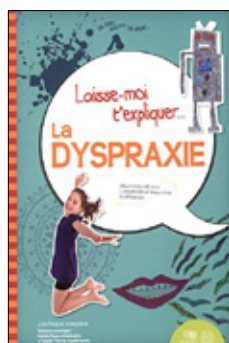
 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)


À PARTIR DE 6 ANS

LA PETITE CASSEROLE D'ANATOLE

Isabelle Carrier. Vineuil : Bilboquet, 2009, 32 p.

Anatole traîne derrière lui une petite casserole, et au lieu de s'intéresser à ses qualités, les gens qui le croisent regardent surtout sa casserole... Sur le handicap et l'acceptation de la différence. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.


7 À 12 ANS

LA DYSPRAXIE: ALBUM ÉDUCATIF POUR COMPRENDRE ET MIEUX VIVRE LA DIFFÉRENCE

Julie Philippon. Québec : Midi trente éditions, 2015, 39 p.

Destiné aux enfants d'âge scolaire et à leurs parents, cet album documentaire présente, un peu à la manière d'un scrapbook réalisé par un enfant, l'histoire de Camille, qui est dyspraxique. Cet ouvrage de vulgarisation explique aux enfants, dans leurs mots, ce qu'est la dyspraxie. Camille y aborde les difficultés et les questionnements liés à son intégration scolaire, à sa vie de famille et aux divers défis psychosociaux qu'entraîne sa condition. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.

**7 À 12 ANS**

MON PRINCE EN CARROSSE

Sophie Rigal-Goulard. Paris : Rageot, 2014, 44 p.

Lorsque Paul arrive dans leur classe en fauteuil roulant, Maïlys et son amie Eulalie n'ont qu'une envie : faire que sa vie soit encore plus gaie. Bien dans sa peau, le petit garçon semble s'intégrer facilement. À l'occasion des Olympiades, des épreuves sportives qui opposent leur école à une autre, tous croient que Paul va rester spectateur. Mais il cache un secret que les autres vont finir par découvrir...

**8 À 9 ANS**

LE RÊVE DE NOÉ

Gilles Brunet et Frédéric Rébéna (ill.). Montrouge : Bayard, 2023, 41 p.

Dès leur rencontre à la bibliothèque, Maëlle, 9 ans, et Noé, un jeune garçon paraplégique, sont devenus aussitôt amis. Lorsque le garçon lui raconte que le Jules Verne, le navire de son père, doit passer dans les environs au cours de la soirée, Maëlle, dont le père et l'oncle travaillent sur un chantier, lui propose de l'observer depuis la grue. Arrivés en haut, les deux enfants sont pris au piège dans une tempête.

**8 À 9 ANS**

BALBOA ET VICTOR : MON CHIEN, MES YEUX

Isha Bottin et Pierre Brassard (ill.). Montréal : Petit homme, 2020, 150 p.

Depuis qu'il a perdu la vue, Victor ne rêve que d'une chose : recommencer un jour à jouer au soccer. Impossible de jouer au soccer quand on est un non-voyant ? Pas quand on a comme chien-guide un superbe labernois nommé Balboa !


8 À 9 ANS

LA LETTRE MYSTÉRIEUSE

Véronique Massenot. Montréal : Bayard jeunesse Canada, 2013, 48 p.

Lorsqu'il a appris qu'une maladie des os le contraindrait à se déplacer en fauteuil roulant pendant de longs mois, Martin a senti son univers s'écrouler, lui qui est un champion de gymnastique. Pour se donner du courage, il se promet que, s'il réussit à guérir, il réalisera son rêve : s'envoler vers la Chine.


8 À 9 ANS

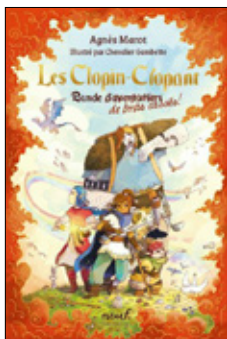
VAS-Y! : HANDICAP OU PAS

Sylvie Baussier. Paris : Syros, 2001, 62 p.

Une invitation aux gens dits « normaux » d'oublier les étiquettes et de découvrir chez les handicapés les aptitudes qu'ils ont développées et les richesses qu'ils ont. Une approche en quinze conseils et autant d'histoires illustrées avec humour.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)


9 À 12 ANS

BANDE DE BRAS CASSÉS

Agnès Marot et Chevalier Gambette (ill.). Paris : L'École des loisirs, 2024, 246 p.

Les Clopin-Clopant sont composés d'une fillette éclopée, d'un barbare aveugle, d'un lutin grincheux et d'une elfe sans cœur. A eux quatre, ils espèrent venir en aide au royaume, mais quand le roi leur ordonne de chasser au plus vite une horde de yétis ayant investi son château, le groupe doit déjà survivre au voyage.



9 À 12 ANS

À L'ABORDAGE !

Éric Beauregard et Jocelyn Jalette (ill.). Saint-Lambert : Soulières éditeur, 2023, 70 p.

Alors que son père, un marchand maritime, prend sa retraite et lui lègue son bateau, Léonard Poilmenu décide de réaliser son rêve d'enfance et de devenir pirate. Amputé à la jambe à la suite d'une maladie, il se sert de son handicap afin de paraître plus crédible aux yeux de l'équipage qu'il tente de recruter, mentionnant qu'il a perdu son membre durant une bataille. Cap sur le Nouveau Continent, Léonard le Barbare rêve de dérober les bateaux qui repartent vers l'Europe avec, espère-t-il, de l'argent, de l'or ou des pierres précieuses. Après trois abordages infructueux, il décide d'accoster sur la terre ferme afin d'y chercher un trésor.



9 À 12 ANS

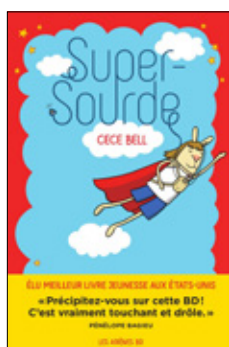
BASILE

Jocelyn Boisvert. Montréal : Éditions Les Malins, 2022, 235 p.

Basile se découvre donc une nouvelle passion et troque ses partitions contre des souliers à crampons. En plus, il s'est fait des amis : Aïssa, Enzo et Miguel. Ensemble, ils vivront des hauts et des bas, des victoires et des échecs. Basile et sa bande réussiront-ils à intégrer la Ligue des petits champions ?



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



9 À 12 ANS

SUPER-SOURDE

Cece Bell. Paris : Éditions Les Arènes, 2021, 283 p.

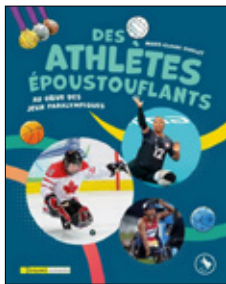
Rendue sourde par une méningite à 4 ans, Cece tente de se faire une place dans le monde des entendants et pour oublier sa prothèse auditive s'imagina en superhéroïne, Super-Sourde. Récit autobiographique enrichi de pages documentaires sur les coulisses de cette bande dessinée.


9 À 12 ANS

LE GARÇON QUI VOYAIT AVEC SES DOIGTS

Tomasz Małkowski et Joanna Rusinek (ill.). Genève : La Joie de lire, 2021, 99 p.

Camille, 5 ans, est né aveugle, au contraire de sa grande sœur Suzie, âgée de 6 ans. Quand ses parents interrogent le petit garçon sur son avenir, il reste confiant devant l'étendue des possibles. Bien dans sa peau malgré sa cécité, il ne vise ni plus ni moins que la présidence.


9 À 12 ANS

DES ATHLÈTES ÉPOUSTOULANTS : AU CŒUR DES JEUX PARALYMPIQUES

Marie-Claude Ouellet et Jacques Goldstyn (ill.). Montréal : Bayard Canada, 2021, 48 p.

Album documentaire dressant le portrait inspirant de neuf parathlètes canadiens : Jamoi Anderson (volleyball assis), Billy Bridges (parahockey sur glace), Ina Forrest (curling en fauteuil roulant), Benoît Huot (paranatation), Alison Levine (boccia), Richard Peter (basketball en fauteuil roulant), Chantal Petitclerc (course en fauteuil roulant), Katarina Roxon (paranatation) et Ahmad Zeividavi (Goalball).



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)


9 À 12 ANS

DU HAUT DE MON CERISIER

Paola Peretti et Carolina Rabei (ill.). Paris : Gallimard jeunesse, 2021, 230 p.

Mafalda a 9 ans, elle aime jouer au foot, s'occuper de son chat, lire et regarder les étoiles. Mais sa vue se dégrade rapidement et elle sera bientôt dans le noir. Pour faire face à l'obscurité, elle doit affronter ses peurs, établir de nouveaux repères et ne jamais baisser les bras en faisant confiance aux autres et à soi-même. Inspiré par la propre histoire de l'auteure.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



9 À 12 ANS

OURS

Ben Queen et Joe Todd-Stanton. Nogent-sur-Marne : Kinaye, 2021, 157 p.

Ours est un chien d'aveugle qui a soudainement perdu la vue. Inquiet à l'idée de ne plus pouvoir aider son maître, il suit les conseils malavisés de rats laveurs et part en quête d'un remède. Il apprend peu à peu à user de ses autres sens pour survivre et découvrir le monde sous un autre jour.



9 À 12 ANS

À LA DÉCOUVERTE DU BRAILLE : HISTOIRES ET USAGES

Marc Angelier, Marie Oddoux et Mélie Lychee (ill.). Paris : Circonflexe, 2020, 95 p.

Ce guide pratique présente le braille en expliquant sa conception, son but, son histoire, son développement, sa diffusion et ses applications dans la vie courante.

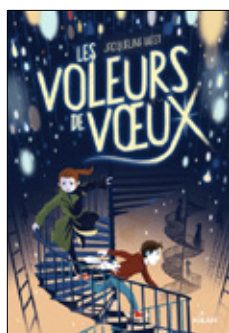


9 À 12 ANS

KIDNAPPING À LA CONFITURE

Marie Lenne-Fouquet et Églantine Ceulemans (ill.). Paris : Sarbacane, 2019, 204 p.

Trois enfants de 11 ans, Césarine, malvoyante, Chris, atteint de forte myopie, et Darian, timide maladif, trouvent toujours de drôles d'idées pour s'occuper comme tartiner de beurre la maison d'un voisin. Arrêtés par les gendarmes, ils écopent de travaux d'intérêt général dans une maison de retraite. Ils y rencontrent trois vieux cascadeurs loufoques et un infirmier intimidant surnommé le King.



9 À 12 ANS

LES VOLEURS DE VŒUX

Jacqueline West, traduit de l'anglais (États-Unis) par Leslie Damant-Jeandel. Toulouse : Milan, 2019, 420 p.

Van, un jeune garçon malentendant, vit dans un monde où tous les vœux se réalisent. Mais une mystérieuse société secrète, les Collectionneurs, les vole. Van tente de les en empêcher. Prix d'excellence du Schneider family book award.



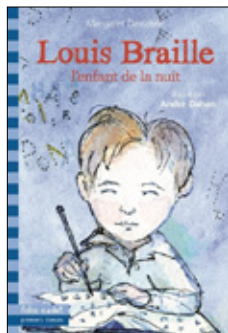
Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)


9 À 12 ANS

GROS SUR LA TOMATE

Dominique Brisson. Paris : Syros, 2014, 81 p.

Bob est un petit garçon qui confond, déforme et mélange tout. Heureusement, il a Anna pour compagne de jeu, et sa mère pour le consoler. Une histoire pour en savoir plus sur les troubles dyslexiques, dysgraphiques ou dysphasiques. Recommandé par l'Association québécoise pour les enfants dyspraxiques.


9 À 12 ANS

LOUIS BRAILLE, L'ENFANT DE LA NUIT

Margaret Davidson et André Dahan (ill.) Paris : Gallimard jeunesse, 2014, 99 p.

Roman qui retrace la vie de Louis Braille, qui devint aveugle à la suite d'un malheureux accident durant sa petite enfance, dans l'atelier de cuir de son père, mais pour qui ses parents et le père Palluy firent tout en leur pouvoir pour qu'il puisse s'instruire. Louis Braille est alors envoyé à Paris où il promet d'inventer un langage codé qui permettra aux aveugles de lire comme les autres écoliers.


9 À 15 ANS

ÇA TOURNE AU COLLÈGE !

Séverine Vidal, Manu Causse et Javi Rey (ill.). Montrouge : Bayard éditions, 2023, 52 p.

Vladimir Duchamp, dit Vlad, est handicapé de naissance et nouvel élève au collège Georges Brassens. Il est également passionné de cinéma et possède une personnalité attachante. Lou est séduite et Vlad tombe amoureux de la jeune fille, mais celle-ci sort déjà avec Morgan.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

**9 À 15 ANS**

ROSELLE, CHIENNE D'AVEUGLE : HÉROÏNE DU 11 SEPTEMBRE À NEW YORK

Sabine Stamm. Paris : Oskar éditeur, 2021, 127 p.

L'histoire de Mike, aveugle de naissance, sauvé par Roselle, sa chienne guide, alors qu'ils se trouvaient au soixante-dix-huitième étage de la tour nord du World Trade Center le 11 septembre 2001.

**9 À 15 ANS**

LA JEUNE FILLE ET LE SOLDAT

Aline Sax et Ann de Bode (ill.). Genève : La Joie de lire, 2017, 110 p.

Dans un pays en guerre, une jeune fille aveugle aime s'asseoir sur un banc, devant l'auberge où elle vit. Un jour, un soldat africain s'assoit près d'elle et lui parle de son pays, de sa femme et de son fils. La jeune fille évoque alors son père, parti pour le front. Une amitié naît au fur et à mesure de leurs discussions mais, un jour, le soldat ne vient plus. Elle part à sa recherche.

**9 À 15 ANS**

LA SEULE FAÇON DE TE PARLER

Cathy Ytak. Paris : Nathan, 2015, 130 p.

Nine déteste le collège et souffre chaque matin de haut-le-cœur à l'idée de s'y rendre. Amoureuse d'Ulysse, le surveillant, elle entreprend de se rapprocher du frère de celui-ci, Noah. Elle s'aperçoit cependant que celui-ci est sourd. Avec des liens de sites Internet pour en savoir plus sur la langue des signes.


9 À 15 ANS

HANDICAP : LE GUIDE DE L'AUTONOMIE

Sylvie Allemand-Baussier. Paris : Éditions de La Martinière jeunesse, 2008, 104 p.

Guide destiné aux adolescents handicapés traitant des grands thèmes de l'adolescence tels que les relations avec la famille, la vie affective, les relations amicales, les études, les loisirs, l'avenir, et apportant des informations, des témoignages, des réflexions et des conseils pour apprendre à surmonter la différence.


10 À 14 ANS

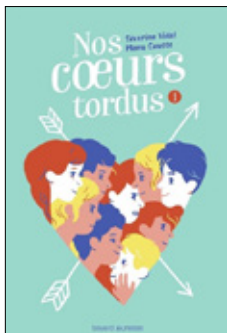
SALE NUIT POUR LES TERREURS

Gary Ghislain. Paris : Seuil, 2018, 263 p.

Lorsqu'ils apprennent que Frank Goolz, un célèbre écrivain de livres d'épouvante, vient d'emménager juste à côté de chez eux, Harold et sa mère sont aussitôt obnubilés à l'idée de le rencontrer. Le hic, c'est que Harold se déplace en fauteuil roulant, et s'il a parfaitement adapté son mode de vie à son handicap, il n'est pas du genre à aller à la rencontre des gens, surtout depuis qu'il est devenu la cible d'une bande de vauriens de son école.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)


10 À 14 ANS

NOS CŒURS TORDUS T.1

Séverine Vidal et Manu Causse. Montrouge : Bayard jeunesse, 2017, 223 p.

Vladimir, dit Vlad, est handicapé de naissance et nouvel élève au collège Georges-Brassens. Il est également passionné de cinéma et possède une personnalité attachante. Lou est séduite et Vlad tombe amoureux de la jeune fille, mais celle-ci sort déjà avec Morgan.

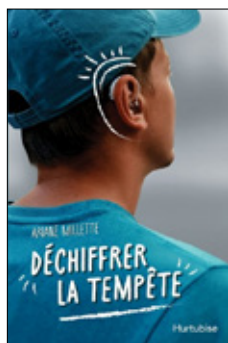


12 À 15 ANS

UN COPAIN PAS COMME LES AUTRES

Sylvie Allemand-Baussier. Paris : Éditions de La Martinière jeunesse, 2000, 105 p.

Devant les difficultés liées à l'attitude à adopter face aux personnes handicapées, l'auteure répond aux multiples interrogations des adolescents qui se trouvent confrontés de près ou de loin à cette situation. Elle leur explique comment communiquer avec ces personnes, comment les aider et ne pas les blesser tout en se protégeant.



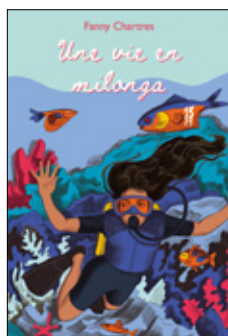
12 À 17 ANS

DÉCHIFFRER LA TEMPÊTE

Ariane Millette. Montréal : Hurtubise, 2024, 187 p.

Noah, 15 ans, doit du jour au lendemain apprendre à composer avec une surdité et le port de prothèses auditives. Comment parviendra-t-il à accepter ce défi et à le surmonter ? Il pourra heureusement compter sur le soutien de sa famille et de ses amis dans cette épreuve afin de mener la vie la plus normale possible.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



12 À 17 ANS

UNE VIE EN MILONGA

Fanny Chartres. Paris : L'École des loisirs, 2020, 199 p.

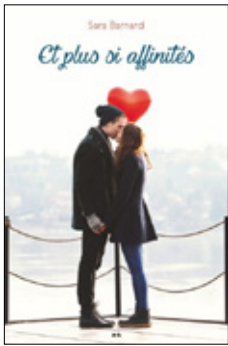
Angelo est sourd depuis l'âge de 5 ans suite à une méningite sévère qui a failli lui coûter la vie. Malgré les réticences de ses parents, Angelo a appris la langue des signes. Sa mère, qui a toujours espéré que son fils soit entendant, compte sur la pose des implants cochléaires pour réaliser son souhait. Angelo ne veut rien savoir d'entendre de nouveau, lui qui trouve les appareils inconfortables. Face au refus de sa mère, qui désire qu'il intègre une classe d'entendants dans sa ville, le garçon ne voit qu'une solution pour se faire enfin entendre : prendre la fuite.


12 À 17 ANS

LES MOTS D'HÉLIO

Nancy Guilbert. Paris : Magnard jeunesse. 2019, 253 p.

À 15 ans, Hélio est passionné de sciences. À cause d'un accident, il subit un traumatisme crânien et perd l'usage de la parole, mais ses capacités de réflexion restent intactes. Sa mère étant elle aussi en état de choc, il est confié à une famille d'accueil. Ses hôtes finissent par s'ouvrir peu à peu en confiant leurs doutes et leurs espoirs.


12 À 17 ANS

ET PLUS SI AFFINITÉS

Sara Barnard et Cécile Leclère (trad.). Varennes : AdA, 2018, 438 p.

Steffi a été une muette sélective pendant la plus grande partie de sa vie – elle est restée silencieuse pendant si longtemps qu'elle se sent complètement invisible. Mais Rhys, le nouveau garçon de l'école, la voit. Il est sourd, et à cause de sa connaissance de la langue des signes de base, elle est chargée de s'occuper de lui. Pour Rhys, cela lui importe peu que Steffi ne parle pas; ils trouvent des moyens différents pour communiquer. Steffi trouve qu'elle a une voix, et elle tombe amoureuse de la seule personne qui lui fait sentir assez courageuse pour l'utiliser.



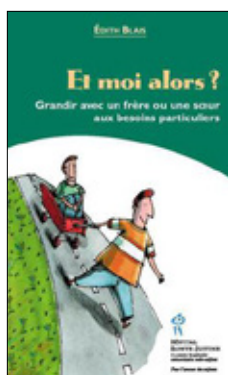
Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)


12 À 17 ANS

LE VIEUX MONDE EST DERRIÈRE TOI

Sylvie Baussier. Paris : Fleurus, 2018, 239 p.

Quand Joël et Madeleine se rencontrent, les barrières et tes étiquettes volent en éclat. Pourtant tout devrait les séparer. Lui est aveugle, un peu écrasé par un frère très sûr de lui. Elle est l'énergie même, rêve d'être journaliste et protège son jeune frère Bruno, aveugle lui aussi. Ils apprennent à s'approprier et à résister aux préjugés, tandis que leurs parents organisent une association pour les aider à mieux vivre au quotidien. Ensemble, ils vont se battre pour exister comme les autres.

**12 À 17 ANS**

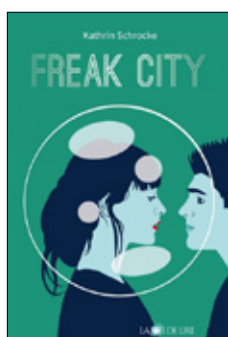
ET MOI ALORS? : GRANDIR AVEC UN FRÈRE OU UNE SŒUR AUX BESOINS PARTICULIERS

Édith Blais. Montréal : Éditions de l'Hôpital Sainte-Justine, 2002, 107 p.

Cet ouvrage a pour objectif de donner aux enfants les moyens d'exprimer les émotions complexes et ambivalentes à l'égard de leur frère ou sœur qui a des besoins particuliers.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

**15 À 17 ANS**

FREAK CITY

Kathrin Schrocke. Genève : La Joie de lire, 2023, 273 p.

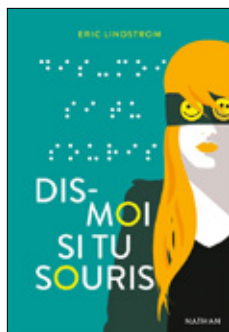
Léa est une jolie fille, sourde de naissance. Mika tombe amoureux d'elle et apprend la langue des signes. Son entourage est sceptique et lui aussi commence à douter, le monde des sourds étant très différent du sien.

**15 À 17 ANS**

MA PLACE AU SOLEIL

Gabriele Clima. Paris : Auzou, 2021, 221 p.

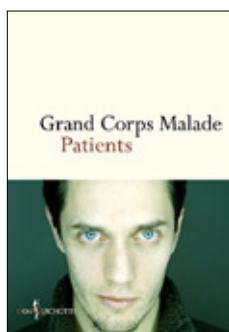
Dario, 16 ans, vit seul avec sa mère depuis que son père est parti. Comme il est désintéressé de tout, on l'assigne à l'assistance d'Andy, un élève handicapé cloué dans un fauteuil roulant et incapable de communiquer. Attendri par ce dernier, l'adolescent part alors avec lui sur les routes d'Italie, en quête de ses racines.

**15 À 17 ANS**

DIS-MOI SI TU SOURIS

Eric Lindstrom. Paris : Nathan, 2016, 392 p.

Parker est une jeune fille de 16 ans qui est aveugle. Pour communiquer avec les autres, elle a établi des règles. Depuis la trahison de Scott, son petit copain, elle a du mal à faire confiance aux gens et a décidé de ne plus donner de seconde chance à qui que ce soit. Mais la réapparition de Scott dans sa vie va chambouler tous ses principes.

**15 À 17 ANS**

PATIENTS

Grand corps malade. Paris : Don Quichotte, 2012, 163 p.

Le slammeur revient sur l'année qu'il a passée en centre de rééducation suite à l'accident dont il garde les séquelles. À vingt ans, les vertèbres déplacées après un plongeon dans une piscine peu profonde, il perd l'usage de ses jambes et les médecins lui annoncent qu'il restera probablement paralysé à vie.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)

SUGGESTIONS DE FILMS, SÉRIES ET ÉMISSIONS

LE SAVIEZ-VOUS ?

LES BIBLIOTHÈQUES POSSÈDENT DE RICHES
COLLECTIONS DE DVD ET BLU-RAY DISPONIBLES
POUR LE PRÊT ET DONNENT ACCÈS À DES FILMS,
SÉRIES ET ÉMISSIONS EN LIGNE. INFORMEZ-VOUS
AUPRÈS DE VOTRE BIBLIOTHÈQUE.

FICTION



FRED L'HANDICAPÉ

Frédéric Mallet. 2024.

Fred l'handicapé raconte l'histoire de Fred qui, à peine entré à l'université, se fracture des vertèbres dans un accident et devient quadriplégique. Muni d'un sens de l'humour inégalé, impossible pour lui de se retenir de faire des blagues malgré le drame qui lui tombe dessus ! Grâce à l'aide des gens qui l'entourent, il apprend à vivre avec sa nouvelle condition.



TEMPÊTE

Christian Duguay. 2022, 110 min.

Zoé vient au monde en 2001 dans le Haras des Sables, en Normandie, au moment même où la jument Belle Intrigante donne naissance au poulain Comploteur. Élevée par un père jockey et une mère vétérinaire, tous deux passionnés de course, la fillette grandit auprès des chevaux. Après un accident, Comploteur doit abandonner la compétition, mais un nouveau-né, que Zoé baptise Tempête, la conquiert instantanément. Son attachement à l'animal est mis à l'épreuve lorsque, par un soir d'orage, Tempête, incontrôlable, bouscule Zoé.



À PROPOS D'ANTOINE

Podz. (2022).

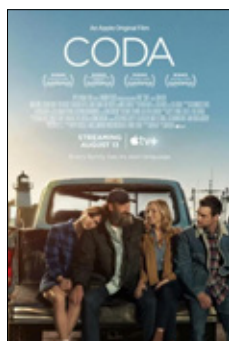
Série télé (Québec). Lorsque Julie entame une nouvelle vie amoureuse, elle se retrouve aspirée dans une famille hors du commun et devient la belle-mère de deux enfants, dont Antoine : handicapé, autiste, déficient intellectuel, non verbal et épileptique de haut niveau.



ON EST FAIT POUR S'ENTENDRE

Pascal Elbé. 2021, 93 min.

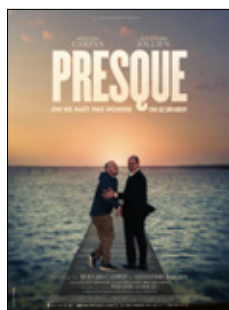
Comédie sentimentale (France). Antoine, un professeur d'histoire, porte une prothèse auditive pour faire face à ses problèmes d'ouïe. Son orgueil l'empêche d'avouer à son entourage sa surdité partielle. Lorsque son appareil se brise, il se retrouve devant un important défi en essayant de maintenir sa relation sentimentale et son quotidien routinier.



CODA : LE CŒUR À LA MUSIQUE

Sian Heder. 2021, 111 min. (v.o. : Coda)

Drame (États-Unis et France). Née de parents sourds, Ruby est la seule personne entendante de la maison. Quand elle se découvre une passion pour le chant, elle doit choisir entre ses rêves et sa famille. Remake du film français La famille Béliet.



PRESQUE

Alexandre Jollien et Bernard Campan. 2021, 92 min.

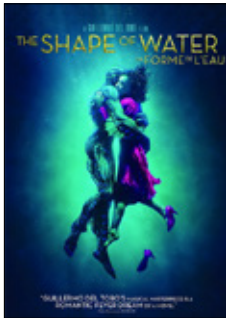
Comédie dramatique (France et Suisse). Louis, directeur d'une société de pompes funèbres, accroche avec sa voiture la bicyclette d'Igor, un rêveur dans la quarantaine souffrant d'un handicap physique. Après une brève visite à l'hôpital, les deux hommes se séparent. Quelques jours plus tard, leurs chemins se recroisent lorsque Igor se retrouve par accident dans le corbillard que Louis conduit de Lausanne à Montpellier. Grâce aux rencontres fortuites durant ce voyage, une franche complicité s'installe entre les deux compagnons de route.



MERVEILLEUX

Stephen Chbosky. 2017, 113min. (v.o. : Wonder)

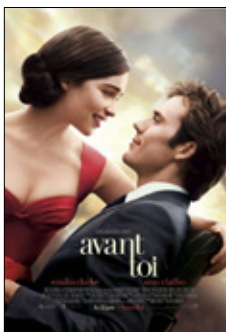
Drame (États-Unis). August Pullman est né avec une malformation du visage. Jusqu'à maintenant, sa mère lui a toujours fait l'école à la maison, mais c'est désormais le temps pour Auggy d'affronter la réalité et de fréquenter une école primaire normale. Comme ses parents le craignaient, le garçon est rapidement victime d'intimidation de la part de ses camarades de classe. L'enfant persévérera malgré les difficultés et finira par influencer positivement tous les gens qui graviteront dans son cercle. Parce qu'il faut parfois s'efforcer de voir au-delà de ce que nos yeux peuvent nous montrer.



LA FORME DE L'EAU

Guillermo del Toro. 2017, 123 min. (v.o. : The shape of water).

Fantastique, Drame, Romance (États-Unis). En 1963, dans le contexte de la guerre froide, Elisa Esposito, une femme de ménage muette, travaille au centre Occam de recherche aérospatiale. Elle découvre, caché dans une cuve, un homme amphibie capturé en Amazonie. Fascinée par la créature, elle établit avec elle une communication en langue des signes, mais Richard Strickland entend la faire disséquer avant que les Russes ne s'en emparent.



AVANT TOI

Thea Sharrock. 2016, 110 min. (v.o. : Me Before You)

Drame (États-Unis). Récemment mise au chômage, Louisa Clarke, 26 ans, doit trouver un travail pour soutenir sa famille, puisque son père est lui aussi sans emploi. Cette jeune femme extravertie et souriante est rapidement engagée par Mme Traynor pour tenir compagnie à son fils William, paralysé depuis un accident de la route survenu deux ans auparavant.

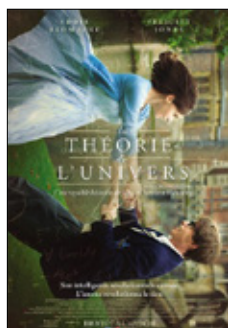


13+

LA FAMILLE BÉLIER

Éric Lartigau. 2014, 105 min.

Comédie (France et Belgique). Paula, 16 ans, est la seule personne entendant de sa famille. Son père, sa mère et son frère l'utilisent souvent comme interprète et elle est devenue un atout précieux à l'administration de la ferme familiale. Un jour, encouragée par son professeur de musique, Paula décide de participer à un concours à Paris qui lui permettrait d'avoir accès aux meilleures écoles et de continuer à développer sa passion pour le chant. Quand elle annonce la nouvelle à ses parents, ses derniers désapprouvent ses ambitions et la traitent d'égoïste. Paula devra donc faire des choix déchirants en considérant son avenir et celui de sa famille.

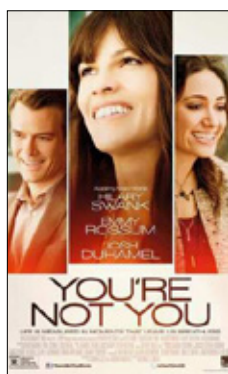


G

LA THÉORIE DE L'UNIVERS

James Marsh. 2014, 123 min. (v.o. : The Theory of Everything)

Drame biographique (Grande-Bretagne). Stephen Hawking, brillant étudiant en cosmologie à l'Université de Cambridge, entend bien percer les mystères entourant la création de l'univers. Pendant ses études, il tombe follement amoureux de Jane Wilde, une étudiante en art. Alors que tout semble sourire au jeune couple, Hawking apprend, à l'âge de 21 ans, qu'il est atteint d'une terrible maladie qui doit le paralyser progressivement et le tuer en moins de deux ans. Malgré tout, Stephen et Jane décident d'unir leurs vies, de fonder une famille et de faire face à leur destin.

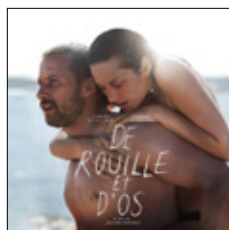


G

LE SECOND SOUFFLE

George C. Wolfe. 2014, 102 min. (v.o. : You're Not You)

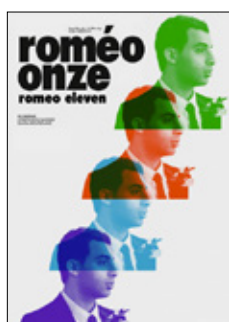
Drame (États-Unis). Une célèbre pianiste atteinte de la maladie de Charcot embauche une étudiante égocentrique, qui rêve d'être chanteuse de rock, comme aide-soignante à temps partiel qui devra la soutenir dans ses tâches quotidiennes. Malgré les difficultés de sa patiente ayant du mal à accepter de perdre son autonomie, cette dernière, autodestructrice, sans gêne et mal élevée n'a aucune expérience d'infirmière...



DE ROUILLE ET D'OS

Jacques Audiard. 2012, 122 min.

Drame (Belgique et France). Une relation se tisse entre une jeune femme amputée des jambes et un père célibataire fruste et fauché, qui tente de se sortir de sa condition en participant à des combats à mains nus.



ROMÉO ONZE

Ivan Grbovic. 2011, 89 min.

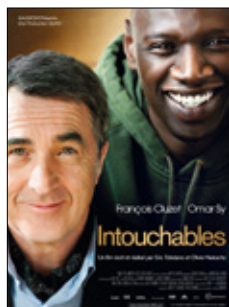
Drame (Québec). Affligé d'une atrophie musculaire aux jambes, Rami claudique. Complexé, désireux d'échapper au destin tracé par son étouffante famille d'immigrants libanais, le jeune homme sèche les cours au cégep et s'invente sur l'Internet un avatar, Romeo Onze, qui en mène large et voyage de par le monde. Lorsque par ce biais il attire l'attention d'une fille de rêve, Rami hésite à la rencontrer, craignant qu'elle ne le rejette une fois découvert le mensonge de son identité.



LES YEUX NOIRS

Nicola Lemay. 2011, 14 min.

Film d'animation (Canada). Avec beaucoup d'inventivité, ce court métrage raconte l'histoire du jeune Mathieu, qui n'a jamais peur du noir parce qu'il y vit toujours, et se plaît à jouer au détective lorsque vient le jour de son anniversaire.



INTOUCHABLES

Eric Toledano et Olivier Nakache. 2011, 112 min.

Comédie dramatique (France). À la suite d'un accident de parapente, Philippe, riche aristocrate, engage comme aide à domicile Driss, un jeune de banlieue tout juste sorti de prison. Bref, la personne la moins adaptée pour l'emploi. Deux univers vont se télescoper, s'approprier, pour donner naissance à une amitié aussi dingue, drôle et forte qu'inattendue, une relation unique qui fera des étincelles et qui les rendra... Intouchables.



LA LIGNE DROITE

Régis Wargnier. 2011, 102 min.

Mélodrame (France). Leïla, ancienne athlète de haut niveau, a retrouvé la liberté après cinq années de prison. Elle rencontre Yannick, jeune athlète, qui vient de perdre la vue dans un accident. Malgré son handicap, Yannick peut continuer la course, mais avec un guide auquel il est attaché par un fil. Leïla va devenir sa guide et les projets de compétition vont les aider à se reconstruire, l'un avec l'autre...



L'HOMME DE CHEVET

Alain Monne. 2009, 93 min.

Drame sentimental (France). Carthagène, Colombie. Léo, ex-boxeur quinquagénaire et sans-le-sou, décroche un boulot de cuisinier et de préposé aux soins de Muriel, une jeune Française au caractère difficile, devenue quadraplégique à la suite d'un accident. Contrairement à toutes les jeunes femmes qui l'ont précédé dans ses fonctions, Léo s'accroche malgré l'intransigeance de la patronne.



DÉFI EN CHAISE ROULANTE

Kaveh Nabatian. 2005, 26 min.

Docufiction (Canada). Marc, qui est atteint de spina-bifida, est un expert au hockey-luge, sport que pratiquent avec vigueur d'autres jeunes qui, comme lui, n'ont pas l'usage de leurs jambes. Mathieu est un fan de hockey traditionnel, et il trouve bien difficile de vivre et de faire du sport sans ses jambes. À travers son expérience en fauteuil roulant, Mathieu découvre qu'un handicap physique peut être une occasion de s'épanouir autrement.



LA FILLE À UN MILLION DE DOLLARS

Clint Eatswood. 2004, 132 min. (v.o. : Million dollar Baby)

Drame sportif (États-Unis). Un vieil entraîneur macho accepte d'aider une jeune boxeuse ambitieuse, Maggie, issue d'un milieu très modeste. Lors d'un combat à Vegas, Maggie reçoit un coup illégal de son adversaire et se sectionne la moelle épinière. Récit d'une sensibilité rare sur le monde de la boxe.

DOCUMENTAIRES

Général



CLIGNER

Daniel Roher et Stenson Edmund. 2024, 83 min.

L'histoire de la famille Pelletier, une famille heureuse et aventureuse de six personnes, qui décide de faire le tour du monde après avoir appris que trois de leurs quatre enfants perdront bientôt la vue à cause de la rétinite pigmentaire, une maladie rare et incurable qui entraîne une cécité permanente. La famille se lance dans un voyage unique pour découvrir toute la beauté que le monde a à offrir pendant qu'ils peuvent encore la voir. Le film suit les Pelletier dans leur voyage alors qu'ils se préparent à l'inéluctabilité de l'avenir.



100 % PASSION

Orange Iceberg Media, AMI-télé. 2022.

En ligne : <https://www.youtube.com/playlist?list=PLxk3Fr4k7-sOwKOIOgc05gpgRMFJPwMbv>

Une série documentaire racontant comment huit personnes en situation de handicap vivent à leur façon la passion qui les anime.



9 MOIS PLUS TARD

AMI-télé. Saison 1, 2021.

En ligne : <https://www.youtube.com/playlist?list=PLxk3Fr4k7-sMuq56ZEnM51AaSQYDkciRk>

Chantal Petitclerc nous invite à suivre trois familles qui ont accepté de partager avec nous l'extraordinaire aventure d'avoir un enfant quand on vit en situation de handicap.



ÇA NE SE DEMANDE PAS... À DES PARENTS D'ENFANTS HANDICAPÉS

Ça ne se demande pas, ICI TOU.TV. 2021, 25 min 41 s.

En ligne : <https://ici.tou.tv/ca-ne-se-demande-pas/s03>

Vous sentez-vous coupable ? Est-ce que ça vous prive d'une vie normale ? Ils sont parents d'un ou plusieurs enfants en situation de handicap. Le regard qu'ils posent sur leur enfant en est un de fierté. Ce qu'ils n'aiment pas voir dans le regard des autres ? Le jugement et la pitié.



ÇA NE SE DEMANDE PAS... À DES JEUNES VIVANT AVEC UN HANDICAP

Ça ne se demande pas, ICI TOU.TV. 2020, 25 min 20 s.

En ligne : <https://ici.tou.tv/ca-ne-se-demande-pas/s02>

Ils ne sont pas encore entrés dans l'âge adulte, mais ils ont un regard très lucide sur la société et le monde qui les entoure. Être un enfant handicapé, c'est accepter tôt dans la vie les limitations de son corps. 9 jeunes en situation de handicap répondent aux questions du public.



ÇA NE SE DEMANDE PAS... À DES PERSONNES ALBINOS

Ça ne se demande pas, ICI TOU.TV. 2020, 22 min 55 s.

En ligne : <https://ici.tou.tv/ca-ne-se-demande-pas/s02>

Peu nombreux, l'apparence physique des personnes albinos les distingue d'entre tous. Bien au-delà de l'absence de couleur des cheveux, l'albinisme est un handicap sérieux.



CRIP CAMP : LA RÉVOLUTION DES ÉCLOPÉS

James Lebrecht et Nicole Newnham. 2020, 108 min. (v.o. : Crip Camp :

A Disability Revolution)

Un camp d'été révolutionnaire galvanise un groupe d'ados handicapés et les incite à bâtir un mouvement, forgeant ainsi un chemin vers une plus grande égalité.



ENGAGEZ-MOI

Ici Tou.tv. 2020.

En ligne : <https://ici.tou.tv/engagez-moi>

Engagez-moi suit 10 personnes avec des handicaps physiques ou intellectuels à travers leurs processus de recherche d'emploi et d'insertion sur le marché du travail.



GROS PLAN : AVOIR UN ENFANT LOURDEMENT HANDICAPÉ

Urbania. 2020, 5 min 13 s.

En ligne : <https://urbania.ca/article/gros-plan-avoir-un-enfant-lourdement-handicape>

Avoir un enfant, c'est un boulot à temps plein. Être parents d'un enfant handicapé, c'est avoir plusieurs montagnes à gravir en même temps et c'est impossible d'y arriver tout seul.



LA FORCE DU RIRE

André Roy. 2020, 46 min.

En ligne : <https://ici.tou.tv/la-force-du-rire>

Ce documentaire présente trois gars qui parlent de leurs différences et de leur cheminement dans la création d'un spectacle d'humour. Pierre Lambert est aveugle, Martin Saulnier est atteint de dystrophie musculaire et Christian « Kit » Goguen est atteint du syndrome de Gilles de la Tourette.



PASSAGE À L'ÂGE ADULTE

AMI-télé. 2020, 52 min.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/documentaires-passage-a-lage-adulte/media/passage-a-lage-adulte>

Passer de l'école à la vie active quand on est en situation de handicap est la réalité à laquelle se préparent Riley, Hayden et Cassia, trois jeunes Franco-Manitobains. Suivez-les pendant un an dans leur quête d'autonomie et du passage obligé vers l'âge adulte.



PLAN LARGE

AMI-télé. Saison 1, 2020.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/2953/season>

Plan large présente des reportages originaux rassemblés sous un même thème lié aux incapacités physiques et animé par Jessie Archambault.



DES FAMILLES COMME LES AUTRES

ICI TOUT.TV. (2019-2023)

En ligne : <https://ici.tou.tv/des-familles-comme-les-autres>

Guylaine Guay reçoit des familles dont l'un des membres est en situation de handicap. Ensemble et accompagnés de spécialistes, ils explorent leur réalité, leurs défis et leurs bonheurs dans la différence.



ÇA ME REGARDE

AMI-télé (série). (2017-)

En ligne : <https://amiplus.ca/ca-me-regarde>

L'unique magazine de service sur le handicap. Chaque semaine, les animateurs des acteurs du changement et des experts du milieu du handicap dans le but de construire une société toujours plus inclusive. L'équipe de chroniqueurs s'agrandit avec notamment une nouvelle spécialiste en technologie accessible qui présentera toutes sortes d'applications et de conseils technos utiles au quotidien.



INTÉGRATION OU INCLUSION ?

Second regard, Radio-Canada. Benoît Livernoche. 2016, 9 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/second-regard/2015-2016/segments/reportage/6800/integration-eleves-ecoles-handicaps>

Le Nouveau-Brunswick est une terre précurseur de l'inclusion de jeunes handicapés ou en retard d'apprentissage dans les classes ordinaires. On croit que pour bien intégrer un jeune handicapé ou en retard d'apprentissage, on doit inclure tout le monde pour que cela soit un succès.



NOUS AVONS LE REGRET DE VOUS INFORMER...

Heidi Janz et Eva Colmers. 2015, 11 min.

En ligne : https://www.nfb.ca/film/nous_avons_le_regret_de_vous_informer/

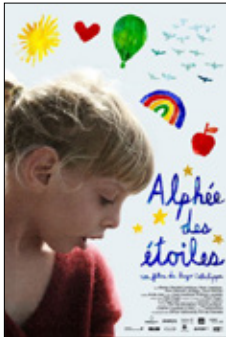
Dans une société qui met tout dans des cases et qui nous divise dans des catégories bien définies, où se situe une personne avec un esprit fort et un corps affaibli ? En suivant Heidi Janz dans sa vie quotidienne, avec sa série unique de responsabilités, d'occasions et de défis, *Nous avons le regret de nous informer* pose un regard sans pathos et sans complexe sur ce que ça signifie d'être à la fois « handicapé » et « productif ».



L'ÉCOLE HÔPITAL

Écoles à l'examen, Télé-Québec. 2013, 46 min.

Documentaire (Québec). L'école Victor-Doré accueille des enfants lourdement handicapés pour qui l'intégration à une école normale est impensable. Dans une des classes de maternelle, Maryse Chalifoux-Pressault, enseignante en adaptation scolaire fraîchement diplômée, met tout en œuvre pour favoriser l'épanouissement des six enfants qui lui ont été confiés. À quelques jours de la fin du mois de juin, c'est avec le cœur gros qu'elle laisse partir ses tout premiers élèves pour les vacances d'été.



ALPHÉE DES ÉTOILES

Hugo Latulippe. 2012, 82 min.

Documentaire (Québec). Ce long métrage suit Alphée, une fillette atteinte d'une maladie génétique rare. Quand, par intuition, ses parents refusent son entrée dans une école spécialisée, toute la petite famille part s'installer en Europe pendant une année. Son papa, le cinéaste Hugo Latulippe, en profite alors pour favoriser les apprentissages de sa petite fée. Émouvante déclaration d'amour d'un père à sa fille, ce film relève aussi d'un pari, celui de voler un an à la vie et de renverser le cours des choses.



LA WII COMME OUTIL THÉRAPEUTIQUE

Découverte, Radio-Canada. André Bernard. 2009, 2 min.

En ligne : <https://www.youtube.com/watch?v=2ZpEQEwYTgg>

D'abord conçue pour faire bouger les enfants, la console de jeu Wii est en voie de transformer la réadaptation des personnes accidentées ou handicapées. Faciles à utiliser, les outils thérapeutiques virtuels ouvrent un pan de la mémoire affective et cognitive, facilitent la réadaptation à travers le jeu et transforment la perception des séances de réadaptation. Aujourd'hui, la Wii devient un outil de thérapie un peu partout au Canada et aux États-Unis.



ILS EURENT TREIZE ENFANTS...

Anika Lirette. 2008, 26 min.

En ligne : https://www.onf.ca/film/ils_eurent_treize_enfants/

Documentaire sur une famille durement touchée par une grave maladie génétique, la phénylcétonurie (PCU). Huit des treize enfants de la famille Lirette souffraient de déficiences intellectuelles et physiques dues à cette maladie inconnue à l'époque de leur naissance. À l'aide de témoignages et d'images d'archives, Anika Lirette signe un portrait de famille touchant qui honore la mémoire de ses grands-parents.



SANS HONTE : L'ART D'ÊTRE HANDICAPÉ

Bonnie Sherr Klein. 2006, 71 min.

En ligne : www.onf.ca/film/sans_honte_lart_detre_handicape/

Documentaire (Canada). Ce long métrage sur l'art, le militantisme et les personnes vivant avec un handicap propose un portrait de cinq artistes étonnants, y compris la réalisatrice Bonnie Sherr Klein. Avec un humoriste, une poétesse, un danseur et un sculpteur, Klein se rend dans diverses provinces canadiennes et aux États-Unis afin de créer des autoportraits aux multiples facettes. Un regard sur la passion de l'art et la vie avec un handicap, ses complications et ses richesses inattendues.

Déficiences auditives



LE MUR DU SILENCE

Denise Bouchard. 2022, 52 min.

En ligne : <https://ici.tou.tv/le-mur-du-silence>

Ils vivent un peu en marge de la société. Leurs signes les trahissent. Mais c'est aussi grâce aux signes qu'on sait qu'ils sont là, qu'ils existent. Le monde des sourds demeure aujourd'hui méconnu. Et il y a peu de contacts entre « leur » monde et celui de ce qu'on appelle les « entendants ». Un mur sépare les deux réalités. Ce qui ne veut pas dire que les sourds ne peuvent s'épanouir dans « leur » monde, bien au contraire. Dans leur communauté, tout comme dans le monde des entendants, ils ont appris à jouer. À s'instruire. À rêver. À aimer. Nous avons traversé ce « mur du silence » pour montrer que les sourds sont comme les autres humains, mais qu'ils ont des défis. Des défis à faire face à une société qui ne s'est pas encore adaptée à eux. Le documentaire Le mur du silence propose de les écouter et, surtout, de les entendre.



MON BAPTÊME DE SOURDE

Emilie Peltier. 2022, TV5 unis.

En ligne : <https://www.tv5unis.ca/mon-bapteme-de-sourde>

Emilie Peltier, née avec une surdité, décide de déménager à Montréal afin de se rapprocher de la culture sourde. Elle rencontre des personnes inspirantes, découvre un nouveau monde qui l'aide à déconstruire les clichés vis-à-vis la surdité et à bâtir sa nouvelle identité.



LANGUE SECONDE ET SURDITÉ

Des familles comme les autres (segment), **AMI-télé.** 2021, 6 min 25 s.

En ligne : <https://www.youtube.com/watch?v=XPNaCG3DXrM>

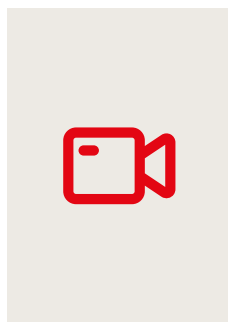
L'apprentissage d'une langue seconde lorsqu'on a une surdité, avec Susanna Oppedisano, professeure d'anglais au secteur des Sourds à l'école Lucien Pagé.



DEAF U: LE CAMPUS EN LANGUE DES SIGNES

Nyle DiMarco. 2020.

Dans cette série, un groupe uni d'étudiants raconte ses histoires et explore le quotidien à l'université Gallaudet, une université pour sourds et malentendants.



LES OREILLES

C'est une question de santé, *Savoir média*. 2020, 27 min.

En ligne : <https://savoir.media/cest-une-question-de-sante-saison-3/clip/les-oreilles>

Le Dr Nadim Korban, otorhinolaryngologiste et chirurgien cervico-facial à l'Hôpital Notre-Dame, parle d'otite du baigneur, des acouphènes et des problèmes d'audition induits par le port prolongé d'écouteurs. Sourde de naissance, Marie-Pierre Petit nous parle de son quotidien, alors que l'avenir de la science explore la thérapie génique contre la surdité.



LES MOTS QUI DANSENT

Yves Étienne Massicotte. 2014, 44 min.

En ligne : www.onf.ca/film/mots_qui_dansent/

Documentaire. Ce long métrage met en scène de jeunes artistes sourds qui, après avoir passé une enfance inconfortable dans la zone grise entre les cultures orale et sourde, sont entrés dans l'âge adulte en proclamant leur identité sourde. Ce film démontre comment ils contribuent à bâtir et à faire rayonner la culture sourde, par la voie des arts.



LA SCIENCE DE L'OUÏE

The nature of things. Elise Swerhone. 2008, 49 min.

La musique est sans doute l'une des plus belles choses que nous permet d'apprécier l'ouïe. Mais pourquoi est-elle si importante pour nous et pourquoi a-t-elle un si grand effet sur le cœur humain? Pour répondre à cette question, *La science de l'ouïe* nous fait passer par l'appareil auditif et le cerveau jusqu'au cœur de la psyché humaine. Tout au long de ce voyage passionnant, le documentaire rencontre des neurologues réputés mondialement, des personnes fascinantes qui perçoivent la musique à défaut de l'entendre et des médecins qui, par leurs recherches avancées, aident les personnes sourdes et malentendantes à recouvrer l'ouïe.

Déficiences visuelles



ÇA ME REGARDE – 4 FÉVRIER 2023

Ça me regarde (segment), **AMI-télé.** 2023, 26 min.

En ligne : <https://amiplus.ca/ca-me-regarde>

On rencontre un jeune étudiant en médecine avec un handicap visuel. Aussi, quelques trucs techno de notre experte Lyne Dubé, et les merveilleux projets du Théâtre aphasique.



ÇA ME REGARDE – 18 MARS 2023

Ça me regarde (segment), **AMI-télé.** 2023, 26 min.

En ligne : <https://amiplus.ca/ca-me-regarde>

On découvre le projet Voix rêvées, une création artistique incluant les personnes aveugles et malvoyantes. On parle des sports de neige adaptés en Colombie-Britannique. L'Association des parents d'enfants handicapés visuels nous présentent ses nombreux projets. Sans oublier la chronique de notre spécialiste techno Lyne Dubé.



DES ÉTOILES PLEIN LES YEUX

ICI TOUT.TV. 2023, 47 min.

En ligne : <https://ici.tou.tv/des-etoiles-plein-les-yeux>

Être mal-voyant, mais pouvoir observer les étoiles mieux que quiconque. Suivez l'histoire de Tim Doucette, un astronome amateur, dans ses aventures qui le mèneront jusqu'à l'observatoire de Maunakea à Hawaï.



BEAUTÉ AVEUGLE

Mariane Mc Graw. 2022, 52 min.

En ligne : <https://ici.tou.tv/beaute-aveugle>

Ils ont perdu la vue à différents moments de leur vie. On dit que la beauté est dans l'œil de celui qui regarde. Qu'advient-elle lorsqu'on devient aveugle ? Vytutas Buccionis Jr., Serge Belisle, France Poulin et Jade Champagne-Provost se livrent sans pudeur sur la perception qu'ils ont de la beauté.



ÇA NE SE DEMANDE PAS... À DES PERSONNES AVEUGLES DE NAISSANCE

Ça ne se demande pas, ICI TOUT.TV. 2021, 25 min 15 s.

En ligne : <https://ici.tou.tv/ca-ne-se-demande-pas/s03>

Savez-vous de quoi vous avez l'air ? Qu'est-ce que vous voyez dans vos rêves ? Êtes-vous jaloux des voyants ? Ils sont nés aveugles, mais ça ne veut pas dire que tout est noir à leurs yeux. Que veulent dire les couleurs lorsqu'on ne les voit pas ? Sont-ils moins racistes ?



AIMEZ LES CANES... AVEUGLÉMENT !

La semaine verte (segment), **Radio-Canada.** 2020, 7 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/la-semaine-verte/site/segments/reportage/202934/cannes-blanches-handicap-visuel>

Chaque matin, ils récoltent 250 œufs, un par un, à la main. Vivre avec un handicap n'a pas empêché ce couple de fonder leur ferme écoresponsable. Voici un portrait inspirant, une histoire d'amour et de détermination.



AU-DELÀ DU REGARD

Second Regard, Radio-Canada. Marc-Yvan Hébert. 2016, 10 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/Second-regard/2016-2017/segments/reportage/24145/tara-miller-photographe>

Depuis dix ans, Tara Miller gagne sa vie comme photographe professionnelle à Winnipeg. La photographie, c'est plus qu'un métier, c'est sa passion. Pourtant, Tara Miller n'a que 6 % de sa vue depuis sa naissance; elle est considérée légalement aveugle. Comment fait-on pour œuvrer dans un domaine qui requiert précisément le sens qu'on n'a pas ?



AVEUGLES DE LUXE

Sylvie Rosenthal, Canal D. 2016, 45 min.

Aveugles de luxe va à la rencontre de neuf Québécois et Québécoises ayant une déficience visuelle et qui pratiquent avec succès un métier, une profession, ou dirigent une entreprise. Ni héros ni victimes, les participants du documentaire sont hauts en couleur, pleins de potentiel et d'humour. Ils n'ont qu'une seule envie : travailler et vivre comme tout le monde ! Par moment, leurs déficiences visuelles sont simulées, de sorte que le téléspectateur se retrouve dans la peau des protagonistes et saisit mieux leur quotidien, leurs revendications et l'importance de leur intégration sociale.

Sexualité et relations amoureuses



ET SI C'ÉTAIT TOI ?

ICI TOUT.TV. Saison 1, 2023.

En ligne : <https://ici.tou.tv/et-si-c-etait-toi>

10 célibataires se rendent à une série de premiers rendez-vous amoureux dans l'espoir de trouver la perle rare. Ils vivent tous avec un handicap et sont motivés à sortir de leur zone de confort !



AMOUR SANS LIMITE

Maude Sabbagh, Canal vie. 2022.

Dans AMOUR SANS LIMITE, on suit six célibataires vivant avec une différence et cherchant tous à rencontrer l'amour. Appuyés par les entremetteuses de l'agence Rencontre Adaptée, ils naviguent dans l'imprévisible monde du dating. Même si chacun d'entre eux a des défis uniques, ils partagent tous une quête universelle : aimer et être aimé.



SEXUALITÉ ET HANDICAP

On parle de sexe, Télé-Québec. 2019, 6 min 51 s.

En ligne : <https://video.telequebec.tv/player/32006/stream?assetType=episodes>

Mike passe faire un tour à la crèmerie, où Rosalie travaille, pour lui présenter ses parents. Et on comprend rapidement pourquoi ce dernier parle aussi souvent – et sans gêne ! – de sexe. Étonnamment, ce n'est clairement pas Rosalie qui est déplacée cette fois ! On te propose aussi des témoignages de personnes en situation de handicap et on répond à tes questions sur le handicap et la sexualité.

Accessibilité



ÇA ME REGARDE – 25 FÉVRIER 2023

Ça me regarde (segment), **AMI-télé.** 2023, 26 min.

En ligne : <https://amiplus.ca/ca-me-regarde>

Ça bouge du côté de Québec, avec des innovations en matière d'accessibilité. Notre chroniqueur finances nous donne quelques trucs pour économiser. Et on vous présente un projet qui a pour but de diminuer les douleurs aux épaules si vous vous déplacez en fauteuil roulant.



ÇA ME REGARDE – 29 JUILLET 2023

Ça me regarde (segment), **AMI-télé.** 2023, 26 min.

En ligne : <https://amiplus.ca/ca-me-regarde>

L'humoriste William Bernatchez vient nous présenter son balado L'insolence du quotidien. Notre experte en techno, Lyne Dubé, nous parle d'une application pour faciliter vos déplacements. Et, on reçoit Dr Quian pour raconter l'opération qui a permis à un jeune homme d'éviter de perdre la vue.



ZAROULE

AMI-télé. 2020, 3 min.

On accompagne la youtubeuse Isabelle Giard durant le tournage d'une de ses capsules. Atteinte du spina-bifida, elle fait découvrir les multiples activités qu'il est possible d'accomplir en fauteuil roulant.



DOSSIER ACCESSIBILITÉ

Rad. Radio-Canada. 2018.

En ligne : <https://www.rad.ca/dossier/accessibilite>

Est-ce qu'on en fait assez pour les personnes en situation de handicap ? On a tous déjà entendu parler de revendications pour améliorer l'accessibilité des logements ou du transport en commun. Cette fois, des irritants quotidiens à la culture en passant par les obstacles systémiques, on vous présente d'autres combats que mènent les personnes en situation de handicap ou sourdes, et qui passent souvent inaperçus.

Accessibilité du Web



ÇA ME REGARDE – 30 SEPTEMBRE 2023

Ça me regarde (segment), **AMI-télé.** 2023, 26 min.

En ligne : <https://amiplus.ca/ca-me-regarde>

Mieux comprendre le vécu des personnes autochtones en situation de handicap pour mieux les accompagner dans le processus d'intégration du marché du travail. Aussi, notre experte techno Lyne Dubé et notre spécialiste du marketing numérique chez AMI-télé Sarah Gagnon présentent la nouvelle plateforme de visionnement AMI+.



COUP D'ŒIL TECHNO – LE CODE JUMPER

Ça me regarde (segment), **AMI-télé**. 2020, 7 min.

En ligne : <https://www.amitele.ca/category/ca-me-regarde-extraits/media/coup-doeil-techno-le-code-jumper>

La grande messe technologique annuelle, le CES (Consumer Electronics Show), débordait d'innovations technologiques favorisant l'accessibilité. On vous présente l'une des innovations gagnantes, le Code Jumper, un système conçu pour favoriser le développement de compétences informatiques chez les enfants de 7 à 11 ans vivant avec une cécité partielle ou complète.



LES SITES WEB, PAS FACILEMENT ACCESSIBLES POUR TOUS

Le Téléjournal (segment), **Radio-Canada**. 2019, 2 min.

En ligne : <https://ici.radio-canada.ca/tele/le-telejournal-quebec/site/segments/reportage/105970/accessibilite-web>

Il reste du chemin à faire pour rendre les sites Web accessibles aux personnes malvoyantes ou non voyantes.

PRENDRE PART À SES SOINS DE SANTÉ

Cette section se retrouve dans chacun des cahiers thématiques Biblio-Santé. La sélection des ressources qu'elle contient tient compte d'une approche patient-partenaire visant à autonomiser les usagers du système de santé et à les outiller pour qu'ils puissent faire des choix de soins libres et éclairés.

QU'EST-CE QU'UN PATIENT-PARTENAIRE ?

« Un patient partenaire est une personne qui devient progressivement apte, au fil de ses traitements, à faire des choix de santé libres et éclairés. Ses savoirs expérientiels sont reconnus et ses compétences en matière de soins développées avec l'aide de l'équipe. Respecté dans tous les aspects de son humanité, il est membre à part entière de cette équipe en ce qui concerne les soins et services qui lui sont offerts. Tout en reconnaissant l'expertise des intervenants de l'équipe, il oriente leurs préoccupations vers ses besoins et son bien-être à plus long terme. »

Source : Faculté de médecine de l'Université de Montréal

ORGANISMES ET ASSOCIATIONS

Général

CENTRE D'EXCELLENCE EN SANTÉ SUR LE PARTENARIAT AVEC LES PATIENTS ET LE PUBLIC (CEPPP)

Téléphone 514 890-8000
Site Web <https://ceppp.ca/>

Le CEPPP s'engage à faire de la collaboration avec les patients et le public une science, une culture et un nouveau standard, afin d'améliorer la santé de tous et l'expérience de chacun. Il travaille à intégrer le patient dans son équipe de soins et le citoyen dans son système de santé.

EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA

Téléphone sans frais 1 866 421-6933
Site Web <https://www.healthcareexcellence.ca/fr/>

Excellence en santé Canada est un organisme issu de la fusion de l'Institut canadien pour la sécurité des patients et de la Fondation canadienne pour l'amélioration des services de santé. Ses actions visent l'équité, l'inclusion et la collaboration avec les patients, les familles et les proches aidants, ainsi que le soutien au personnel des services de santé. Plusieurs de ses programmes s'adressent directement aux patients et à leurs proches afin d'améliorer leur sécurité et la qualité des services de santé.

UNITÉ DE SOUTIEN SSA QUÉBEC

Téléphone 450 463-1835, poste 61890
Site Web <https://ssaquebec.ca/>

Cette unité soutient un système de santé apprenant pour rendre possible l'amélioration continue du système de santé ainsi que des soins et services rendus à la population. Elle mobilise et soutient les milieux de la recherche, de la santé et des services sociaux, avec et pour la population.

Information juridique

CENTRES DE JUSTICE DE PROXIMITÉ

Site Web www.justicedeproximite.qc.ca

Les centres de justice de proximité offrent leurs services dans treize régions du Québec. Ils offrent de l'information juridique sur vos droits et vos obligations. Ils vous soutiennent en vous accompagnant dans l'établissement de vos besoins d'ordre juridique et en vous présentant les options possibles pour y répondre. Ils vous orientent vers les différentes ressources juridiques disponibles, communautaires ou autres, afin que vous puissiez choisir le service correspondant à vos besoins.

CHAMBRE DES NOTAIRES DU QUÉBEC

Téléphone 514 879-1793
Téléphone sans frais 1 800 263-1793
Site Web www.cnq.org

La Chambre des notaires propose des informations juridiques de base. Vous y trouverez notamment des renseignements sur les procurations, les mandats donnés en prévision de l'incapacité, les testaments et les successions.

CONSEIL POUR LA PROTECTION DES MALADES

Téléphone 514 861-5922
Téléphone sans frais 1 877 CPM-AIDE (276-2433)
Site Web www.cpm.qc.ca

Vous pouvez contacter sans frais cet organisme pour vous renseigner sur les droits d'une personne malade ou pour dénoncer un abus ou une situation qui porte atteinte aux droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Toute dénonciation sera traitée de façon confidentielle.

CURATEUR PUBLIC DU QUÉBEC

Téléphone 514 873-4074
Téléphone sans frais 1 844 532-8728
Site Web www.quebec.ca/gouvernement/ministeres-et-organismes/curateur-public

Le Curateur public veille à la protection des personnes inaptes. Pour ce faire, il sensibilise la population aux besoins de protection découlant de l'inaptitude et il accompagne les familles et les proches qui représentent une personne inapte, qui administrent son patrimoine ou celui d'un mineur, ou encore qui participent à un conseil de tutelle. On retrouve sur son site des informations sur l'inaptitude (mandat en cas d'inaptitude, tutelle, curatelle, etc.).

FÉDÉRATION DES CENTRES D'ASSISTANCE ET D'ACCOMPAGNEMENT AUX PLAINTES

Téléphone 1 877 SOS-CAAP (1 877 767-2227)
Site Web <http://fcaap.ca>

Les centres d'assistance et d'accompagnement aux plaintes assistent l'utilisateur dans toute démarche qu'il entreprend en vue de porter plainte auprès d'un établissement, d'un CISSS, d'un CIUSSS ou du Protecteur des usagers. Ils accompagnent l'utilisateur pendant la durée du recours, y compris lorsque la plainte est acheminée vers le Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens d'un établissement. Vous retrouverez sur le site de la FCAAP la liste des centres d'assistance ainsi que de l'information sur vos droits.

JURISTES À DOMICILE

Téléphone 514 944-9929
Site Web www.juristesadomicile.com

Juristes à Domicile oriente et accompagne ses membres qui se trouveraient en situation difficile, ou encore qui seraient vulnérables ou démunis, lorsqu'il s'agit de faire respecter leurs droits. L'organisme peut aussi faciliter l'accès à des services juridiques à prix modique, si nécessaire. Comme le nom de l'organisme l'indique, les juristes de l'équipe se déplacent à domicile.

PROTECTEUR DU CITOYEN

Téléphone sans frais 1 800 463-5070
Site Web <https://protecteurducitoyen.qc.ca>

Le Protecteur du citoyen effectue des enquêtes à la suite de plaintes ou de signalements de personnes, groupes, organismes ou entreprises qui s'estiment victimes d'une erreur ou d'une injustice de la part d'un ministère ou d'un organisme du gouvernement du Québec, ou d'une instance du réseau de la santé et des services sociaux. Le Protecteur du citoyen est indépendant du gouvernement, neutre et sans parti pris. Les plaintes sont traitées confidentiellement. Ses services sont gratuits et facilement accessibles.

REGROUPEMENT PROVINCIAL DES COMITÉS DES USAGERS (RPCU)

Téléphone 514 436-3744
Site Web www.rpcu.qc.ca

Le Regroupement provincial des comités des usagers défend et protège les droits des usagers du réseau de la santé et des services sociaux. Consultez le site Web du regroupement pour en connaître davantage sur les droits et les recours des usagers du système de la santé.

SOCIÉTÉ D'HABITATION DU QUÉBEC

Téléphone 1 800 463-4315
Site Web http://www.habitation.gouv.qc.ca/programmes/adapter_mon_logement_personnes_handicapees.html

Offre de l'information et des programmes d'adaptation de logement pour personnes handicapées. Une brochure informative est disponible en ligne.

RESSOURCES WEB

Général

CARNET SANTÉ QUÉBEC

<https://carnetsante.gouv.qc.ca/portail>

Carnet santé Québec est un site Web qui vous donnera accès à vos informations de santé en ligne, et ce, en un seul endroit. Il vous permet de consulter les résultats de vos prises de sang, tests d'urine et autres prélèvements; accéder aux rapports de vos examens d'imagerie médicale; consulter la liste des médicaments que vous avez reçus en pharmacie au cours des 5 dernières années et prendre rendez-vous avec un médecin de famille à l'aide du service Rendez-vous santé Québec.

CENTRE HOSPITALIER DE L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL (CHUM) - FICHES SANTÉ

<https://www.chumontreal.qc.ca/fiches-sante>

Ces fiches santé permettent aux patient(e)s et à leurs proches d'en savoir plus sur une foule de sujets, dont des tests médicaux, des problèmes de santé, des soins et des saines habitudes de vie. Elles sont le fruit d'une collaboration entre les expert(e)s du CHUM et l'équipe du Centre de littératie en santé.

CHOISIR AVEC SOINS

www.choisiravecsoin.org

Choisir avec soins est une campagne nationale pour la réduction des examens et des traitements inutiles en santé. Son site Web regorge d'informations en lien avec les traitements et la médication. Il offre des recommandations et ressources par spécialité à l'intention des professionnels de la santé et des patients. Des guides d'information destinés aux patients sont également disponibles sous l'onglet « Ressources patients ».

COALITION CANADIENNE DES ORGANISMES DE BIENFAISANCE EN SANTÉ – GUIDE DE SANTÉ PRATIQUE

<https://www.healthcharities.ca/fr/ressources/guide-de-sante-pratique/>

Le Guide de santé pratique a été rédigé pour aider les patients, les aidants naturels, les amis et les familles à gérer l'information sur le système de soins de santé canadien qui peut souvent désorienter. Le Guide contient des renseignements de base pour savoir comment parler d'un large éventail de questions aux personnes qui travaillent au sein du système.

COLLÈGE DES MÉDECINS DU QUÉBEC – PROTÉGER LE PUBLIC

www.cmq.org/hub/fr/services-au-public.aspx

La section « Protéger le public » du site Web Collège des médecins du Québec vous renseigne sur différents aspects des consultations avec un médecin (accès à un médecin, honoraires médicaux, plaintes, etc.) On peut également y trouver de l'information sur la profession médicale et sur le rôle des autres professionnels de la santé.

EXCELLENCE EN SANTÉ CANADA

Guide canadien de l'engagement des patients en matière de sécurité

<https://www.healthcareexcellence.ca/fr/ressources/guide-canadien-de-l-engagement-des-patients-en-matiere-de-securite/>

Le Guide canadien de l'engagement des patients en matière de sécurité vous est présenté en détails sur cette page web. Vous découvrirez à qui s'adresse ce guide, son but et son contenu. L'option de le télécharger vous y est également offerte.

Ressources pour les patients, résidents, clients et proches aidants

<https://www.healthcareexcellence.ca/fr/ressources/securite-lancez-la-discussion/ressources-pour-les-patients-residents-clients-et-proches-aidants/>

Vous trouverez sur cette page différentes ressources autour de la question de votre sécurité et de celle de vos proches.

FONDATION DES MALADIES DU CŒUR ET DE L'AVC – ÊTRE PARTENAIRE DANS VOS SOINS DE SANTÉ

<https://www.coeuretavc.ca/maladies-du-coeur/retablissement-et-soutien/etre-partenaire-dans-vos-soins-de-sante>

Cette section du site de la fondation Cœur & AVC fait un survol de ce qu'il faut savoir pour bien se préparer à un rendez-vous médical. Les conseils partagés peuvent s'appliquer à n'importe quel patient, peu importe sa condition médicale.

GOVERNEMENT DU QUÉBEC

Comprendre la vaccination

<https://www.quebec.ca/sante/conseils-et-prevention/vaccination/comprendre-la-vaccination>

Cette ressource vous offre un aperçu des divers aspects de la vaccination pour mieux en comprendre les enjeux. Vous y trouverez également des liens vers le Programme québécois d'immunisation et le calendrier de vaccination du Québec. Elle est particulièrement utile pour les personnes âgées ou celles atteintes de maladies chroniques, comme les affections pulmonaires, cardiaques, le diabète ou le cancer.

Info-Santé 811

www.quebec.ca/sante/trouver-une-ressource/info-sante-811/

En tout temps, vous pouvez parler à une infirmière d'un problème de santé non urgent en composant sans frais le 811. Il s'agit d'un service gratuit et confidentiel, disponible 24 heures sur 24.

Organisation des services

<https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/organisation-des-services/>

Cette page Web du Gouvernement du Québec présente un portrait de l'organisation des services au Québec ainsi que de l'information pertinente pour chaque service offert.

INSTITUT NATIONAL D'EXCELLENCE EN SANTÉ ET EN SERVICES SOCIAUX – NIVEAUX DE SOINS: PRENEZ PART À LA DISCUSSION

https://www.cisss-at.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2021/01/Niveaux-de-soins_Depliant_FR_VF.pdf

Ce dépliant vous donne des conseils sur comment prendre part à la discussion concernant les niveaux de soins que vous pourriez recevoir avec un professionnel de la santé. Le but est de faciliter la communication quand vient le temps de déterminer les soins et les traitements qu'une personne gravement malade souhaite recevoir, ou non.

INSTITUT POUR LA SÉCURITÉ DES MÉDICAMENTS AUX PATIENTS DU CANADA – MÉDICAMENTSSÉCURITAIRES.CA

www.ismp-canada.org/fr/dossiers/bulletins/

Les bulletins du site Web Médicamentssécuritaires.ca de l'ISMP Canada contiennent de l'information destinée aux consommateurs afin de faire la promotion de l'utilisation sécuritaire des médicaments dans tous les secteurs de la santé. Un de leur objectif est de formuler des recommandations pour prévenir les accidents liés à la médication.

LE MANUEL MERCK (VERSION POUR LE GRAND PUBLIC) – COMMENT TIRER LE MEILLEUR PARTI DES SOINS DE SANTÉ

<https://www.merckmanuals.com/fr-ca/accueil/fondamentaux/comment-tirer-le-meilleur-parti-des-soins-de-santé>

Cette page web vous offre de précieux conseils pour participer activement à ses soins de santé comme quand consulter son médecin, comment tirer le meilleur parti d'une consultation et l'enquête sur une maladie.

L'INSTITUT DE RECHERCHE DE L'HÔPITAL D'OTTAWA – OUTILS D'AIDE À LA DÉCISION POUR LES PATIENTS

<https://decisionaid.ohri.ca/francais/repertoire.html>

Le répertoire des outils d'aide à la décision est conçu pour vous aider à trouver un outil qui réponde à vos besoins.

ORDRE DES PHARMACIENS DU QUÉBEC – PROTECTION DU PUBLIC

<https://www.opq.org/protection-du-public/que-fait-lordre-pour-me-proteger/>

La section « Protection du public » du site Web de l'Ordre des pharmaciens du Québec permet de trouver un pharmacien, d'obtenir des conseils liés à la protection du public ainsi que de mieux connaître le rôle du pharmacien et ce que sont les soins pharmaceutiques.

Le blogue

<https://www.opq.org/blogue/>

On peut trouver sur le blogue de l'OPQ de nombreux articles en lien avec les soins pharmaceutiques.

RÉGIE DE L'ASSURANCE MALADIE DU QUÉBEC – CITOYENS

<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/assurance-maladie>

Le site Web de la RAMQ vous fournit de l'information sur l'assurance maladie, l'assurance médicaments, les programmes d'aide et les séjours hors Québec. Vous y trouverez les services disponibles en ligne ainsi que les formulaires nécessaires pour bénéficier des services offerts.

SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX QUÉBEC

Aide-mémoire : Ma santé, j'en prends soin

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2014/14-909-01F.pdf>

Cet aide-mémoire vous offre quelques conseils qui vous aideront à vous préparer aux rencontres avec les professionnels de la santé.

VITALITÉ – LA SANTÉ

<https://vitalite.uqam.ca/definitions/la-sante/>

Vitalité est un laboratoire de recherche sur la santé de l'Université du Québec à Montréal dont la mission est de contribuer à l'amélioration de la santé de la population, en produisant des connaissances scientifiques valides et pertinentes. Sous l'onglet « La santé » se trouvent des conseils et outils d'autogestion de la santé et de la dépression.

CONNAISSEZ-VOUS LA DÉPRESCRIPTION ?

La déprescription, c'est lorsqu'on réduit la dose d'un médicament ou qu'on cesse la prise d'un médicament. La déprescription vise à maintenir ou à améliorer la qualité de vie.

POURQUOI AVOIR RECOURS À LA DÉPRESCRIPTION ?

Les médicaments soulagent des symptômes, guérissent des maladies et peuvent même prolonger la vie. Toutefois, ils peuvent également causer des effets secondaires ou encore interagir entre eux, ce qui peut être néfaste pour la santé. Plus on augmente le nombre de médicaments que l'on prend, plus le risque d'effets néfastes augmente. Il est aussi important de savoir qu'en vieillissant, nous devenons plus sensibles aux effets des médicaments, ce qui accroît notre risque de souffrir d'un effet néfaste.

COMMENT ÇA FONCTIONNE ?

Pour toutes ces raisons, il est suggéré de faire réévaluer ses médicaments par un professionnel de la santé de façon régulière. Celui-ci pourra déterminer si les risques liés à la prise de médicaments sont plus importants que les bénéfices qu'ils apportent et si la déprescription est envisageable. **La déprescription est un processus planifié qui doit être accompagné et supervisé par un professionnel de la santé, que ce soit un pharmacien, une infirmière ou un médecin.**

Source : Réseau canadien pour la déprescription

RÉSEAU CANADIEN POUR LA DÉPRESCRIPTION

www.reseaudeprescription.ca

Le Réseau canadien pour la déprescription vous offre de l'information en lien avec l'utilisation sécuritaire des médicaments et des alternatives sécuritaires aux médications à risque d'effets néfastes. Des articles et ressources sur le sujet y sont proposés.

Information juridique

COMITÉ DES USAGERS DU CENTRE DE SANTÉ ET DE SERVICES SOCIAUX DE LAVAL

Les droits et les responsabilités

www.cucssslaval.ca/usager/les-droits-et-responsabilites-des-usagers

Sont regroupés sur cette page Web les différents droits en matière de santé et de bien-être au Québec ainsi que les responsabilités de chacun en la matière.

Une loi pour protéger vos droits

<http://collections.banq.qc.ca/retrieve/13906989>

Cette brochure vous explique les grandes lignes de la Loi sur les services de santé et les services sociaux. Elle permet aux usagers du système de santé de développer leur confiance et leur autonomie en améliorant la connaissance de leurs droits.

ÉDUCALOI – SANTÉ

www.educaloi.qc.ca/categories/sante

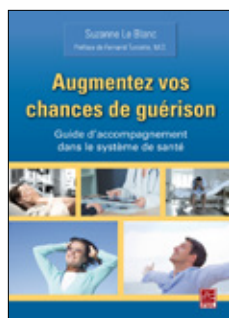
Cette section du site Web d'Éducaloi explique clairement les droits et obligations des médecins, des patients, des conjoints, des aidants, etc. lorsqu'il est question du système de santé québécois. Plusieurs thèmes sont abordés : interventions médicales, consentement aux soins, inaptitude et perte d'autonomie, etc.

VOS DROITS EN SANTÉ

www.vosdroitsensante.com

Site produit par un cabinet d'avocats qui s'adresse aux usagers de la santé et à leurs proches. Il offre de l'information complète sur le fonctionnement du système de santé, les droits de la personne sur son corps, les recours des usagers, etc.

SUGGESTIONS DE LECTURE



AUGMENTEZ VOS CHANCES DE GUÉRISON : GUIDE D'ACCOMPAGNEMENT DANS LE SYSTÈME DE SANTÉ

Suzanne Le Blanc. Québec : Presses de l'Université Laval, 2019, 130 p.

Après avoir surmonté l'épreuve d'une maladie jugée incurable et accompagné des personnes souffrantes, l'auteure a compris l'importance de posséder de solides connaissances de base en santé, en tant que patient, pour recevoir les soins les plus appropriés et, en conséquence, augmenter les chances de guérison.



PETIT GUIDE DE SURVIE DES PATIENTS FACE À LA BLOUSE BLANCHE

Lucile Sergent et Samuel Pouvereau. Paris : First éditions, 2019, 159 p.

Comment survivre au pays du soin, et avec quels outils ? Qui ne s'est jamais senti perdu ou troublé après une consultation médicale ? Patients et soignants ne parlent pas toujours le même langage, ce qui est source de beaucoup d'incompréhensions et parfois de souffrance. En fin d'ouvrage : un carnet de patient pour vous accompagner dans vos consultations.



LE GUIDE DE SURVIE DU PATIENT : DANS L'ENFER DU SYSTÈME DE SANTÉ

Yves Lamontagne. Montréal : Québec Amérique, 2017, 122 p.

Qui et où consulter ? Comment obtenir un rendez-vous ? Comment vous préparer à la consultation médicale ? Quel type de relation le médecin doit-il avoir avec vous et vous avec votre médecin ? Comment se servir de l'Internet pour trouver la bonne information médicale ? Que penser des médecines alternatives et des produits naturels ? Enfin, sommes-nous trop soignés ?



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LIRE ET COMPRENDRE SES ANALYSES MÉDICALES

Mary Liber. Monaco : Alpen éditions, 2017, 127 p.

Un guide pour décoder ses analyses sanguines car, être informé, c'est mieux se soigner.



VOTRE SANTÉ EST ENTRE VOS MAINS : CE QU'IL FAUT SAVOIR, CE QU'IL FAUT FAIRE

Martine Perez. Paris : Leduc.s éditions, 2017, 295 p.

Ce guide pratique propose des conseils pour soigner seul les maux du quotidien, choisir et utiliser les médicaments avec discernement et se maintenir en forme. Il donne également les outils permettant de repérer les signaux du corps pour lesquels un médecin doit être consulté.



GUÉRIR EST HUMAIN : POUR UNE PRESCRIPTION DE LA RELATION

Paul Grand'Maison et Jean Proulx. Montréal : Médiaspaul, 2016, 244 p.

Les auteurs de ce livre nous invitent à un regard croisé sur la souffrance à partir de leurs expériences respectives de patient et de médecin. Leur réflexion à deux voix s'adresse à ceux que la maladie éprouve comme à leurs proches, au personnel soignant comme aux étudiants et aux facultés de médecine. Elle saura convaincre qu'au cœur de l'épreuve et dans l'espoir de la guérison, l'être humain a un riche éventail de cartes à jouer.

 Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LA SANTÉ REPENSÉE : CESSEZ DE CHERCHER LA PILULE MIRACLE, AGISSEZ DIFFÉREMMENT

Gaétan Brouillard. Montréal : Les Éditions de l'Homme, 2015, 201 p.

Nous cherchons souvent le remède miracle à nos maux, la pilule qui permettrait d'enrayer rapidement nos symptômes. Il n'existe toutefois aucune solution « toute prête » pour nous prémunir contre les nombreuses maladies chroniques qui prolifèrent actuellement. Cela dit, le Dr Brouillard nous invite à prendre notre santé en mains en adoptant une vision globale qui réconcilie le corps, le cœur et l'esprit. En s'appuyant sur la recherche scientifique, il bouleverse notre perception du corps et de ce qui l'entoure en démontrant à quel point notre mode de vie, notre environnement, nos dispositions émotives ou mentales et même nos pratiques spirituelles influent sur notre bien-être au quotidien. Puisant autant dans la médecine occidentale que dans la sagesse ancestrale et les traditions orientales, il suggère des pistes de solutions pour prévenir la maladie et augmenter la vitalité.



Aussi disponible sur [Pretnumerique](#)



LE PATIENT ET LE MÉDECIN

Marc Zaffran. Montréal : Presse de l'Université de Montréal, 2014, 256 p.

S'appuyant sur des exemples tirés des contextes français et québécois, Marc Zaffran a voulu aller au fond de cette question, qu'il a souvent abordée dans ses différents ouvrages : comment la relation entre patient et médecin peut-elle cesser d'être un rapport de force et devenir, pleinement, une relation de soin – c'est à dire d'entraide, de soutien et de partage.

LA CULTURE ACCESSIBLE À TOUS

BAnQ propose une panoplie de services adaptés gratuits à distance et à la Grande Bibliothèque.

Ces services s'adressent à tous les résidents québécois vivant avec une incapacité liée à la mobilité, à l'agilité, à l'audition, à la parole, à la vision, à l'apprentissage ou aux facultés intellectuelles, peu importe leur âge.

- Des livres adaptés, sonores ou en braille, des livres en gros caractères, des vidéos sous-titrées pour malentendants ou en vidéo-description et plus encore!
- Un service d'information et de référence téléphonique offert par du personnel expérimenté.

Abonnement et information
à **banq.qc.ca**



Photo : iStockphoto

GRANDE
BIBLIOTHÈQUE



Bibliothèque
et Archives
nationales

Québec



NOTES

[illegible]

NOTES

[illegible]



1453, RUE BEAUBIEN EST, BUREAU 215, MONTRÉAL, QUÉBEC H2G 3C6
514 279-0550 | WWW.ABPQ.CA | INFO@ABPQ.CA