

# 2026



## Passer de l'intention à l'action : construire une offre inclusive en loisir culturel

Nom du réseau :

Delta\_Conférence

Mot de passe : delta123



Marie-Michèle Duquette et Frédéric Simon, Association  
québécoise pour le loisir des personnes handicapées (AQLPH)

Québec 



# Programme aujourd'hui



1. Quiz des caractéristiques
2. Exercice : Persona
3. Expérience inclusive de loisir
4. Exercice : stratégies inclusives
5. Conclusion





# Nos instances régionales responsables du loisir des personnes handicapées (IRLPH)



2026



Québec

# Notre mission



L'AQLPH regroupe, concerte, représente et outille les acteurs clés des différentes régions du Québec œuvrant à l'accessibilité aux loisirs pour les personnes handicapées en se positionnant comme leader et facilitateur.



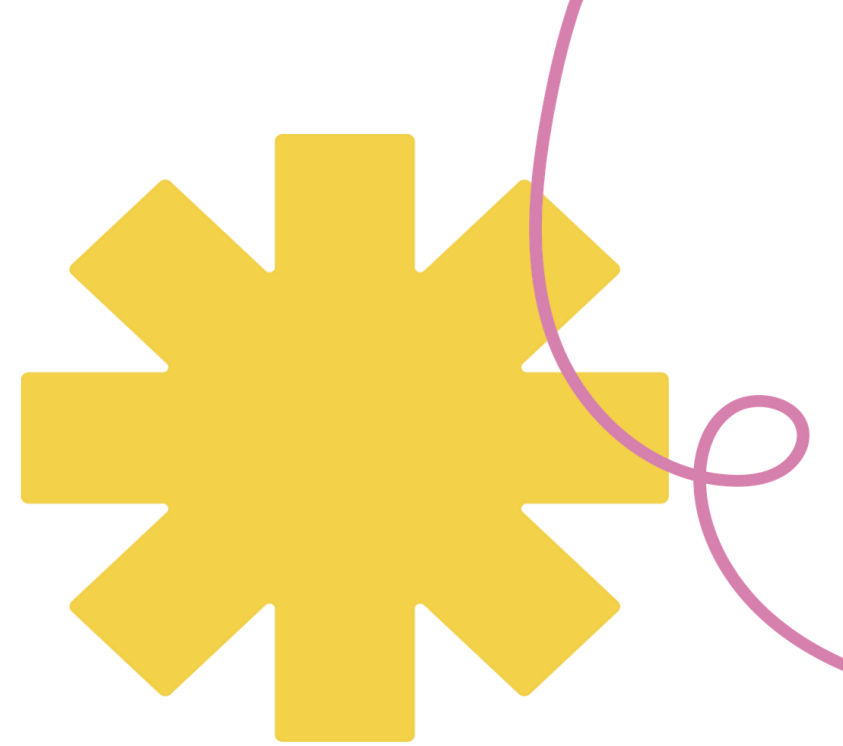
# Scoop !

Nous ne sommes pas des experts de  
votre milieu...

Mais vous oui !



# 1. Quiz des caractéristiques





1.

Quel est le % de personnes handicapées de 15 ans ou plus au Québec?

1. 15 %

2. 21 %

3. 37 %

4. 48 %





1.

Quel est le % de personnes handicapées de 15 ans ou plus au Québec?

21 % des Québécoises et Québécois âgés de 15 ans et plus vivent avec au moins une incapacité. Les incapacités les plus répandus sont liées :

- À la douleur
- À la flexibilité
- À la mobilité





2. Quel est le % de personnes handicapées qui se déplacent en fauteuil roulant?

- 1. 2 %
- 2. 10 %
- 3. 20%
- 4. 50%





2. Quel est le % de personnes handicapées qui se déplacent en fauteuil roulant?

2 % des personnes handicapées sont en fauteuil roulant et 80 % ont un handicap invisible.





# 3.

Que signifie “handicap invisible” ?

1. Un handicap invisible est bien présent, mais on ne le perçoit pas au premier contact.
2. Un handicap invisible est un handicap qui n'existe que dans la tête de la personne.
3. Un handicap invisible est bien présent, mais existe seulement aux yeux de certaines personnes





# 3.

Que signifie “handicap invisible” ?

Un handicap invisible est bien présent, mais on ne le perçoit pas au premier contact. Il amène des besoins variés et peut faire référence à plusieurs diagnostics. Parmi les exemples de handicaps invisibles, on trouve la douleur chronique, le diabète, des troubles de santé mentale, les troubles d'apprentissage, le TDAH et le trouble du spectre de l'autisme.





4.

Quels sont les 2 principaux obstacles vécus par les personnes handicapées ?

1. Obstacles liés à la compréhension et des obstacles physiques
2. Obstacles physiques et liés à la communication
3. Obstacles liés à la communication et liés aux préjugés
4. Obstacles physiques et liés aux activités en ligne





4.

Quels sont les 2 principaux obstacles vécus par les personnes handicapées ?

2. Obstacles physiques et liés à la communication



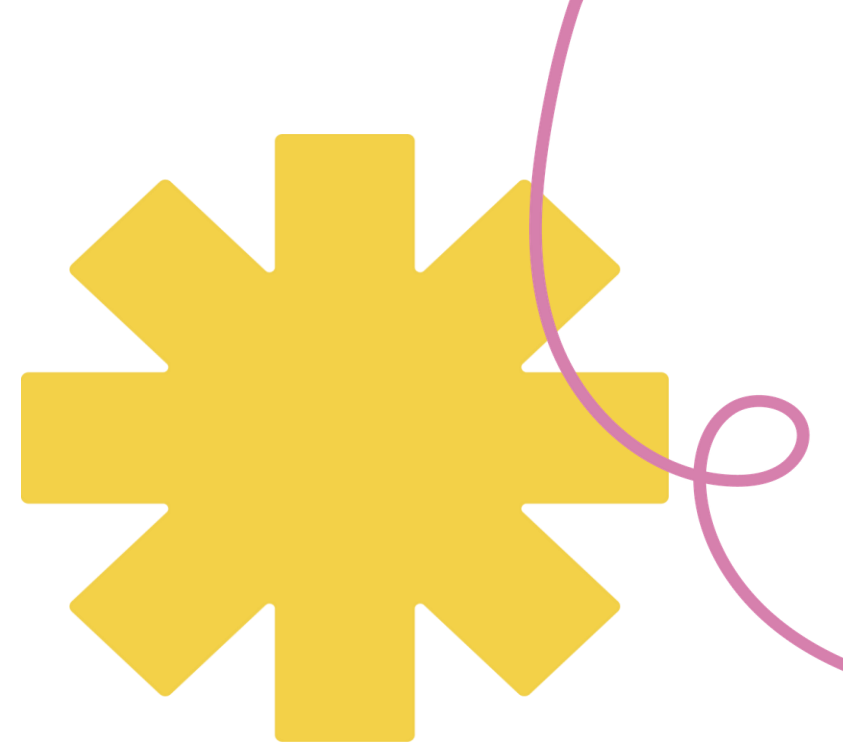
# Principaux obstacles à l'accessibilité



- Caractéristiques des espaces publics intérieurs ou extérieurs, comme les entrées ou les sorties d'immeubles et les trottoirs (56 %)
- Obstacles liés à la communication (48 %)
- Obstacles liés aux comportements, aux fausses idées ou aux suppositions (37 %)
- Obstacles liés aux activités en ligne (17 %)



# 2. Exercice : Persona

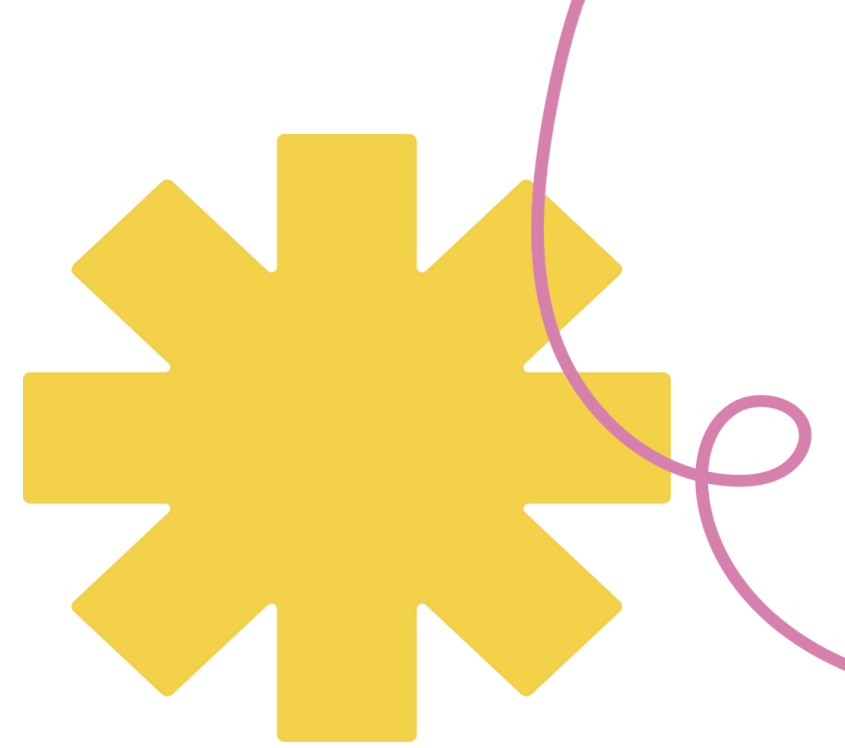


# Directives

- 15 minutes
- En équipe de 2 ou 3 personnes
- En vous basant sur vos connaissances d'équipe
  
- Créer un persona (sa personnalité, son handicap, ses intérêts, ses besoins, ses aptitudes, ...). Il doit obligatoirement avoir un handicap invisible.

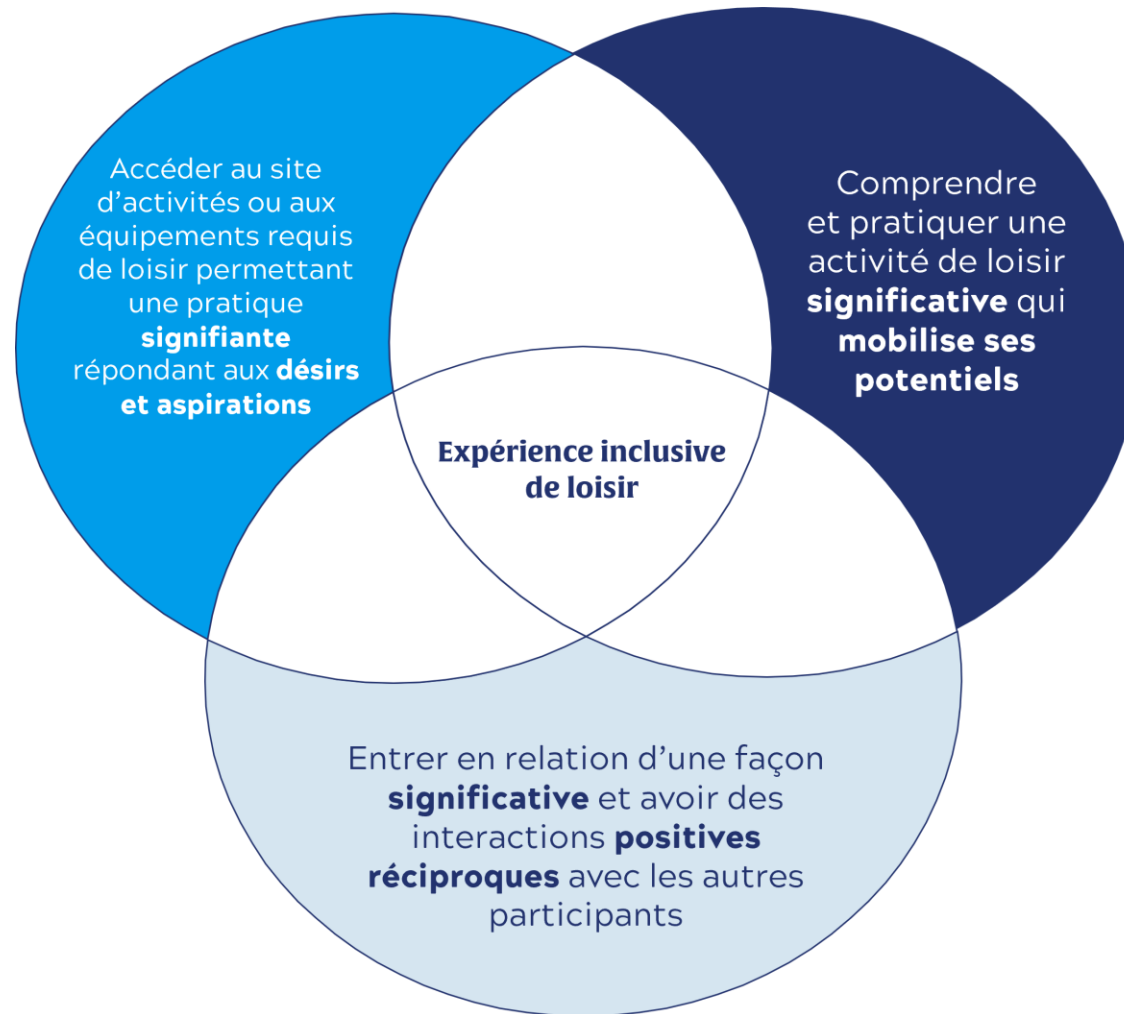


# 3. Expérience inclusive de loisir



# Expérience inclusive de loisir

Carbonneau, Cantin et St-Onge (2015)



2026



# Expérience inclusive de loisir

Carbonneau, Cantin et St-Onge (2015)



- Connaître et faire connaître les sites accessibles.
- Connaître et utiliser les adaptations disponibles (équipements adaptés, facilités accessibles, ...).
- Maximiser l'accessibilité sur et entre les sites d'activités.
- Optimiser la signalisation.
- Optimiser les déplacements.
- Miser sur l'autonomie de la personne selon ses besoins.

2026



Québec 

# Expérience inclusive de loisir

Carbonneau, Cantin et St-Onge (2015)



- Prendre en compte les potentiels et les aspirations des participants.
- Mettre en valeur une diversité de potentiels (sociabilité, créativité, habiletés physiques, connaissances, etc.).
- Rechercher un équilibre entre défi et potentiel pour éviter tant l'échec que l'ennui et ce pour tous les participants.
- Adapter le matériel existant ou en faire un usage adapté.
- Varier le déroulement des activités "standard".



# Expérience inclusive de loisir

Carbonneau, Cantin et St-Onge (2015)



- Utiliser des méthodes de communication variées.
- Connaître les différentes techniques pour une communication efficace et positive.
- Proposer plusieurs méthodes de communications.
- Sensibiliser les participants à la différence.
- Développer des compétences des animateurs pour gérer la différence.
- Appliquer un code de vie propice à l'inclusion (respect, écoute de l'autre, reconnaissance des capacités, etc.).



# 4 éléments à considérer



Environnement physique  
et matériel

Modalités d'animation  
et de fonctionnement

Environnement humain

La personne





## Éléments à considérer en lien avec l'environnement physique et matériel

- Le choix du matériel
- Les adaptations disponibles
- L'orientation sur le site d'activités et entre les sites d'activités

## Éléments à considérer en lien avec les modalités d'animation ou de fonctionnement

- Les périodes de déplacement et de transition
- Les modalités de communication
- La gamme d'activités

## Éléments à considérer en lien avec l'environnement humain

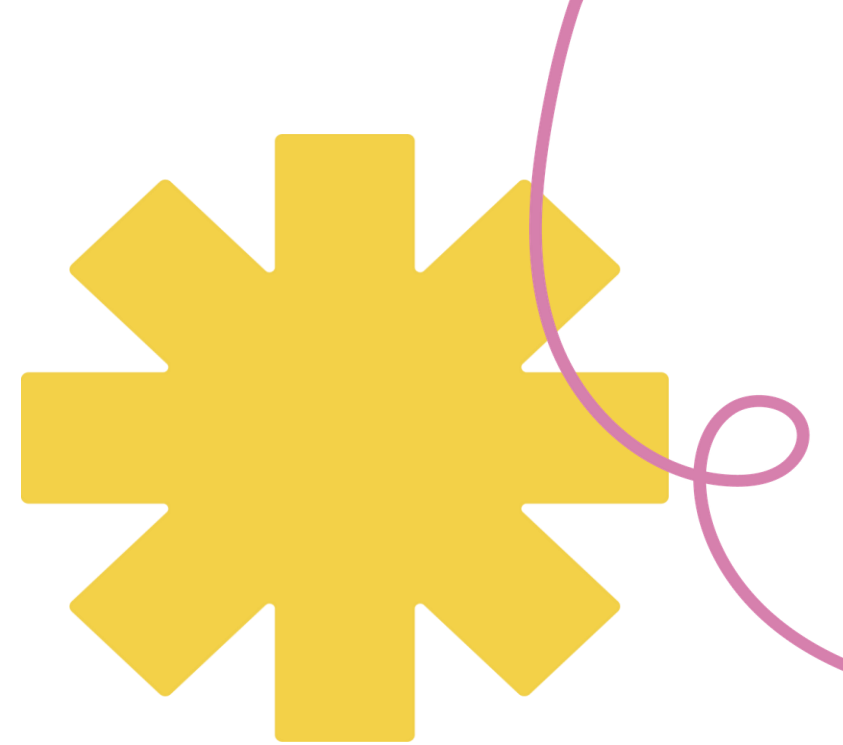
- Sensibilisation
- Relations positives
- Modalités de pratique

## Éléments à considérer en lien avec la personne

- Intérêts et passions
- Habitudes et besoins



# 4. Exercice : stratégies inclusives



# Directives



- 15 minutes
  - Avec la même équipe que l'exercice précédent
  - En vous basant sur vos récents apprentissages et vos connaissances
1. Choisir une activité culturelle de votre choix
  2. Préparer l'activité pour la rendre inclusive pour votre persona en mettant en place trouvant 3 stratégies inclusives dans votre activité



# Activités culturelles



Visite au musée

Concert de musique

Atelier d'arts plastiques

Visite à la bibliothèque



# Retour de l'exercice



- Déléguez une personne porte-parole de l'équipe
- Partagez vos stratégies inclusives



# Informations pertinentes !

## Carte accompagnement loisir

- Gratuité à la personne accompagnatrice dans différents milieux partenaires
- [carteloisir.ca](http://carteloisir.ca)



LAISSEZ-PASSER LOISIR  
POUR **MON** ACCOMPAGNATEUR

## Formation pour un loisir culturel inclusif

- 6 heures
- En Ligne
- 19 et 26 mai de 9h00 à 12h00
  
- Édition musée avec la Société des musées du Québec les 8 et 9 avril de 9h00 à 12h00



# Pour conclure

- Cheminement de réflexion et d'interrogation
- L'essence de cet atelier :
  - Vision positive de l'inclusion et de la personne handicapée
  - Réduire les obstacles de la participation sociale
  - Processus de bonification



# Pour nous joindre

Marie-Michèle Duquette

Direction de la formation et du service-conseil

formation@aqlph.qc.ca

819 693-3339 poste 105

Frédérik Simon

Chargé de projet programme

projet@aqlph.qc.ca

819 693-3339 poste 1056

aqlph.qc.ca

2026



Québec 

# MERCI!

Merci de bien vouloir répondre au sondage de satisfaction.  
Vos commentaires sont les bienvenus.



Québec 

