

Mot de la personne responsable – fait par Steve

Introduction :

De la petite enfance jusqu'à l'âge adulte, chaque personne passe par différentes étapes importantes. Pendant ces moments, les parents accompagnent leurs enfants du mieux qu'ils peuvent pour qu'ils soient heureux et bien. Toutes les familles vivent des étapes qui se ressemblent, par exemple quand vient le temps d'aider son enfant à jouer, à dormir, à suivre une routine ou à entrer en service de garde. Toutefois, si votre enfant a des besoins spéciaux, ces étapes peuvent prendre plus de temps et demander des outils adaptés.

Dans ce guide, vous découvrirez l'histoire d'Alex, qui vit certains défis. Son parcours pourrait ressembler à ce que vous et votre enfant vivrez.

Le guide est divisé en plusieurs sections. Au début de chaque partie, vous retrouverez Alex à un moment précis de sa vie. Vous aurez ensuite des suggestions de marches à suivre, des explications, des conseils, des outils et des ressources pour vous soutenir à mieux aider votre enfant.

On espère que le guide répondra à des questionnements et saura vous accompagner dans chacune des étapes de vie de votre famille!

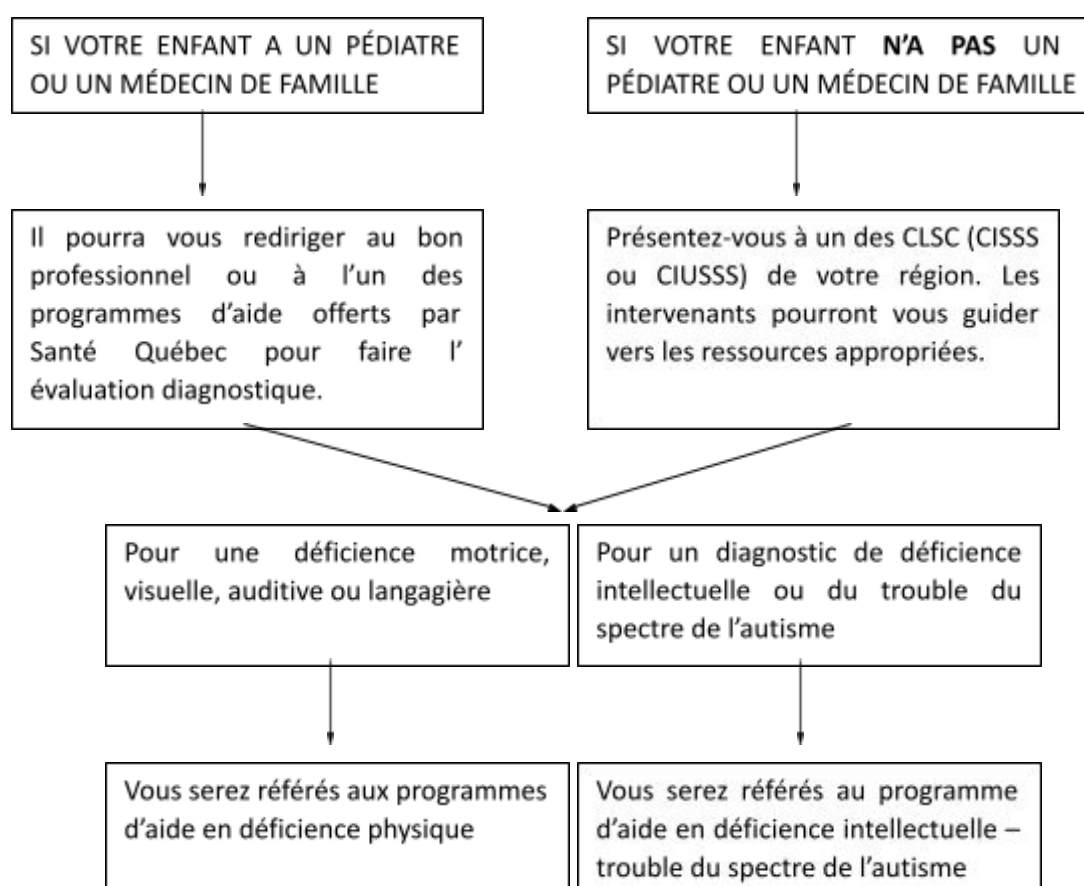
Section 1 : Diagnostic

Alex présente plusieurs défis dans son quotidien et ne se développe pas au même rythme que les autres enfants de son âge. Vous vous questionnez à savoir s’il n’y a pas un diagnostic qui peut aider à expliquer sa réalité.

Il faut savoir qu’un diagnostic peut être donné selon plusieurs chemins possibles : pendant la grossesse, à la naissance, après un accident ou même après s’être développé dans le temps.

Si le diagnostic n’a pas encore été fait, vous devrez passer par un processus d’évaluation. Cette section donne les démarches à suivre pour obtenir un diagnostic, les façons de se préparer à son annonce et des ressources et aides financières pouvant vous aider.

Les démarches à suivre pour l’obtention d’un diagnostic



Il existe aussi le programme Agir Tôt, qui permet de déterminer si des services sont nécessaires pour répondre aux besoins de l’enfant. Ce programme est gratuit, offert par le CLSC de votre région et disponible pour l’enfant âgé de 0 à 5 ans. Consultez le <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/developpement-des-enfants/outils-ressources-developpement-enfants/programme-agir-tot-depister-tot-pour-mieux-repondre-aux-besoins-de-s-enfants#c48947>.

Comment me préparer à l'annonce d'un diagnostic chez mon enfant ? (ConnectAbility.ca, s.d)

Avant l'annonce du diagnostic, vous pouvez guider les professionnels de la santé en leur donnant des observations et des informations sur le fonctionnement de votre enfant. Voici comment vous préparer :

- Pensez aux questions que vous souhaitez poser avant le rendez-vous médical.
- Lors du rendez-vous, demandez des précisions au professionnel afin de bien comprendre les besoins de votre enfant.
- Écrivez les informations à retenir, demandez d'enregistrer la conversation ou demandez l'accès au dossier.
- Demandez à un de vos proches de vous accompagner lors du rendez-vous.
- Demandez au professionnel de la santé des services de soutien, pour vous ou votre enfant.
- Si vous avez des doutes sur le diagnostic, n'hésitez pas à obtenir l'avis d'un deuxième professionnel.

Le diagnostic : mon vécu émotif (AQPEHV, s.d. ; ConnectAbility.ca, s.d.)

Aucun parent n'est prêt à apprendre que son enfant est différent. Quand cela arrive, les parents peuvent vivre un choc ou de la tristesse parce que leur enfant n'est pas comme ils l'imaginaient. Ce que vous vivrez ressemblera à ce que beaucoup d'autres familles vivent. Il y a des étapes normales à traverser :

1. Le choc

Quand vous recevez le diagnostic, c'est normal de ressentir des émotions comme la colère, la tristesse ou la confusion. Parfois, on peut avoir l'impression de ne rien ressentir et ne pas y croire.

2. La négation

Après le choc, il arrive que l'on refuse de croire à la réalité. C'est une façon pour le corps et l'esprit de se protéger. Certains parents cherchent un deuxième avis pour être rassurés.

3. La détresse

Peu à peu, vous réalisez la nouvelle réalité. Vous pouvez vous sentir impuissants, craindre l'avenir ou craindre que votre enfant vive du rejet ou des difficultés. Ces émotions sont normales.

4. L'adaptation

Avec le temps, les émotions changent. Vous commencez à moins comparer votre enfant aux autres et à chercher des ressources pour vous soutenir et l'aider au quotidien.

5. La réorganisation

Vous vous impliquez activement dans la réadaptation. Vous mettez en valeur les forces et les réussites de votre enfant et ajustez vos attentes selon ses capacités.

En tant que parent, il est important de prendre soin de soi avec toutes les émotions vécues. C'est normal que le processus soit rempli de hauts et de bas, alors il est essentiel de rester fort. Rappelez-vous que vous devez respecter votre rythme. C'est à travers ce processus que vous retrouverez l'équilibre, un jour à la fois ! Rappelez-vous que la réalité d'aujourd'hui n'est pas celle de demain.

Quelques ressources pour soutenir les parents sont à la fin de cette section. Consultez la section 3 pour aller plus loin sur le sujet!

Quand parler du diagnostic avec mon enfant ? (Attwood, 2008 ; Bernasconi et Rudelli, 2023)

Lorsqu'il est temps de parler du diagnostic avec Alex, il est important que ce soit une expérience positive. Il vaut mieux en parler tôt pour l'aider à mieux se connaître.

Quand?	<p>Quand Alex commence à poser des questions sur ses différences ou à se donner des étiquettes négatives.</p> <p>Le moment exact dépend de chaque parent et de chaque enfant, mais c'est mieux de le faire quand il montre de la curiosité sur ce qu'il vit au quotidien.</p>
Comment ?	<p>Parlez de ses qualités et de ses différences, sans parler de diagnostic au début. Mettez en valeur ce qu'il fait bien et discutez des traits qui peuvent être autant des forces que des défis (ex. : être très bon sur un sujet précis).</p> <p>Utilisez des mots simples pour expliquer son fonctionnement, son niveau d'énergie, sa sensibilité, sa façon d'apprendre ou son niveau d'attention. Aidez-le à réfléchir à qui il souhaite parler du diagnostic en utilisant un cercle pour montrer les personnes proches et moins proches.</p>

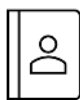


RESSOURCES – GÉRER LES INFORMATIONS LIÉES AU DIAGNOSTIC

La quantité d'informations reçues après l'annonce du diagnostic peut devenir importante et il peut être difficile de toutes les partager à tous les membres impliqués pour prendre soin de l'enfant. Il existe des outils pour aider les parents à gérer plus facilement toutes ces informations au même endroit.

NOM	DÉFINITION	COÛT	SITE WEB
CLASS	<p>Plateforme <u>100% gratuite</u> qui aide les parents et les intervenants à partager et à suivre les informations de santé de l'enfant. Elle permet de créer un profil pour chaque enfant. Les informations enregistrées sont : problèmes de santé, traitements, dates de rendez-vous médicaux.</p> <p>Ainsi, tout le monde impliqué peut accéder facilement et en toute sécurité aux informations nécessaires</p>	GRATUIT	https://classs.ca/

	pour mieux soutenir l'enfant dans son développement.		
Agenda Google	Agenda numérique pouvant être facilement consultable sur un appareil intelligent ou un ordinateur.	GRATUIT	https://workspace.google.com/intl/fr/products/calendar/
À petits pas	Application numérique <u>payante</u> développée par CASIOPE et Amisgest. Permet aux parents de décrire leur enfant, de communiquer avec le personnel éducateur et même de recevoir des photos de son enfant dans le milieu.	ABONNEMENT PAYANT (régulier ou premium)	https://casiope.org/application-a-petits-pas/
Planitou	Plateforme qui les services de garde, les écoles ou les services de loisirs à échanger des renseignements avec les parents de façon sécuritaire (ex : activités prévues, observations, état de santé, etc.). Vous pouvez vérifier si les intervenants que vous côtoyez utilisent cet outil.	ABONNEMENT PAYANT	https://www.planitou.ca/



RESSOURCES – DIAGNOSTIC

Plusieurs auteurs proposent des livres, des bandes dessinées, des sites web et même des coordonnées d'organismes pour être aidés à faire face à l'annonce du diagnostic.

NOM	DÉFINITION	POUR QUI ?	SITE WEB
Guide info-famille	Proposé par le Centre hospitalier universitaire de Sainte-Justine. Offre plusieurs ressources (lecture, sites web, coordonnées d'organismes).	Les adultes et les enfants	https://enseignement.chusi.org/fr/bibliotheques/les-Ressources/Guide-Info-famille.aspx?No deAlias=Annonce-du-diagnostic-difficile
Livres écrits par Francine Ferland	Mme Francine Ferland est une ergothérapeute et professeure qui a écrit plusieurs ouvrages, donnant notamment des trucs pour que les parents accompagnent leur enfant.	Les adultes et les enfants	https://www.editions-chu-sainte-justine.org/catalogue/auteurs/francine-ferland-46.html
Éditions Midi trente	Plateforme publiant des livres et des outils d'intervention pour aider les parents à accompagner leurs enfants	Les adultes et les enfants	https://www.miditrente.ca/fr
Éditions Boomerang	Mme Brigitte Marleau est une éducatrice spécialisée ayant publié des livres illustrant des défis vécus par des enfants.	Les enfants	https://boomerangjeunesse.com/brigitte-marleau/

L'Accompagnateur	Plateforme qui aide les parents à trouver des informations utiles et qui les dirige vers les bonnes références selon le profil de leur enfant (ex : âge, défi particulier) et leur région.	Les adultes	https://laccompagnateur.org/dossiers/annonce-du-diagnostic
------------------	--	-------------	---



RESSOURCES – SOUTIEN AUX PARENTS

Il existe des ressources pour que les parents soient soutenus dans leur réalité familiale et la défense des droits de leur enfant vivant des défis.

NOM	DÉFINITION	SITE WEB
Regroupement d'organismes de personnes handicapées	Vise à défendre les droits et les intérêts d'une personne vivant des défis (ex : déficience au niveau sensoriel, moteur, intellectuel, langagier ou autisme).	https://www.ropchq.com/# https://ropphmauricie.net/
Fédération québécoise des organismes communautaires Famille	Offre un accompagnement aux parents et soutient leur vie en communauté. Agit notamment en représentant les parents auprès du gouvernement pour les aider à améliorer leurs conditions de vie malgré les défis.	https://fqocf.org/



RESSOURCES – REVENUS

Il existe des ressources pour que vous soyez accompagnés à obtenir des aides financières pour subvenir aux besoins de votre enfant (ex. : obtenir des prestations, des services ou des remboursements de dépenses).

NOM	DÉFINITION	SITE WEB
Fiche parent de la Fédération québécoise de l'autisme	Résumé des allocations possibles et des droits d'un enfant âgé entre 2 à 21 ans.	https://www.autisme.qc.ca/wp-content/uploads/2023/04/Mode_Emploi_Age_2019.pdf
Supplément pour enfant handicapé	Aide financière offerte par le Gouvernement du Québec aux familles d'un enfant dont la déficience le limite beaucoup à réaliser ses activités quotidiennes et dont la durée de la déficience est d'au moins 1 an. Un supplément de plus peut aussi être offert pour l'enfant handicapé qui nécessite des soins exceptionnels	https://www.retraitequebec.gouv.qc.ca/fr/enfants/enfant-handicape/ape/Pages/enfant-handicape.aspx
Supplément pour enfant handicapé	Aide financière offerte aux familles d'un enfant âgé de moins de 18 ans selon 3 situations possibles (présente des	https://www.retraitequebec.gouv.qc.ca/fr/enfants/enfant-handicape/seh-necessitant-soins-excep

nécessitant des soins exceptionnels	incapacités importantes ou multiples, a besoin de soins médicaux complexes ou présente une maladie grave et chronique).	tionnels/Pages/seh-necessitant-soins-exceptionnels.aspx
Prestation pour enfants handicapés	Versement mensuel non imposable offert par le Gouvernement du Canada aux familles d'un enfant de moins de 18 ans ayant une déficience grave et prolongée.	https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/prestation-enfants-handicapes.html
Programme de soutien aux familles	Allocations directes versées aux familles résidant avec une personne vivant avec une déficience physique, intellectuelle ou l'autisme et qui s'en occupent tous les jours. Peut rembourser : services de répit, gardiennage, dépannage, appui aux tâches.	https://www.quebec.ca/sante/systeme-et-services-de-sante/aide-techniques-deficiences-et-handicaps/programme-soutien-aux-familles
Services de soutien à domicile	Prestation de services de soutien à domicile via l'allocation directe (montant forfaitaire ou chèque emploi-service)	https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/inaptitude-perde-autonomie/services-soutien-domicile
Autres fondations	Aides financières pouvant s'ajouter à celles offertes par le gouvernement. Elles varient en fonction des besoins de votre enfant et de votre réalité familiale	https://www.repertoirefondations.ca/

Une fois que le diagnostic de l'enfant est connu et qu'il aide à comprendre ses défis, il est temps de s'intéresser aux forces de l'enfant et aux options possibles pour le soutenir. C'est ce que vous pourrez approfondir dans la section 2!

Section 2 : Accompagner et soutenir l'épanouissement de l'enfant

Maintenant qu'Alex a reçu son diagnostic, les défis quotidiens font plus de sens. Le but ensuite est de cibler ses forces pour l'aider à s'adapter, à s'épanouir et à vivre une vie agréable en famille.

Vivre chaque jour avec mon enfant : des défis qui deviennent des réussites

Activités du quotidien (Selman et Dilworth, 2023)

Les routines à la maison sont très importantes pour Alex et les enfants à besoins particuliers. Elles aident l'enfant à se sentir en sécurité et à mieux comprendre ce qui vient ensuite. Les moments du quotidien, comme les repas, le jeu ou le coucher, sont aussi de belles occasions de créer de la connexion et du plaisir en famille. En répétant les mêmes activités, l'enfant développe peu à peu son autonomie, sa confiance et ses habiletés. Les routines doivent être adaptées à l'âge et aux capacités de chaque enfant : simples pour les plus jeunes, plus flexibles pour les plus grands. L'important est qu'elles soient réalistes, positives et qu'elles favorisent le bien-être de toute la famille.

- **Sommeil** : Se coucher et se lever à la même heure chaque jour aide l'enfant à mieux dormir et à se sentir en sécurité
- **Repas** : Manger à des heures régulières et dans un endroit calme aide l'enfant à prendre de bonnes habitudes
- **Hygiène** : Des gestes simples comme se laver les mains avant de manger ou se brosser les dents avant de dormir aident l'enfant à devenir plus autonome

Montrer à l'enfant ces routines l'aidera à s'adapter. D'ailleurs, quand il sera au service de garde, le changement sera plus facile parce qu'il connaîtra déjà ces routines.

Conseils pratiques :

- **Soyez patient et ouvert** : Les routines doivent suivre le rythme de l'enfant. Il est normal de faire des changements selon ses besoins.
- **Suggérez des activités qu'il peut faire** : Faites des activités que l'enfant peut faire avec votre soutien (ex. : sortir le linge de la sècheuse).
- **Tenez compte de ses intérêts** : Proposez des activités que l'enfant aime.
- **Montrez les routines avec des images** : Des photos ou des dessins, objets, gestes, peuvent aider l'enfant à mieux comprendre ce qu'il doit faire.

Pour trouver des affiches et des pictogrammes à imprimer ou à découper pour votre enfant, consultez le <https://blogueapart.com/2020/08/22/ma-routine/>.

Stimulation parentale (Laverdure et Beisbier, 2021; Educazen, 2024)

La petite enfance est une période très importante pour le développement de l'enfant. Les parents ont un grand rôle à jouer. Ils aident leur enfant à apprendre et à grandir.

- **Jouez en famille** : En jouant ensemble, l'enfant apprend à communiquer. Ce moment vous permet aussi de voir ses progrès et son développement, tout en lui donnant un espace sécurisant et plaisant.
- **Utilisez des jeux variés** : Vous aidez l'enfant à devenir créatif et autonome.

- **Activités de tous les jours** : Faites participer l'enfant à des choses simples, comme ranger ses jouets ou aider à préparer le repas. Ça l'aide à devenir plus autonome et à avoir confiance en lui.
- **Participez aux sorties en famille** : Faites participer l'enfant à des activités comme aller à l'épicerie ou assister aux rencontres familiales. Permettez-lui de discuter avec les autres, en vous assurant que ses besoins sont respectés (ex : être dans une pièce calme au besoin).
- **Stimuler les sens** : Si l'enfant a des difficultés avec un sens (comme la vue), utilisez ceux qui fonctionnent bien. Par exemple, un enfant qui ne voit pas bien peut découvrir le monde avec ses mains (le toucher) ou ses oreilles (le son). Voici d'autres idées pour stimuler l'enfant :

VOLET	EXEMPLES
MOTRICITÉ	-Inventer un parcours qui amène l'enfant à monter, descendre ou marcher en équilibre -Utiliser des modules comme une balançoire -Jouer avec des blocs ou des ballons
TOUCHER	-Cacher des objets de différentes textures dans un sac et utiliser seulement une main pour deviner les objets cachés
VISION	-Jouer à des jeux de mémoire -Utiliser une loupe pour voir les détails -Jouer avec des tubes sensoriels et colorés
OUIË	-Jouer à la cachette en faisant du bruit -Faire jouer de la musique

Tableau résumé des propos de Harvey-Miville et al., 2019

Conseils pratiques :

- **Encouragez l'exploration** : Laissez l'enfant découvrir de nouvelles activités dans un endroit sécuritaire.
- **Utilisez des outils adaptés** : Des jouets éducatifs ou des applications interactives peuvent aider l'enfant à apprendre et à se développer.
- **Permettez l'erreur** : Laissez l'enfant faire des erreurs pour lui permettre de faire des apprentissages
- **Laissez-le apprendre** : Montrez-lui à respecter les règles du jeu, à ne pas tricher, à apprendre à gagner ou à perdre sans se fâcher, à être patient et à jouer respectueusement avec les autres
- **Travaillez avec un thérapeute** : Collaborez avec des professionnels (ergothérapeutes, orthophonistes) pour mettre en place des activités adaptées aux besoins de l'enfant (ex. : exercices de motricité fine ou des jeux pour stimuler le langage).

Pour réussir à faire face aux adaptations qui sont nécessaires pour aider l'enfant dans sa réalité, les parents doivent aussi apprendre à prendre soin d'eux et obtenir de l'aide pour le faire. C'est ce que vous pourrez approfondir dans la section 3!

Section 3 : Soutien aux parents (Samsell et al., 2022; Asbjørnslett et al., 2015; Child Mind Institute, 2025, UNICEF, s.d.)

S'occuper d'un enfant avec des besoins particuliers peut comporter de nombreux défis. Il est essentiel que le parent reçoive du soutien pour ne pas s'épuiser et mieux accompagner son enfant. Voici des propositions :

- **Groupes de soutien (en ligne ou en présence)** : Pour partager des expériences et recevoir des conseils.
- **Ressources locales** : Se renseigner auprès des services de santé, des écoles et des organismes communautaires
- **Aides financières** : Pour avoir accès à un soutien financier pour les familles d'enfants avec des besoins particuliers auprès de programmes gouvernementaux ou communautaires
- **Organismes de répit (dans chaque région)** : Pour avoir un temps d'arrêt pour vous-même.



RESSOURCES – SOUTIEN

Il existe des ressources pour soutenir les parents dans leur vie de famille selon leur nouvelle réalité. Il y a même des groupes de parents où vous pouvez partager vos expériences et être aidés par des gens qui vivent des situations similaires.

NOM	DÉFINITION	COMMENT Y ACCÉDER
Adaptavie	Offre des activités sportives et récréatives adaptées pour les enfants ayant des besoins particuliers.	https://www.adaptavie.org/
Appui proche aidants	Répertoire de ressources à trouver près de chez vous pour des groupes de soutien, des services de répit ou des aides à domicile.	https://www.lappui.org/fr/
Fédération québécoise de l'autisme	Offre du soutien, des ressources et des informations aux familles d'enfants autistes.	https://www.autisme.qc.ca/ressources/
Info-Social 811	Permet de discuter gratuitement et de façon confidentielle à un intervenant. Disponible 24h/24, 7 jours sur 7.	Composez le 811 sur le téléphone.
Office des personnes handicapées du Québec	Fournit des informations et des ressources pour les personnes handicapées et leurs familles.	https://www.ophq.gouv.qc.ca/
Parents jusqu'au bout	Offre du soutien aux parents d'enfants ayant des besoins particuliers, notamment du trouble du spectre de l'autisme (TSA).	https://www.parentsjusquaubout.com/
Solidarité de parents de personnes handicapées	Offre du soutien aux parents selon les besoins (ex : répit) et des solutions. Peut référer vers d'autres organismes au besoin.	https://www.spph.net/fr/nos-programmes/soutien-aux-parents/

Répit Québec	Répertoire d'organismes qui offrent du répit aux proches aidants de personnes handicapées.	https://www.repitquebec.ca/
--------------	--	---

En prenant soin de vous en tant que parent, vous pourrez encore mieux prendre soin de votre enfant, par exemple en étant plus patients ou en ayant plus d'énergie quand vous êtes avec lui. Voici quelques conseils pratiques :

- **Prenez soin de vous** : Accordez-vous du temps pour vous reposer et vous ressourcer en faisant ce qui vous fait du bien. Ex. : Prenez un bain après que l'enfant est couché, faites de la méditation pendant 5 minutes.
- **Demandez de l'aide** : Discutez de ce dont vous avez besoin avec vos amis et votre famille pour qu'ils sachent comment vous aider.
- **Gardez contact avec vos amis** : Permettez-vous de passer du temps avec vos amis en dehors de votre rôle de parent. Ex. : Aller prendre une marche ou un café
- **Planifiez des moments** : Réservez des périodes dans la journée ou dans la semaine qui serviront à faire une activité que vous aimez, même si ce n'est que pour 5 à 15 minutes. Ex. : Lecture, promenade, sieste, yoga, écoute de musique.
- **Faites de l'activité physique** : L'activité physique est reconnue pour améliorer le bien-être, diminuer le stress et améliorer la qualité du sommeil.
- **Essayez la pleine conscience** : Prenez quelques grandes respirations pendant la journée et concentrez-vous pendant l'exercice. Vous vous sentirez plus détendus et dans le moment présent.
- **Planifiez à l'avance** : Anticipez les transitions (comme le passage au service de garde) pour réduire le stress et aider l'enfant à s'adapter.

Le bien-être des parents est primordial pour aider l'enfant dans ses défis de tous les jours. Une fois que cela se met en place, il est temps d'intégrer une activité essentielle dans la routine pour que l'enfant se développe bien : le jeu. C'est ce que vous pourrez approfondir dans la section 4!

Section 4 : Le jeu, c'est essentiel pour apprendre !

Alex et ses parents ont maintenant des outils pour mieux vivre les défis de chaque jour. Pour que Alex continue de bien grandir et de se développer, c'est important d'intégrer le jeu dans sa routine.

Qu'est-ce que le jeu? (Ferland, 2018)

Pour qu'un enfant ait du plaisir à faire une activité, celle-ci doit l'intéresser. Les jeux ne plaisent pas à tous les enfants de la même façon. Un jeu peut plaire à un enfant, mais pas à un autre. C'est pourquoi le jeu est quelque chose de très personnel.

L'objectif principal du jeu est d'avoir du plaisir. Le jeu ne dépend pas seulement des jouets utilisés ou des actions que l'enfant fait. Il dépend surtout de l'état d'esprit de l'enfant et de son envie de jouer (ex : être curieux, être imaginatif, être spontané, rire, prendre une initiative, etc.). D'ailleurs, quand ces éléments sont présents, presque n'importe quelle activité peut devenir un jeu, même une tâche du quotidien!

Le jeu, un outil clé (Carrington et al., 2024)

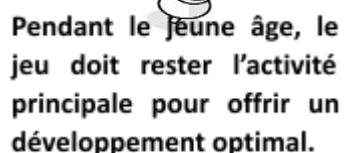
Le jeu est très important pour les enfants. En jouant, ils peuvent bouger leur corps, courir, sauter ou lancer des balles. Cela les aide à devenir plus forts et à mieux se déplacer. Quand ils jouent avec d'autres, ils apprennent à partager, à attendre leur tour et à résoudre de petits problèmes ensemble.

Le jeu aide aussi les enfants à mieux faire les choses de tous les jours, comme s'habiller ou manger, ou à se sentir bien. Par exemple, quand ils sont tristes ou en colère, le jeu leur permet d'exprimer ce qu'ils ressentent. Ils peuvent aussi apprendre à se calmer et à se faire confiance.

Enfin, le jeu aide les enfants à se sentir acceptés à l'école, dans leur famille et dans la communauté. Pour qu'ils soient vraiment utiles, il faut choisir des jeux que chaque enfant aime et qui lui conviennent.

Garder le jeu comme activité centrale (Carrington et al., 2024)

Le jeu pour Alex peut être délaissé en raison des différents rendez-vous, les exercices qu'il doit faire ou les adaptations de son quotidien.



Pendant le jeune âge, le jeu doit rester l'activité principale pour offrir un développement optimal.

Il est important de jouer en famille. Pour les jeunes qui ont des besoins particuliers, le jeu devient aussi un moment pour parler, apprendre à communiquer et rester impliqués. Comme parent, essayez de donner à votre enfant plusieurs occasions de jouer, simplement pour qu'il ait du plaisir.

Jouer ensemble, ce n'est pas seulement s'amuser. Pour les enfants qui vivent des défis, c'est essentiel. Le jeu les aide à se sentir importants et à faire comme les autres. Il existe d'ailleurs plusieurs types de jeux qui expliquent ce que l'enfant est en train de faire :

TYPE DE JEU	DÉFINITION	EXEMPLES
Exploratoire/avec objets/sensoriel	Quand l'enfant apprend à connaître le monde autour de lui en touchant, lançant, tapant, serrant ou en mettant dans sa bouche des objets.	-Manger avec ses doigts -Jouer avec de la pâte à modeler
Dramatique	Quand l'enfant fait semblant seul et invente des petites histoires en prenant plusieurs rôles en même temps.	-Jouer avec des poupées, des petites voitures ou des figurines
Construction	Quand l'enfant commence à construire avec de jouets.	-Jouer avec des blocs
Physique	Quand l'enfant bouge avec des objets ou bouge lui-même.	-Lancer un ballon -Grimper, sauter, courir
Sociodramatique	Quand l'enfant fait semblant avec les autres.	-Jouer à l'école en créant une histoire avec d'autres enfants
Régi par des règles	Quand l'enfant joue à des jeux qui ont des règles à suivre.	-Jouer aux cartes ou au soccer
Règles inventées	Quand l'enfant invente ses propres jeux et modifie les règles.	-Jouer à cache-cache

Tableau résumé des propos de Hewes, s.d.

Ces jeux peuvent aussi prendre différentes formes selon comment et avec qui l'enfant joue :

FORME DE JEU	DÉFINITION	EXEMPLE
Sans occupation	Quand l'enfant agit dans son environnement pour explorer.	-Ramper -Jouer avec un hochet
Solitaire	Quand l'enfant joue seul.	-Aligner des objets
Par observation	Quand l'enfant regarde les autres jouer.	-Regarder un autre enfant lancer un ballon
Parallèle	Quand l'enfant joue à côté d'un autre enfant qui joue lui aussi, sans nécessairement lui parler.	-Dessiner -Jouer à un jeu vidéo côte à côte
Associatif	Quand l'enfant interagit avec les autres.	-Jouer au parc
Coopératif	Quand l'enfant joue avec d'autres personnes, en créant des histoires ou en imaginant des jeux.	-Faire un casse-tête ensemble

Tableau résumé des propos de Wisner, 2023

Pour trouver des jeux et des exercices à faire pour les parents et les enfants, consultez le https://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/loisir-sport/Jeux_Exercices_Depliant_VF.pdf .

Importance du jeu extérieur (Gouvernement du Québec, 2025)

Le jeu actif à l'extérieur est primordial pour l'enfant. Ça lui permet de découvrir ce qui l'entoure, comme les plantes, les insectes et les animaux. Il peut donc apprendre tout en développant ses sens

Adaptation du jeu selon les besoins de votre enfant (Kuhaneck et al., 2020; TMVPA, 2025)

Voici comment on peut rendre plus agréables et plus faciles les moments de jeu d'Alex :

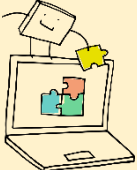

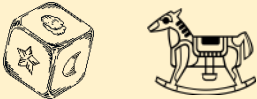
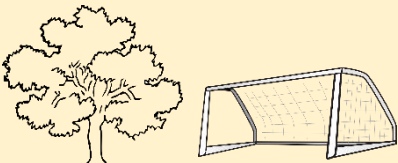


<p>JOUEZ POUR LE PLAISIR</p> 	<p>LAISSEZ L'ENFANT CHOISIR SES JOUETS</p> 	<p>LAISSEZ L'ENFANT JOUER A SA FACON</p> 
<p>UTILISEZ DES OBJETS DE TOUS LES JOURS</p> <p>(EX. : CASSEROLES, COUVERTURES)</p>	<p>JOUEZ DANS UN ENDROIT SÉCURITAIRE</p> <p>(EX. : PARC, AIRE DE JEU)</p>	<p>LAISSEZ L'ENFANT DÉCOUVRIR LE MONDE PAR LUI-MÊME</p> <p>(EX. : CONSTRUIRE UNE CABANE AVEC DES COUSSINS)</p>
<p>ALLEZ À L'EXTÉRIEUR</p> 	<p>JOUEZ AVEC L'ENFANT ET LAISSEZ-LE ALLER VOIR LES AUTRES</p> 	<p>VARIEZ LES TYPES DE JEUX</p> 

Tableau résumé des propos de The Royal College of Occupational Therapists, 2025

1. Imiter votre enfant

- Copiez ses gestes et sons pendant le jeu.
- Jouez avec les mêmes objets que lui.
- Cela l'aide à mieux comprendre comment jouer et l'encourage à interagir.

2. Montrez-lui comment jouer

- Faites une démonstration de l'utilisation d'un jouet.
- Jouez avec lui pour lui montrer comment faire.
- Encouragez-le dans ses initiatives.
- Cela l'aide à apprendre de nouvelles façons de jouer.

3. Adaptez l'environnement de jeu

- Trouvez un endroit calme pour jouer.
- Utilisez des images ou des sons pour l'aider à comprendre le jeu.
- Choisissez des jouets qui l'intéressent vraiment et qui ciblent ses intérêts.
- Adaptez le jeu selon son attitude ou son comportement.
- Assurez-vous de la concordance entre le jeu et son stade de développement et ses besoins.

Enfin, voici des exemples de défis que certains enfants peuvent vivre et des adaptations concrètes qui peuvent être amenées pour les aider à jouer :

Défi	Adaptation
L'enfant passe d'une activité à l'autre sans s'y attarder longtemps	Réduire la quantité de jeux disponibles pour qu'il puisse se poser
L'enfant a du mal à rester calme et devient agité	L'amener dans le coin de jeux et parler avec lui de ce qu'il fait pour l'aider à ralentir
L'enfant ne parle pas encore ou à de la difficulté à se faire comprendre	Placer des photos ou des symboles dans le coin de jeux pour qu'il puisse les pointer
L'enfant n'a pas encore exploré les jeux dramatiques	Aménager un coin avec une thématique pour l'inciter à aller voir
L'enfant est distrait lorsqu'il y a trop de morceaux à utiliser pour jouer	Décrire les étapes une par une, avec des mots simples et avec des images
L'enfant a de la difficulté lorsqu'il y a trop d'étapes pour jouer	Le paier avec un autre enfant pour que chacun puisse participer aux étapes
L'enfant qui est en fauteuil roulant	Lui permettre de s'asseoir dans un pouf quand les autres enfants jouent au sol
L'enfant ne peut pas demeurer debout longtemps	Utiliser un positionnement pour lui permettre de placer ses jouets ou son matériel en demeurant assis devant la table

Tableau résumé des propos de Sandall, 2003

Le jeu occupe une place centrale dans la vie d'un enfant et continuera d'être important lorsqu'il sera prêt à aller au service de garde. Vous devrez vous préparer à cette nouvelle étape dans la vie de votre enfant. C'est ce que vous pourrez approfondir dans la section 5!

Section 5 : Accompagner son enfant vers le service de garde

Il est maintenant temps pour Alex de faire son entrée dans un service de garde éducatif. Il va donc vivre de nouvelles expériences qui changeront son quotidien, et le vôtre ! Cela lui demandera beaucoup d'adaptation, mais c'est une étape essentielle dans son parcours. Voici donc des informations qui pourront vous aider à le soutenir.

Quels types de services de garde éducatifs existent-ils au Québec? (Gouvernement du Québec, 2024c)

Il existe des services de garde subventionnés et non subventionnés. La différence entre les deux se retrouve dans le prix des services :

1. **Subventionné** : Permet aux parents de payer un tarif réduit. C'est principalement dans ce type de service de garde que vous retrouverez des services gouvernementaux pouvant soutenir un enfant aux besoins particuliers

Types de services de garde éducatifs subventionnés	1. Centre de la petite enfance (CPE) : —→ 2. Qui inclut les services de garde en milieu familial :
	<ul style="list-style-type: none"> ● Garde en groupe avec du personnel éducateur. ● Moins de 100 enfants, regroupés par âge. <ul style="list-style-type: none"> ● Garde à domicile avec du personnel éducateur. ● Maximum 6 enfants, dans un cadre familial.
	3. Garderie subventionnée :
	<ul style="list-style-type: none"> ● Garde dans une seule installation. ● Moins de 100 enfants.

Pour inscrire votre enfant dans un service de garde, consultez le <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/garderies-et-services-de-garde/portail-inscription/parents>.

2. **Non subventionné** : Le service de garde détermine ses propres frais de garde. Il existe toutefois un crédit d'impôt pour les frais de garde d'enfants, selon le revenu familial. Pour en savoir plus, consultez le <https://www.revenuquebec.ca/fr/citoyens/credits-dimpot/credit-dimpot-pour-frais-de-garde-denfants/>.

Il existe aussi des haltes-garderies communautaires pour accueillir les enfants de façon occasionnelle ou à temps partiel. Pour trouver une halte-garderie dans votre région, consultez le <https://haltegarderiecommunautaire.org/>.

Comment votre enfant vivra-t-il cette étape? (Naître et grandir, 2020; Forméduc, s.d)

Comme tous les autres enfants, l'intégration à un service de garde est un moment clé pour Alex. Voici quelques étapes caractéristiques de cette transition pour tous les enfants.

1. La découverte

Au début, votre enfant est content et curieux : il découvre de nouveaux jouets et rencontre de nouveaux amis.

2. L'adaptation

Après quelques jours, votre enfant comprend qu'il vient au service de garde chaque jour. Il peut montrer son désaccord (par des pleurs, des refus ou en s'isolant). C'est normal : il apprend à s'habituer à cette nouvelle routine.


3. Les inquiétudes

Certains enfants peuvent craindre que leurs parents ne reviennent pas. Ils peuvent sembler tristes, avoir moins d'appétit ou des difficultés à dormir. Cela fait partie de l'ajustement, et avec du soutien, ça passe.

4. Le bien-être

Peu à peu, votre enfant se sent en confiance avec l'éducatrice et les autres enfants. Il joue, participe aux activités et est bien dans son nouveau milieu.

Pendant toutes ces étapes, le rôle du parent est très important pour entretenir un bon lien avec le personnel éducatif et pour questionner l'enfant. En général, les enfants ont besoin d'une période d'adaptation allant de 2 à 5 semaines. Si des comportements persistent au-delà de cette période, il faudra questionner les causes des difficultés de l'enfant.



À SAVOIR

Au Québec, l'inscription d'un enfant en service de garde ne peut être refusée seulement en raison de son handicap ou de ses besoins particuliers.

Recours : En cas de refus, les parents peuvent porter plainte auprès de différentes organisations comme la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse au <https://www.cdpcj.qc.ca/fr>, le Ministère de la Famille au <https://www.quebec.ca/gouvernement/ministeres-organismes/famille> ou le Protecteur du citoyen au <https://protecteurducitoyen.qc.ca/fr>

Votre rôle en tant que parent pour favoriser l'intégration de votre enfant dans un service de garde éducatif (Naître et grandir, 2020 ; Garderies au Québec, 2022)

Quelques astuces pour aider votre enfant à bien vivre son entrée au service de garde :

1. Garder les routines familiales

Conservez les habitudes que votre enfant connaît déjà (ex. : allaitement ou biberon si ce n'est pas encore terminé). Ces repères le rassurent et l'aident à se sentir en sécurité.

2. Préparer l'entrée au service de garde

Avant le premier jour, vous pouvez :

- Montrer à votre enfant une photo du milieu de garde,
- Visiter le milieu avec lui,
- Aller jouer au parc aux mêmes heures que les enfants de son futur groupe.
- Discuter avec l'équipe éducative des besoins particuliers de votre enfant (sommeil, nourriture, matériel spécial). Cela permet au service de garde de mieux s'adapter.

3. Une entrée en douceur

Commencez par de petites périodes et augmentez le temps dans les 2 ou 3 premières semaines.

Votre enfant peut aussi apporter un objet qui le rassure (ex. : doudou ou petit jouet).

Vous pouvez demander aux professionnels/les qui connaissent Alex (personnel éducateur, psychoéducateur, ergothérapeute, etc.) d'aller rencontrer le milieu de garde afin préparer son intégration.



RESSOURCES – PROGRAMMES D'AIDE FINANCIÈRE

Il existe des ressources pour que vous soyez accompagnés à obtenir des aides financières pour faciliter le fonctionnement de votre enfant en service de garde éducatif à l'enfance. Les CPE reçoivent donc ces aides pour subvenir aux besoins de votre enfant de façon optimale.

NOM	DÉFINITION	SITE WEB
Le programme de réservation de places en service de garde éducatif à l'enfance pour les enfants en situation de vulnérabilité	Mesure financière permettant à un centre de la petite enfance ou une garderie subventionnée de réserver des places pour les enfants en situation de vulnérabilité.	https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/famille/publications-adm/Programmes/Places-protocoles-Guide.pdf
L'allocation pour l'intégration en service de garde	Financement supplémentaire accordé à un service de garde éducatif subventionné pour soutenir un enfant ayant une déficience. Permet de faciliter sa participation en service de garde lors des périodes de jeu et la routine, par exemple.	https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/garderies-et-services-de-garde/services-de-garde-personne-handicapee/allocation-integration-enfant-handicape-59-mois-ou-moins-service-garde
Mesure exceptionnelle de soutien à	Financement des heures supplémentaires qu'un enfant ayant des incapacités a eu	https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/famille/publications-adm/Programmes/Places-protocoles-Guide.pdf

l'intégration en service de garde	besoin comparativement aux autres enfants du même âge.	blications-adm/Programmes/Cadre-reference_MES.pdf
-----------------------------------	--	---

Le plan d'intervention, un outil précieux (Éducatout, s.d., CSSDM, 2026)

Au service de garde, un plan d'intervention (PI) est un outil pour aider votre enfant quand il rencontre des difficultés. Le personnel éducateur, les spécialistes, le personnel du service de garde et les parents, se mettent ensemble autour d'une table pour trouver des solutions lorsqu'ils remarquent que des ressources habituelles ne suffisent pas pour aider l'enfant. Il faut aussi noter que le PI peut être mis en place lors de la maternelle, du primaire ou du secondaire.

Le but, c'est que votre enfant se sente bien, participe aux activités et progresse à son rythme. Le plan n'est pas figé : on l'ajuste au fil du temps, selon ce qui marche ou non. Un diagnostic n'est pas non plus nécessaire pour élaborer le plan. En tant que parents, vous êtes des partenaires importants dans ce processus! C'est comme un chemin personnalisé pour aider votre enfant à s'épanouir, tout simplement.

Quelles sont les différentes étapes? (CSSDM, 2026)

1. Les informations sont rassemblées et examinées

- Toutes les personnes participent : parents, personnel éducateur et du service de garde (ou de l'école), professionnels de la santé
- La situation de l'enfant est détaillée et son dossier aussi

2. Les interventions sont planifiées

- Les besoins de l'enfant sont établis selon les plus importants
- Les objectifs sont établis et des moyens sont réfléchis
- Toute l'information est écrite

3. Les interventions sont mises en place

- Le plan est effectué et les améliorations de l'enfant sont évaluées
- Les interventions sont ajustées selon la situation
- La communication avec les parents est toujours maintenue

4. Le plan est révisé

- Les éléments sont modifiés ou poursuivis, selon l'évolution

Comment se préparer à une rencontre de plan d'intervention? (CSSDM, 2026)

Avant la rencontre, il est important de prendre le temps de penser aux éléments que vous voulez discuter avec le personnel éducateur et les spécialistes que vous rencontrerez. Voici quelques points clés à réfléchir sur la condition de votre enfant:

- Ses capacités actuelles
- Ses forces et ses défis
- Ses peurs
- Ses façons de communiquer
- Son diagnostic/sa médication
- Ses professionnels de la santé actuels et ceux qui seraient pertinents

- Ses intérêts/ses rêves/ses activités préférées

Vous pouvez aussi noter vos propres questionnements, par exemple :

- Vos inquiétudes
- Vos idées pour aider le milieu à faciliter la vie de votre enfant
- Vos idées pour aider votre enfant dans son quotidien

Voici des fiches aide-mémoire que vous pouvez imprimer ou conserver avec vous pour noter vos réflexions : [Aide-mémoire #1](#) ou [Aide-mémoire #2](#)

Comment se déroule la mise en place du plan d'intervention?

En cours d'année, le PI peut être révisé avec tous les membres impliqués dans le dossier. Chacun partage alors des informations sur la situation de l'enfant. La révision de l'atteinte des objectifs sera aussi effectuée. Aucun temps n'est toutefois prévu, puisque la durée dépend du rythme et du progrès de l'enfant.

Quels sont les droits des parents? (AQEPA, 2026; CSSDM, 2026; Espace parents, 2025)

Voici les droits des parents dans la mise en place d'un PI :

- Contacter la direction et le personnel concerné afin d'organiser le début du PI
- Suggérer des objectifs et nommer vos priorités qui seront à prendre en compte, en collaboration avec le reste de l'équipe
- Être accompagnés lors des rencontres par un intervenant travaillant par exemple au CLSC ou dans un centre de réadaptation
- Demander une copie du PI
- Apporter une copie d'un PI des années précédentes pour noter les ajustements, le cas échéant

Pour en savoir plus, vous pouvez consulter le https://www.cssdm.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/GUIDE_CCSEHDAA_WEB.pdf.

Une fois le service de garde terminé, il est temps d'inscrire votre enfant à la maternelle. C'est ce que vous pourrez approfondir dans la section 6!

Section 6: Le début de l'aventure à la maternelle

Ça y est ! Alex grandit à vue d'œil et il est déjà rendu à la maternelle. Pour vous aider à le soutenir dans ses apprentissages, voici des informations qui peuvent vous guider dans cette transition.

Première transition scolaire dans la vie d'Alex! (Fondation Lucie et André Chagnon, 2023)

Cette transition est importante pour Alex au niveau de :

- Sa motivation
- Son engagement
- Sa persévérance
- Ses prochaines réussites

En effet, cette première transition scolaire permettra à Alex de développer les capacités nécessaires pour vivre des réussites dans les prochaines transitions de sa vie.

Vous avez entendu parler de la maternelle 4 ans dans votre région? Voici ce qu'il faut savoir! (Ministère de l'Éducation, 2023)

La maternelle 4 ans permet d'accompagner Alex dans son développement et favorise les apprentissages par le jeu. Voici les 5 objectifs du programme de la maternelle 4 et 5 ans :

1. Accroître son développement physique et moteur
2. Construire sa conscience de soi
3. Vivre des relations harmonieuses avec les autres
4. Communiquer à l'oral et à l'écrit
5. Découvrir le monde qui l'entoure

Pour inscrire votre enfant à la maternelle, consultez la page du [Gouvernement du Québec](#) pour trouver les coordonnées du centre de services scolaires ou commission scolaire de votre région.

Comment puis-je savoir si j'ai besoin d'envoyer mon enfant à la maternelle 4 ans? (Naître et grandir, 2024)

Voici les facteurs à considérer pour prendre votre décision :

- Est-ce que mon enfant fréquente un milieu de garde ? Sinon, l'introduire au milieu scolaire pourrait favoriser la transition à la maternelle 5 ans.
- Est-ce que mon enfant aime aller au service de garde ? Si oui, il pourrait ne pas être nécessaire d'effectuer la transition à la maternelle 4 ans.
- Est-ce que mon enfant s'ennuie au service de garde ? Si oui, il pourrait être prêt à découvrir un autre environnement à la maternelle 4 ans.

Comment puis-je préparer mon enfant pour son entrée à la maternelle ? (Première ressource, 2020, autres ?)

Pour préparer l'entrée à la maternelle, il est possible de demander au milieu de garde quelles seraient les capacités à développer selon votre enfant. De façon générale :

- Laissez votre enfant faire les tâches du quotidien seul qu'il aura à faire à l'école (ex. : mettre ses vêtements, aller à la toilette et se laver les mains) selon ses capacités
- Enseignez-lui les règles importantes en groupe (ex. attendre son tour, partager les jouets)

- Travaillez avec votre enfant sur l'apprentissage de la propreté
- Apprenez-lui à communiquer ses besoins
- Faites des activités de bricolage, des activités sportives et des jeux avec lui.

Puisque chaque enfant est différent, il faut parler avec le personnel éducateur d'Alex pour choisir les bonnes choses à travailler, selon ce qu'il est capable de faire. Voici un outil que vous pouvez remplir ensemble avant l'entrée à la maternelle pour que l'enfant soit accompagné selon ses besoins : [CASIOPE](#).

De plus, il faut accompagner votre enfant pour qu'il soit prêt à vivre sa première journée :

- À la maison, mettez en place la routine qui ressemble à celle de l'école (ex. : routine de sommeil, heure de la collation et heure du diner). Au besoin, utilisez des outils visuels ou des pictogrammes qui rappellent ce qu'il faut faire et comment le faire.
- Expliquez à votre enfant ce qui sera nouveau pour lui à la maternelle.
- Visitez l'école et la classe de votre enfant avant le premier jour. Vous pouvez aussi lui montrer des photos (ex. : du trajet, de la cour d'école, de la classe, etc.).
- Prenez le temps de répondre à ses questions.

Quelles sont les étapes à suivre avec les intervenants de l'école pour que mon enfant puisse vivre une transition réussie à la maternelle? (Naître et grandir, 2022)

Avant la première journée d'école

- Informez-vous des attentes de l'école envers les enfants.
- Informez la direction et le personnel enseignant des besoins de votre enfant pour obtenir des mesures de soutien et d'accompagnement.
- Demandez à rencontrer le personnel spécialisé au besoin.

Pendant le parcours à la maternelle

- Comme parent, vous voulez le mieux pour votre enfant. Parfois, vous devrez parler en son nom et vous assurer que ses besoins sont respectés. Même si ce n'est pas toujours simple, vous pouvez le faire avec calme et respect. En gardant une relation de confiance avec les enseignants et le personnel du service de garde, vous pourrez travailler ensemble pour soutenir votre enfant.
- Demandez au personnel enseignant comment se déroule le quotidien en classe pour votre enfant.
- Participez aux rencontres de parents.

Programme d'aide à l'intégration à la maternelle (Gouvernement du Québec, 2024 ; Centre de services scolaire Chemin du Roy, s.d.)

Des ressources peuvent vous aider à bien préparer votre enfant à la maternelle :

- Programme Passe-Partout : Permet d'aider votre enfant à se préparer à son entrée à la maternelle et à se familiariser avec le fonctionnement à l'école. Il implique la participation à plusieurs rencontres de groupes avec d'autres enfants et parents dans la même situation que vous.

Informez-vous auprès de votre centre de services scolaire régional pour en savoir plus. Une fois la maternelle terminée, il est temps d'inscrire votre enfant au primaire. C'est ce que vous pourrez approfondir dans la section 6!

Section 7 – Le début du primaire

Après la maternelle, Alex est maintenant prêt à faire le saut vers le primaire! Vous trouverez dans cette section les différents types de classes possibles pour s’assurer que l’enfant pourra continuer d’apprendre, ainsi que les défis pouvant être rencontrés.

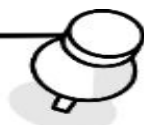
Généralement, l’inclusion dans une classe se fait dans une école de quartier, c’est-à-dire dans celle qui est le plus près du lieu où vit l’enfant. Voici les différents types de classes (CCSEHDAA, 2025) :

Classe régulière	Fait partie de l’école régulière. L’enseignant a accès à du soutien.
Classe régulière avec soutien	Fait partie de l’école régulière. L’enseignant et l’élève ont accès à du soutien.
Classe spécialisée	Fait partie de l’école régulière. L’élève participe aux activités qui ont lieu à cette école.
École spécialisée	Offre des services adaptés aux besoins de l’élève qui ne sont pas répondus dans une classe ou une école régulière, par exemple pour les défis en lien avec des troubles de comportement, des déficiences physiques, sensorielles ou intellectuelles, et des troubles de comportement.
Point de service	École de quartier qui offre des services d’enseignement spécialisés en plus de ceux standards pour l’élève ayant des défis, mais qui n’habite pas nécessairement dans le quartier. L’élève participe aux activités qui ont lieu dans cette école.

Pour plus d’informations sur les différents services éducatifs offerts au Québec, consultez le [Guide sur le parcours scolaire d'un enfant handicapé](#). Il est aussi possible que l’enfant fasse l’école à la maison.

La mise en place d’un plan d’intervention (Naitre et grandir, 2017 ; Gouvernement du Québec, s.d.)

Si un enfant a un handicap ou des difficultés d’adaptation ou d’apprentissage à l’école, il a droit à un plan d’intervention (PI) scolaire personnalisé. Ce plan aide à choisir les bons services, outils ou ajustements selon les besoins de l’enfant. Le but du PI est de l’aider à apprendre, à mieux réussir et à bien s’intégrer dans sa classe. Le PI est préparé ensemble par les parents, l’enfant, les enseignants et les autres professionnels qui travaillent avec lui. Pour plus de détails, retournez à la section 5 du guide.

À SAVOIR

En tant que parent, il est important de connaître les droits de votre enfant et les vôtres. Il est aussi utile de savoir ce que le personnel enseignant, la direction de l'école et la commission scolaire doivent faire pour aider votre enfant. Toutes ces informations se trouvent dans [ce document](#), créé par l'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ). Si les droits de votre enfant ne sont pas respectés ou si l'école ne fait pas ce qu'elle doit, l'OPHQ peut vous aider dans vos démarches.

**RESSOURCES – SELON CERTAINS DÉFIS**

Il existe des ressources pour soutenir différents défis que votre enfant puisse vivre, notamment lors de son inscription à l'école.

DÉFI	SITE WEB
Mon enfant a des incapacités physiques	https://laccompagnateur.org/parcours-de-vie/1-5-ans-deficiance-motrice
Mon enfant a un trouble du spectre de l'autisme	https://www.autisme.qc.ca/boite-a-outils/aidez-votre-enfant-a-se-preparer-pour-la-rentree-scolaire/
Mon enfant a une déficience intellectuelle	https://laccompagnateur.org/parcours-de-vie/1-5-ans-deficiance-intellectuelle
Mon enfant a une déficience visuelle	https://laccompagnateur.org/parcours-de-vie/1-5-ans-deficiance-visuelle
Mon enfant a une déficience auditive	https://laccompagnateur.org/parcours-de-vie/1-5-ans-deficiance-auditive
Mon enfant a un trouble de langage	https://laccompagnateur.org/parcours-de-vie/1-5-ans-trouble-langage-parole

Une fois que le primaire est en voie d'être complété, il faut se préparer à l'arrivée du secondaire. C'est ce que vous pourrez approfondir dans la section 8!

Section 8 : Un pas à la fois vers le secondaire

Qui dit début de l'adolescence dit début du secondaire! Alex entame sa première année au secondaire et vous souhaitez l'accompagner dans cette nouvelle étape afin qu'il s'intègre bien.

La transition au secondaire: un moment critique dans la vie de l'enfant (Le centre de transfert pour la réussite éducative du Québec, 2018)

L'entrée au secondaire est un grand changement pour votre enfant. Cette nouvelle étape demande une période d'adaptation. Tous les jeunes vivent cette transition, mais certains peuvent avoir plus de difficultés. C'est pour ça qu'il est important de mettre en place des stratégies pour aider votre enfant à bien commencer le secondaire.

L'école publique ou l'école privée: laquelle choisir? (Écoles privées du Québec, s.d. ; Écoles privées du Québec, s.d., REPAQ, s.d.; CSSMV, s.d)


C'est maintenant le moment de choisir une école pour votre enfant. Vous pouvez choisir entre :

L'école privée	Elle fonctionne de façon autonome, mais suit les règles du ministère de l'Éducation du Québec.
L'école publique	Elle est ouverte à tous et peut offrir des classes adaptées pour les enfants qui ont un handicap ou des difficultés à l'école.
L'école alternative	Dans certaines commissions scolaires, il existe des écoles avec une approche différente. Elles respectent le rythme et les intérêts de chaque élève, et encouragent l'autonomie et la coopération.

L'inscription au secondaire en 3 étapes (Centre de service scolaire des Premières-Seigneuries, s.d.; Fédération des comités de parents du Québec, 2010)

- **Explorer les options**
 - Identifier les forces et les besoins de l'enfant.
 - Se renseigner sur les écoles secondaires et les services offerts
 - Visiter les écoles et poser des questions sur les ressources disponibles (orthopédagogie, soutien en classe, transport adapté).
- **Choisir l'école**
 - Comparer les écoles en fonction des besoins de l'enfant.
 - Vérifier les mesures d'adaptation possibles (aide aux examens, matériel spécialisé, soutien pédagogique).
 - Consulter des professionnels (enseignants, orthopédagogues, psychoéducateurs, ergothérapeutes) pour faire un choix éclairé.
- **Inscrire l'enfant**
 - Remplir les documents d'inscription auprès de l'école choisie.
 - Collaborer avec l'équipe-école pour établir un plan d'intervention personnalisé (PIP).
 - Assurer un suivi pour que l'enfant reçoive le soutien nécessaire dès la rentrée.

Assurez-vous, encore une fois, de bien connaître les droits de votre enfant, les vôtres ainsi que les obligations de l'école.



À SAVOIR

À toutes les étapes où un jeune obtient des services d'enseignement, le [Protecteur national de l'élève](#) s'assure que les droits soient respectés.

Tel qu'indiqué par la [Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse](#), les élèves handicapés ou vivant avec des difficultés à s'adapter ou à apprendre ont le droit d'accéder à des services d'éducation. La [Charte des droits et libertés de la personne](#) et la [Loi sur l'instruction publique](#) expliquent d'ailleurs ces lois.

Il existe aussi des [comités](#) de parents ayant un enfant handicapé ou en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage que vous pouvez contacter au besoin.

Comment est-ce que je peux bien préparer mon jeune pour son entrée au secondaire? (Asselin, s.d. ; Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale de l'université de Sherbrooke, 2020)

Voici quelques astuces pour préparer Alex à son entrée au secondaire :

- **Participez aux portes ouvertes à l'automne précédant l'entrée de l'enfant au secondaire** : C'est une belle occasion de visiter les locaux, de rencontrer le personnel enseignant, de savoir les activités parascolaires offertes et d'apprécier le fonctionnement général des écoles.
- **Soyez à l'affût des règles de vie imposées par l'école** : Vous pourrez les réviser avec votre enfant.
- **Discutez avec votre enfant d'une journée typique au secondaire** : Présentez-lui les différences entre l'école primaire et l'école secondaire.
- **Faites le trajet quelques fois avec votre enfant pour vous rendre à l'école** : Surtout s'il doit prendre le transport scolaire, le transport adapté ou marcher.
- **Répondez aux questions de votre jeune** : Vous pourrez le rassurer, discuter avec lui de ses craintes et, au besoin, trouvez des solutions pour réduire le stress.
- **Parlez en bien de l'école secondaire.**
- **Aidez votre jeune à organiser son matériel scolaire** : Par exemple, en créant un code de couleur pour l'aider à distinguer ses cahiers.

Dans certains cas, si le centre de services scolaire (CSS) ne peut pas offrir le transport pour votre enfant sur votre territoire, il peut vous donner de l'argent pour couvrir une partie ou la totalité des frais de transport. Ce montant est pour les déplacements du matin et du soir. Si vous acceptez cette aide, c'est vous qui êtes responsable du transport, et non le CSS. Vous devez aussi vérifier si ce montant a un impact sur vos impôts.

Pendant le secondaire, certains jeunes vivront des difficultés à apprendre ou à s'adapter dans leur milieu en raison de leurs défis. Pour les aider, dès l'âge de 15 ans, ils peuvent débiter un processus

qui s'appelle une transition de l'école vers la vie active (TEVA). Cela les guide pour élaborer leur projet de vie. Généralement, ce processus contient des actions qui font déjà partie du plan d'intervention (PI) du jeune (retournez à la section 5 pour avoir les détails d'un PI).

La démarche TEVA peut être autant utile pour un jeune qui fréquente l'école secondaire que pour celui qui s'inscrit à l'école aux adultes ou aux formations professionnelles (Gouvernement du Québec, 2018). C'est ce que vous pourrez approfondir dans la section 9!

Section 9 : Entrée dans la vie active

C'est maintenant le temps de soutenir Alex dans son passage de l'école secondaire à la vie adulte. Considérant ses défis, Alex peut avoir besoin d'aide pour planifier cette étape. La démarche de transition de l'école vers la vie active (TEVA) est ce dont il a besoin. Cette section vous aidera à comprendre la démarche et vous guidera vers les programmes et les ressources disponibles pour la mettre en place.

Mais qu'est-ce que la TEVA? (Gouvernement du Québec, 2018)

C'est une démarche qui accompagne votre jeune à planifier et à réaliser ce qu'on appelle un projet de vie (ce à quoi il aimerait que sa vie ressemble). La démarche peut être réalisée plusieurs fois pour répondre à ses ambitions et à ses besoins tels que :

- L'éducation et la formation
- Les loisirs
- Le réseau social
- Le transport
- La résidence
- La participation à la communauté
- L'intégration à l'emploi et socioprofessionnelle

Les 4 étapes de la démarche TEVA

1. Collecte et analyse de l'information :

- On dresse un portrait de l'enfant : ses besoins, ses défis, ses rêves et ses forces.
- Les parents, l'enfant et l'équipe-école participent ensemble.
- La direction de l'école choisit les partenaires (organismes publics, communautaires, privés) qui peuvent aider.
- On inscrit l'enfant auprès des partenaires pour recevoir le bon soutien.

2. Planification des interventions :

- On crée un plan d'intervention avec la direction, les parents, l'enfant et les partenaires.
- On choisit les objectifs (ce qu'on veut atteindre) et les stratégies (comment y arriver).
- Chaque personne aide avec ses compétences pour aider l'enfant dans son projet de vie.

3. Réalisation des interventions :

- o On applique les stratégies pour atteindre les objectifs.
- o Ex. : L'enfant "pratique différentes techniques" avec divers intervenants pour trouver ce qui fonctionne le mieux.

4. Révision de la démarche :

- o L'équipe fait un suivi régulier pour voir si le plan fonctionne.
- o On ajuste ou change le plan si nécessaire pour s'assurer que l'enfant progresse bien.

Mon rôle en tant que parent dans la TEVA

Votre rôle est d'aider votre jeune à devenir plus autonome et de vous assurer que ses droits ont respectés. Si le passage du secondaire à la vie adulte vous inquiète, vous pouvez contacter la direction de l'école pour commencer la démarche TEVA, ou aider votre jeune à le faire.

Selon les besoins de votre enfant, vous pourrez participer à différentes étapes. Vous pourrez l'encourager, le soutenir sur le plan émotionnel et l'aider des démarches, comme remplir des formulaires.

En tant que parent, vous êtes l'expert de votre enfant! Vous pourrez aussi l'aider à trouver des stages ou un travail. Enfin, vous pouvez parler avec les enseignants et les spécialistes pour trouver les meilleures solutions pour votre enfant.

Quand est-ce que Alex devrait débiter la TEVA?

Il est souvent conseillé de débiter la démarche TEVA trois ans ou plus avant la fin du secondaire. En effet, commencer la démarche plus tôt que tard permettra à vous et à votre enfant de faire des choix éclairés sur les décisions à prendre (ex. : son futur chez soi, continuer à la formation professionnelle, explorer de nouveaux loisirs, etc.), et de mettre en place des stratégies adaptées à ses besoins.

Programmes gouvernementaux (Gouvernement du Québec, 2017)

L'Office des personnes handicapées du Québec soutient les démarches TEVA en proposant différentes ressources pouvant être utiles aux jeunes et à ses collaborateurs. Les voici :



RESSOURCES – ÉDUCTION

Un soutien financier en prêts et bourses peut être offert à l'étudiant ayant des besoins particuliers pour qu'il fasse des études post-secondaires ou une formation professionnelle. Consultez la page 23 du [guide écrit par l'Office des personnes handicapées](#) pour en savoir plus.



RESSOURCES – EMPLOI

Un service offert aux entreprises embauchant des personnes en situation de handicap pour assurer l'accès et le maintien à l'emploi dans des entreprises adaptées à leurs besoins. Consultez la page 29 du [guide écrit par l'Office des personnes handicapées](#) pour en savoir plus.

De plus, un [crédit d'impôt](#) pour personnes handicapées peut être disponible auprès du Gouvernement du Canada pour compenser une partie des coûts supplémentaires liés au handicap.

Aussi, un [programme d'aide sociale et de solidarité sociale](#) est disponible auprès du Gouvernement du Québec pour que la personne obtienne une somme d'argent pour payer sa nourriture ou son logement, par exemple. Si une personne cesse de travailler ou que le revenu diminue en raison de l'état de santé, une [rente d'invalidité du Régime de rentes du Québec](#) est aussi disponible.



RESSOURCES – TRANSPORT

Des services pour assurer l'accès à un transport adapté aux besoins de la personne sont possibles. Voici les pages à consulter dans le [guide écrit par l'Office des personnes handicapées](#) :

- **Transport adapté** : p. 229 ainsi que le <https://sttr.qc.ca/transport-adapte/>
- **Adaptation de véhicule pour les personnes handicapées** : p. 233

- **Vignette de stationnement pour personnes handicapées** : p. 237 ainsi que le <https://saaq.gouv.qc.ca/personnes-mobilite-reduite/obtenir-vignette-stationnement> pour l'obtenir
- **Carte québécoise à l'accompagnement des personnes handicapées en transport interurbain par autocar** : p. 239
- **Transport-hébergement de personnes handicapées** : p. 241



RESSOURCES – LOISIRS, SPORTS, CULTURE ET VIE COMMUNAUTAIRE

Des éléments très importants dans la vie de toute personne sont ceux en lien avec les loisirs, les sports, la culture et la vie communautaire. Il existe plusieurs ressources pour aider la personne handicapée à s'intégrer dans la société.

NOM	DÉFINITION	SITE WEB
Accès au divertissement pour 2	Entrée gratuite ou à tarif réduit pour l'accompagnateur de la personne handicapée dans les lieux participants.	https://access2card.ca/fr/
Aide financière à l'accessibilité aux camps de vacances	Aide financière offerte aux organismes qui dirigent un camp de vacances qui accueillent, entre autres, les personnes handicapées.	https://www.quebec.ca/tourisme-loisirs-sport/aides-financieres-sport-loisir-activite-physique-plein-air/aides-financieres-developpement/aide-financiere-accessibilite-camps-vacances
Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées	Permet de trouver les instances dans sa région qui sont responsables des loisirs et organisent des activités adaptées pour les personnes handicapées.	https://aqlph.qc.ca/aqlph/instances-regionales/
Autorisation de chasse pour personnes handicapées	Permet aux personnes présentant des défis qui les empêchent de chasser selon la Loi sur la conservation et la mise en valeur de la faune de pouvoir le faire selon des exceptions.	https://www.quebec.ca/tourisme-loisirs-sport/activites-sportives-et-de-plein-air/chasse-sportive/autorisation-chasse-personnes-handicapees
Carte d'accompagnement aux loisirs	Entrée gratuite pour l'accompagnateur de la personne handicapée dans les lieux de tourisme, de culture ou de loisir qui sont partenaires.	https://carteloisir.ca/
Mesure pour faciliter l'exercice du droit de vote lors de scrutin provincial	Mesures offertes aux personnes handicapées pour voter au Québec.	https://www.electionsquebec.qc.ca/voter/accessibilite-au-vote/
Programme d'assistance financière au loisir des personnes handicapées	Aide financière aux organisations qui aident les personnes handicapées à participer à des loisirs ou des sports. Permet de trouver les instances dans sa région.	https://aqlph.qc.ca/ressources/assistance-financiere-en-loisir-pour-personne-handicapee/

En plus d'effectuer différentes activités de loisirs, de sports ou de culture, il se peut aussi que le jeune adulte ait aussi envie de s'engager dans la recherche de nouveaux projets, d'un emploi ou d'une formation, malgré ses défis. C'est ce que vous pourrez approfondir dans la section 10!

Section 10 : Trouver sa place dans le monde des adultes

Le parcours scolaire d'Alex touche à sa fin et il est temps pour lui d'entrer dans le monde des adultes. Cette section vous aidera à connaître les différentes possibilités qui s'offrent à lui et comment faire pour qu'il se sente bien malgré ses difficultés.

Construire un projet professionnel adapté (Ministère de l'Éducation du Québec, 2023)

Il peut être pertinent de se préparer à l'avance et de s'assurer qu'il n'y a pas de rupture de services lorsque votre enfant passera du secondaire vers sa vie adulte. Plusieurs options existent au Québec pour permettre aux jeunes adultes comme Alex de bénéficier de l'expérience professionnelle qui leur convient, en voici quelques-unes :

- **Centre pour activités de jour** : Offre des activités pour apprendre, socialiser et s'amuser. Aide les personnes ayant une déficience intellectuelle, un trouble du spectre de l'autisme ou un trouble mental. Aident à l'adaptation et à l'autonomie.
- **Intégration à l'emploi** : Aide les personnes ayant une déficience ou un trouble à faire un emploi régulier. Elles sont accompagnées et reçoivent un salaire pour leur travail.
- **Soutien des stages en milieu de travail** : Aide les personnes ayant des besoins particuliers à faire des stages (seules ou en groupe) pour se préparer au monde du travail.
- **Plateau de travail** : Un groupe de personnes apprend des compétences de travail et de bonnes habitudes dans un milieu adapté, avec l'aide d'un intervenant.
- **Atelier de travail** : Permet aux personnes ayant une déficience ou un trouble d'apprendre un travail dans un milieu supervisé par des professionnels.

Comprendre les défis et enjeux (Schwart et Rogers, 2024)

En raison de ses difficultés, Alex pourrait faire face à certains défis dans son futur milieu :

- Difficultés à comprendre les instructions complexes ou à s'adapter aux changements.
- Problèmes à communiquer et à socialiser avec les collègues.
- Stigmatisation et manque de compréhension : Les employeurs et les collègues ne comprennent pas toujours les besoins particuliers des personnes qui ont des difficultés.
- La peur de la stigmatisation peut empêcher les employés de demander de l'aide.

Cependant, il existe des façons de diminuer ces difficultés :

- Permettre des pauses supplémentaires ou adapter l'horaire.
- Rendre l'environnement calme pour diminuer l'anxiété.
- Avoir du mentorat et des conseils.
- Groupes de soutien pour discuter des défis et partager des stratégies.
- Sensibiliser les autres aux besoins des adultes ayant des défis.
- Ateliers pour améliorer la communication.
- Aider à organiser les tâches et à respecter les délais à l'aide d'applications.
- Faciliter les interactions avec les autres.

En bref, la combinaison de ces approches et une bonne collaboration avec les autres permettent à votre jeune adulte de s'épanouir dans son milieu.

Et si Alex est sous tutelle/sous curatelle? (Éducaloi, 2024; Gouvernement du Québec, 2023; Annuaire retraite, 2023)

Une personne est considérée inapte quand elle n'est plus capable de prendre soin d'elle-même et de gérer ses biens. Si votre enfant est considéré inapte et qu'il a 17 ans ou plus, vous pouvez faire une démarche judiciaire afin de le placer sous la tutelle ou la curatelle. Un tuteur sera alors désigné pour assurer sa protection et son bien-être, tout en prenant en compte ses préférences. Le tuteur peut être vous-même, un proche de votre jeune ou même le Curateur public.

Avec la tutelle, l'avantage est d'offrir une grande protection, surtout quand la personne a d'importantes difficultés physiques ou mentales et ne peut pas prendre soin d'elle-même (ex. : décisions en lien avec l'argent, le logement ou les soins). Cependant, la tutelle enlève presque toute l'autonomie de la personne protégée puisqu'elle ne prend plus seule certaines décisions, même celles en lien avec la vie de tous les jours. Les démarches sont longues et les frais sont élevés. Pour débiter une tutelle, consultez le

<https://www.quebec.ca/justice-et-etat-civil/protection-legale/tutelle-au-majeur/demander-ouverture-tutelle>

Avec la curatelle, la personne protégée conserve une partie de son autonomie. Elle peut faire les choses de la vie de tous les jours (ex. : gérer son argent de base, acheter des biens du quotidien). Le curateur intervient seulement pour les décisions importantes, généralement celles en lien avec l'argent et les biens. Les démarches sont plus simples et les coûts sont moins élevés. Toutefois, la personne protégée peut être encore exposée à certains risques comme se faire mal informer.

Pour plus de détails sur la curatelle et la tutelle, consultez [cette section](#) du site Educaloi. Vous pouvez aussi consulter [cette section](#) du même site pour en apprendre plus sur la loi et les droits d'une personne à consentir aux soins ainsi que [cet article](#) pour apprendre comment protéger les personnes vulnérables.

Adaptation du rôle de parent (Bianco et al, 2009; Brown, 2018)

Le passage à la vie adulte entraîne souvent une perte de repères et de routines, ce qui peut être difficile pour les jeunes et leur famille. En tant que parents, il se peut que vous soyez inquiets qu'il n'y ait pas assez d'emplois, que votre enfant soit isolé ou qu'il n'y ait pas assez de formations adaptées pour lui. À cette étape, votre rôle commence à changer. Voici comment :

- **De parent à coordinateur des services** : Après s'être appuyé sur l'école pour les services éducatifs et sociaux, le parent cherche des services (emploi, santé, activités sociales) pour son jeune. Cela peut créer des tensions, car le parent doit parfois imposer des limites en tant que coordonnateur.
- **Laisser plus d'autonomie** : Malgré l'inquiétude pour leur sécurité, le parent prend maintenant un rôle de supervision pour encourager l'indépendance.
- **Devenir un défenseur** : Le parent doit agir et parler pour son jeune en négociant avec les employeurs ou en demandant des services gouvernementaux.
- **Préparer l'avenir** : Le parent cherche des solutions pour offrir un avenir sécurisé et stable (ex. : plans à long terme, logement supervisé).

Il est possible d'intégrer des groupes de soutien et des ressources pour éviter de se sentir submergé par un manque de soutien.

[livre de Me Joanie Lalonde-Piecharski](#) pour connaître les ressources qui pourraient être utiles pour aider une personne ayant des défis de se préparer au passage à la vie adulte.

Section 11 : Vie d'adulte - autonomie et sexualité

Alex est rendu à une étape où il veut trouver son chez-soi, partir de chez ses parents et développer son autonomie. Il souhaite aussi bâtir des relations intimes, mais c'est souvent difficile puisqu'il est confronté à différents obstacles. Cette section vous aidera à y voir plus clair.

Options pour vivre chez soi (RAMQ, 2024)	<p>1. Résidences avec services :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Pour adultes autonomes ou semi autonomes ● Service d'aide pour les tâches quotidiennes et encadrement selon les besoins ● Coûte environ 25-30% du revenu
	<p>2. Ressources intermédiaires :</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Logements supervisés avec différents niveaux de soutien (appartements avec visites régulières d'intervenants, colocations encadrées)

Il existe aussi des programmes d'aide financière :

- **PAD** (Programme d'adaptation de domicile) :
 - Jusqu'à 15 000\$ pour adapter un logement
 - Pour aménagements comme rampes, douche accessible
- **SHQ** (Société d'habitation du Québec) :
 - Subventions pour modifications mineures

Obstacles à surmonter sur le plan des relations (Wit et al., 2022; Brown et McCann, 2018)

Les personnes vivant des défis ont, comme tout le monde, des besoins d'affection et de relation. Les familles et le personnel éducateur veulent souvent les protéger, mais par peur ou par manque d'informations, ils peuvent limiter leurs relations avec les autres. Il est important de leur donner une éducation claire et adaptée sur l'amour, le corps, le respect et le consentement. Peu importe les différences, chaque personne a le droit d'aimer, d'être aimée et de s'épanouir!

Comment aborder le sujet de la sexualité avec Alex ? (Child and Parent Resource Institute, 2021)

En tant que parent, vous jouez un rôle crucial dans l'éducation sexuelle de votre jeune. Voici des stratégies adaptées pour la rendre optimale :

1. **Préparation**
 - Consultez des professionnels (sexologues, éducateurs spécialisés) pour adapter votre approche
 - Identifiez ensemble les messages essentiels à transmettre
2. **Évaluation des connaissances**
 - Déterminez ce que votre jeune sait déjà
 - Corrigez les informations inexactes et donnez des explications simples et claires
3. **Adaptation du contenu**
 - Utilisez un langage concret et des exemples concrets
 - Divisez les informations en notions simples

- Privilégiez des supports visuels (schémas, pictogrammes)
- 4. **Apprentissage progressif**
 - Répétez régulièrement les concepts clés
 - Profitez des routines quotidiennes pour renforcer les messages
- 5. **Vie privée et intimité**
 - Enseignez clairement :
 - o Les comportements appropriés en public/privé
 - o Le respect de l'intimité (porte fermée, vêtements adaptés)
 - o Le consentement et l'autoprotection
- 6. **Autonomie et sécurité**
 - Développez ses compétences en hygiène personnelle
 - Renforcez sa capacité à reconnaître et refuser les contacts inappropriés
 - Abordez les risques spécifiques (Internet, relations)
- 7. **Modélisation**
 - Montrez l'exemple par votre comportement
 - Respectez scrupuleusement son intimité
- 8. **Dialogue ouvert**
 - Répondez aux questions avec des termes anatomiques précis
 - Répondez aux questions comme vous répondriez à n'importe quelle question
- 9. **Supports pédagogiques**
 - Utilisez des ressources adaptées (livres spécialisés, applications)
 - Créez des outils personnalisés si nécessaire
- 10. **Approche globale**
 - Commencez tôt (avant la puberté)
 - Abordez tous les aspects :
 - o Biologie (corps, reproduction)
 - o Relations sociales
 - o Émotions et respect mutuel

Pour plus de détails, il existe des guides pertinents sur le sujet :

- La sexualité des personnes ayant une déficience intellectuelle – Payant (Éditions du CHU Sainte-Justine).
- Sexualité et déficience développementale : Un guide pour les parents. Gouvernement de l'Ontario.
- Guide de sexualité pour les personnes autistes au <https://www.autisme.qc.ca/produit/sexualite-un-guide-pour-les-personnes-autistes-version-pdf-edition-2023/>.

En général, entretenir des relations sociales est considéré comme un besoin fondamental chez tout être humain. Cela permet de développer ses capacités à communiquer avec les autres, à augmenter son bien-être, à diminuer l'isolement et même à diminuer l'anxiété (Institut du cerveau, 2026).

La création de liens significatifs est importante pour chacun d'entre nous. Toutefois, cela vient aussi avec une étape plus difficile : la possibilité de perdre un proche, comme un parent. Pour une

personne handicapée et sa famille, cette étape peut créer de l'inquiétude et des difficultés. C'est ce qui sera abordé dans la section 12.

Section 12 : Le vieillissement et le décès du parent

Quand une personne handicapée devient adulte, ses parents vieillissent aussi. Un jour, ces parents auront besoin d'aide ou peuvent mourir. Cela peut être autant difficile pour l'adulte handicapé, surtout s'il vit avec ses parents depuis longtemps, que pour les parents qui craignent que leur enfant se retrouve sans aide lorsqu'ils ne seront plus là.

Les parents et le temps qui passe (Botsford, 2004; Llewellyn et al., 2003; Smith, 2010)

Voici ce que vivent plusieurs familles avec un adulte ayant un handicap :

- Les parents sont souvent les personnes les plus importantes dans la vie de leur enfant.
- Quand les parents deviennent vieux ou malades, leur jeune peut avoir peur de ce qui va arriver.
- S'il n'y a pas de plan, la personne peut être obligée de changer de maison ou d'aidant, ce qui peut lui faire très peur.
- Quand un parent meurt, l'adulte peut être triste, mais ne pas savoir comment le dire.

Ce que les familles peuvent faire :

- Parler ensemble de l'avenir, même si c'est difficile.
- Prévoir qui va aider l'adulte quand les parents ne seront plus là.
- Chercher de l'aide dans la communauté (groupes, intervenants, maison de répit).
- Aider l'adulte à apprendre à faire des choses seul (cuisiner, gérer l'argent, prévoir un transport).
- Laisser l'adulte exprimer sa peine à sa façon (dessins, musique, objets).

C'est important de ne pas attendre le dernier moment pour s'organiser. Il existe des services et des personnes qui peuvent accompagner les familles pour que cette transition se passe mieux.

Conclusion

En conclusion, bien que toutes les familles vivent des étapes semblables, certaines peuvent nécessiter plus d'adaptations lorsque l'enfant a des défis particuliers. Dans ce guide, plusieurs explications, conseils, outils et ressources ont été données pour aider à ce que les grandes transitions de la vie soient facilitées. On espère qu'il aura permis de répondre à vos questions et à vous aider à vivre chaque étape avec plus de soutien et d'aisance.

LISTE DES ABRÉVIATIONS

CPE : centre de la petite enfance

OPHQ : Office des personnes handicapées du Québec

PI : plan d'intervention

TSA : trouble du spectre de l'autisme

TEVA : Transition de l'école vers la vie active

DÉFINITIONS DES PROFESSIONNELS ET DE LEURS RÔLES

Ergothérapeute : Aide les adultes et leurs enfants, entre autres, à accomplir les activités importantes pour elles (ex : se développer, jouer, prendre soin de soi et des autres, etc.). ([OEQ, 2026](#))

Orthopédagogue : Aide les personnes qui apprennent et qui ont des difficultés, par exemple en lecture ou en écriture. ([ADOO, s.d.](#))

Orthophoniste : Aide les personnes avec la communication, le langage, la parole, la voix ou la déglutition. ([OOAQ, s.d.](#))

Personnel éducateur : Comprend les éducateurs spécialisés qui aident les personnes à s'intégrer dans la communauté et à s'adapter à leur réalité. ([Gouvernement du Québec, 2026](#))

Psychoéducateur : Aide les personnes dans leur quotidien à mieux s'adapter dans leur milieu de vie selon leurs difficultés d'adaptation. ([OPPQ, 2026](#))

Travailleur social : Aide les personnes et les communautés dans le but d'améliorer leur bien-être selon les défis quotidiens. ([OTSTCFC, 2026](#))

GLOSSAIRE

Autonomie : C'est quand une personne est capable de réaliser ses activités de tous les jours et qui sont importantes pour elle, et ce, malgré les incapacités qu'elle peut présenter. Par exemple, un enfant ayant une déficience au niveau de ses capacités de motricité fine est autonome à l'alimentation grâce à l'utilisation d'ustensiles adaptés (OEQ, 2024).

Déficience : C'est quand le corps ou l'esprit d'une personne fonctionne d'une façon différente des autres. Cela peut être présent depuis la naissance ou être causé par une maladie ou une blessure. Cela peut toucher différentes parties du corps ou du cerveau. Par exemple, il y a la déficience intellectuelle, qui affecte la façon de penser, la déficience motrice, qui rend les mouvements plus difficiles, ou la déficience visuelle, qui touche la vue (Office québécois de la langue française, 2018; OPHQ, 2023).

Famille : Inclut des adultes et des enfants reliés par l'affection, la parenté ou la confiance, et qui partagent des croyances, circonstances et expériences de vie. Elle peut être représentée de différentes manières (ex. : familles monoparentales, famille d'accueil, famille multigénérationnelle, diversité de genre) et constitue ce qui est le plus important dans le développement social, émotionnel et identitaire ainsi que du bien-être d'un enfant. Tout au long de sa vie ? (College of early childhood educators, 2022).

Handicap : Se produit quand une personne a des limitations physiques ou mentales qui l'empêchent de faire des activités en raison d'obstacles dans son environnement. Par exemple, un jeune en fauteuil roulant ne peut pas accéder à la plage si le seul chemin disponible est un escalier (Office québécois de la langue française, 2020; Gouvernement du Québec, 2024b; OPHQ, 2017).

Incapacité : C'est quand une personne n'est pas capable de fonctionner dans ses activités du quotidien, de façon temporaire ou permanente, en raison d'un handicap, d'une déficience ou d'un trouble (OPHQ, 2023; Gouvernement du Québec, 2024a). Par exemple, pendant la pandémie, les masques étaient obligatoires. Une personne qui entend mal (déficience) avait du mal à suivre et à participer à une conversation (handicap) parce qu'elle ne pouvait plus lire sur les lèvres (incapacité). Il existe différents types d'incapacités, comme :

- L'incapacité motrice (ex. : difficulté à marcher ou à tendre le bras)
- L'incapacité visuelle (ex. : difficulté à voir des détails ou identifier des gens)
- L'incapacité auditive (ex. : difficulté à entendre une conversation ou des sons)
- L'incapacité intellectuelle (ex. : difficulté à comprendre comment fonctionne la préparation d'un repas)

Inclusion : C'est le fait de permettre aux personnes en situation de handicap de participer pleinement à la société. Pour cela, on peut adapter l'environnement afin qu'il réponde aux besoins de chacun. Par exemple, installer une rampe d'accès devant un centre communautaire permet aux personnes en fauteuil roulant d'entrer dans le bâtiment et de participer aux activités (UQAM, s.d.).

Neurodiversité : C'est l'idée que tous les cerveaux fonctionnent différemment (autisme, trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité [TDAH], dyslexie, etc.). Par exemple, certaines personnes pensent en images (comme les personnes autistes). D'autres apprennent plus lentement ou plus vite. Certains ont du mal à rester assis (TDAH), mais sont très créatifs. Donc, il n'y a pas un seul bon cerveau, mais plein de façons différentes de penser. Au lieu de dire "c'est un problème", on peut dire "c'est une différence". Cela aide les gens à être fiers de leur façon d'être. Cela montre aussi que tout le monde peut apporter quelque chose de spécial (Groupe de Recherche sur l'Autisme de Montréal, s.d.).

Trouble : C'est quand une personne reçoit un diagnostic en raison d'une différence dans son corps, son comportement, sa manière de penser ou sa façon de ressentir des émotions (Office québécois de la langue française, 2019; OMS, 2022). Il existe différents types de trouble, comme :

- Trouble du spectre de l'autisme
- Trouble d'apprentissage
- Trouble déficitaire de l'attention
- Trouble du développement de la coordination
- Trouble anxieux
- Trouble dépressif
- Trouble développemental du langage

BIBLIOGRAPHIE

- Annuaire retraite. (2023). *Tutelle ou curatelle : comparatif, avantages et inconvénients*.
<https://www.annuaire-retraite.com/droits-et-aides-pour-senior/tutelle-ou-curatelle-comparatif-avantages-et-inconvenients/>
- Asbjørnslett, M., Engelsrud, G. H. et Helseth, S. (2015). How children with disabilities engage in occupations during a transitional phase. *Journal of Occupational Science*, 22(3), 320–333.
<https://doi-org.biblioproxy.uqtr.ca/10.1080/14427591.2014.952365>
- Asselin, V. (s.d.). *Préparer le passage du primaire au secondaire*. AlloProf.
<https://www.alloprof.qc.ca/fr/parents/articles/cheminement-scolaire-quebec/preparer-passage-primaire-secondaire-k1441>
- Association des parents d'enfants handicapés. (2024). *Accueil*. <https://www.apeh.ca/>
- Association des personnes handicapées adultes de la Mauricie. (s.d.). *Services offerts*.
<https://ahamauricie.org/services/>
- Association québécoise des parents d'enfants handicapés visuels [AQPEHV]. (s.d.). *L'annonce du diagnostic : D'émotion en émotion*.
https://www.aqpehv.qc.ca/textes-interessants-complet?id_texte=3#:~:text=Ce%20cheminement%20est%20divis%C3%A9%20en,l%20adaptation%20et%20la%20r%C3%A9organisation.&text=Le%20choc%20constitue%20la%20premi%C3%A8re,enfant%20avec%20une%20d%C3%A9fiance%20visuelle.
- Association québécoise pour le loisir des personnes handicapées [AQPLPH]. (s.d.). *Ressources – Liens utiles*. <https://aqplph.qc.ca/ressources/liens-utiles/>
- Attwood, T. (2008). *Le syndrome d'Asperger: guide complet*. De Boeck Supérieur.
- Bernasconi, G. et Rudelli, N. (2023). L'annonce du diagnostic aux enfants et jeunes adultes avec TSA. *Revue Suisse de Pédagogie Spécialisée*, 13(1). <https://doi.org/10.57161/r2023-01-03>
- Bianco, M., Garrison-Wade, D. F. et Tobin, R. (2009). Parents' perceptions of postschool years for young adults with developmental disabilities. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 47(3), 186–196.
- Botsford, A. L. (2004). "There's a timebomb": Planning for parental death and transitions in care for older people with intellectual disabilities and their families. *Journal of Gerontological Social Work*, 43(1), 25–40. https://doi.org/10.1300/J083v43n01_03
- Brown, M. et McCann, E. (2018). Sexuality issues and the voices of adults with intellectual disabilities: A systematic review of the literature. *Research in Developmental Disabilities*, 74, 124–138.
<https://doi.org/10.1016/j.ridd.2018.01.009>
- Brown, M., Harry, M. et Mahoney, K. (2018). "It's like two roles we're playing": Parent perspectives on

navigating self-directed service programs with adult children with intellectual and/or developmental disabilities [article]. *Journal of Policy & Practice in Intellectual Disabilities*, 15(4), 350-358. <https://doi.org/10.1111/jppi.12270>

Carrington, L., Hale, L., Freeman, C., Smith, D. et Perry, M. (2024). The effectiveness of play as an intervention using International Classification of Functioning outcome measures for children with disabilities—A systematic review and meta-synthesis. *Disability and Rehabilitation: An International, Multidisciplinary Journal*, 46(17), 3827-3848. <https://doi.org/10.1080/09638288.2023.2259305>

CCSEHDAA. (2025). *Guide pratique pour les parents d'élèves à besoins particuliers du CCSDM*. https://www.cssdm.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/GUIDE_CCSEHDAA_WEB.pdf

Centre de services scolaire Chemin-du-Roy. (s. d.). *Offre de service préscolaire*. <https://csscdr.gouv.qc.ca/prescolaire-et-primaire/offre-de-service-prescolaire/>

Centre de services scolaire des Premières-Seigneuries. (s.d.). *Mon passage au secondaire : Ton guide étape par étape*. [Accueil – Mon passage au secondaire \(gouv.qc.ca\)](https://www.gouv.qc.ca/accueil/mon-passage-au-secondaire)

Centre de services scolaires Marie-Victorin [CSSMV]. (s.d.). *Le classement des élèves ayant des besoins particuliers*. <https://cssmv.gouv.qc.ca/la-csmv/eleves-handicapes-ou-en-difficulte-dadaptation-ou-dapprentissage/le-classement-des-eleves/>

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec (CIUSSS MCQ). (s. d.). *Hébergement – Ressource de type familial (RTF)*. <https://ciusssmcq.ca/soins-et-services/soins-et-services-offerts/hebergement/hebergement-ressource-de-type-familial-rtf/>

Centre National de Ressources Textuelles et Lexicales. (2012). *Organique*. <https://www.cnrtl.fr/definition/organique>

Centre RBC d'expertise universitaire en santé mentale de l'université de Sherbrooke. (2020). *Préparer l'entrée au secondaire : quelques pistes à explorer*. <https://sante-mentale-jeunesse.usherbrooke.ca/wp-content/uploads/2020/06/Fiche-aux-parents-preparation.pdf>

Child and Parent Resource Institute. (2021). *Sexualité et déficience développementale : Un guide pour les parents*. Gouvernement de l'Ontario. <https://www.ontario.ca/fr/document/ressources-recommandees-par-lequipe-des-comportements-sexuels-du-child-and-parent-research-institute/sexualite-et-deficience-developpementale-un#section-1>

Child Mind Institute. (2025). *8 self-care tips for parents: Practical advice*. <https://childmind.org/article/self-care-for-parents-tips-advice/>

- CHU Sainte-Justine. (2024). *Guide info-famille – ressources des bibliothèques : Annonce du diagnostic*. <https://enseignement.chusi.org/fr/bibliotheques/les-Ressources/Guide-Info-famille.aspx?NodeAId=Annonce-du-diagnostic-difficile>
- CHU Sainte-Justine. (s. d.). *La sexualité des personnes ayant une déficience intellectuelle*. Éditions du CHU Sainte-Justine.
- Classs.ca. (s.d.). *CLASSS : Classeur logique archives santé services sociaux*. <https://www.classs.ca>
- College of early childhood educators. (2019). *Practice Guideline : Inclusion of Children with disabilities*. https://www.college-ece.ca/en/Documents/Practice_Guideline_Inclusion.pdf
- Collège Saint-Jean-Vianney. (s.d.). *Les différences entre un collège privé et une école publique*. [Les différences entre un collège privé et une école publique | Collège St-Jean Vianney \(csjv.ca\)](https://www.csjv.ca/les-differences-entre-un-college-privé-et-une-école-publique)
- Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse du Québec. (2006). *Avis sur l'accès des enfants ayant des limitations fonctionnelles aux services de garde à l'enfance*. https://www.cdpdj.qc.ca/storage/app/media/publications/enfants_handicapes_services_garde_a_vis.pdf
- ConnectAbility.ca. (s.d.). *Quand on diagnostique des besoins particuliers à votre enfant*. https://connectability.ca/wp-content/uploads/files/translations/french/when_your_child_is_diagnosed-fr.pdf
- Conseil de recherche en science naturelle et en génie du Canada. (2017). *Guide du candidat : Tenir compte de l'équité, de la diversité et de l'inclusion dans votre demande*. https://www.nserc-crsng.gc.ca/_doc/EDI/Guide_for_Applicants_FR.pdf
- Drouin-Garraud, V. (2009). *Annonce diagnostique à l'enfant*. Dans Korff-Sausse, S. (dir.), *La vie psychique des personnes handicapées*. (p. 75 -87). Érès. <https://doi.org/10.3917/eres.korff.2009.01.0075>.
- Écoles privées du Québec. (s.d.). *Foire aux questions*. [Avantages de l'écoles privées | Écoles privées du Québec \(ecolespriveesquebec.ca\)](https://www.ecolespriveesquebec.ca/avantages-de-lescoles-privées)
- Écoles privées du Québec. (s.d.). *Quels sont les avantages de l'école privée?* [Avantages de l'écoles privées | Écoles privées du Québec \(ecolespriveesquebec.ca\)](https://www.ecolespriveesquebec.ca/avantages-de-lescoles-privées)
- Éducaloi. (2024). *La tutelle : protéger une personne inapte*. <https://educaloi.qc.ca/capsules/la-tutelle-au-majeur/#:~:text=La%20tutelle%20offre%20une%20protection,un%20tuteur%20pour%20cette%20personne>
- Educatout. (s. d.). *Le plan d'intervention - c'est quoi et c'est pour qui ?* <https://www.educatout.com/enfants-besoins-particuliers/integration-et-accompagnement/le-plan-d-intervention---c-est-quoi-et-c-est-pour-qui-.htm>
- Educazen. (2024). *L'importance du jeu chez l'enfant. Jouer, c'est grandir!*. <https://www.educazen.com/mag/developpement-enfant/importance-jeu-enfant>

Espace parents. *Le plan d'intervention (P.I.).*
<https://espaceparents.org/besoins-particuliers/comprendre-le-plan-dintervention/>

Fédération des comités de parents du Québec. (2010). *Guide d'information à l'intention des parents d'un enfant handicapé ou en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage.*
https://csshc.gouv.qc.ca/wp-content/uploads/2018/10/fcpq_brochure-finale-14_juin.pdf

Fédération québécoise de l'autisme. (s.d.) *Aidez votre enfant à se préparer pour la rentrée scolaire.*
<https://www.autisme.qc.ca/boite-a-outils/aidez-votre-enfant-a-se-preparer-pour-la-rentree-scolaire/>

Fédération québécoise de l'autisme. (s.d.) *Diagnostic et premières démarches.*
<https://www.autisme.qc.ca/je-suis-parent-ou-proche-aidant/diagnostic-et-premieres-demarches/#:~:text=Vous%20devez%20prendre%20rendez%2Dvous,de%20faire%20dans%20votre%20r%C3%A9gion.>

Fédération québécoise de l'autisme. (s.d.) *Services en santé et en éducation – connaître les ressources.*
<https://www.autisme.qc.ca/je-suis-parent-ou-proche-aidant/service-en-sante-et-en-education/description-des-ressources/>

Ferland, F. (2018). Qu'est-ce que le jeu? Dans F. Ferland. (dir.), *Et si on jouait? : le jeu au cœur du développement de l'enfant* (3^e éd., p. 36-37). Éditions du CHU Sainte-Justine, Le centre hospitalier universitaire mère-enfant. <http://collections.banq.qc.ca/ark:/52327/3549113>

Fondation Lucie et André Chagnon. (2023). *Observatoire des tout-petits. Tout-petits ayant besoin de soutien particulier : Comment favoriser leur plein potentiel ?*
<https://tout-petits.org/publications/rapports/besoin-soutien-particulier/>

Forméduc. (S.d.). *Aider l'enfant à intégrer un nouveau milieu.*
<https://www.formeduc.ca/aider-lenfant-a-integrer-un-nouveau-milieu/>

Garderies au Québec. (2022). *Mon enfant commence la garderie : guide et conseils pratiques.*
<https://www.garderiesauquebec.ca/mon-enfant-commence-la-garderie-guide-et-conseils-pratiques.php>

Gouvernement du Canada. (2024) *Prestation pour enfants handicapés (PEH).*
<https://www.canada.ca/fr/agence-revenu/services/prestations-enfants-familles/prestation-enfants-handicapes.html>

Gouvernement du Québec. (2017). *Guide des programmes destinés aux personnes handicapées, à leur famille et à leurs proches.* <https://numerique.banq.qc.ca/patrimoine/details/52327/4076210>

Gouvernement du Québec. (2018). *Guide de soutien à la famille pour les parents d'un enfant ou d'un adulte handicapé.* [guide en soutien à la famille](#)

Gouvernement du Québec. (2018). *Guide pour soutenir la démarche de transition de l'école vers la vie active (TEVA).* <https://santesaglac.gouv.qc.ca/medias/2018/11/TEVA-guide-2018.pdf>

- Gouvernement du Québec. (2023). *Services de garde pour les enfants ayant des besoins de soutien particulier*.
<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/garderies-et-services-de-garde/services-de-garde-personne-handicapee>
- Gouvernement du Québec. (2023). *Demander l'ouverture d'une tutelle pour une personne majeure*.
<https://www.quebec.ca/justice-et-etat-civil/protection-legale/tutelle-au-majeur/demander-ouverture-tutelle#c169658>
- Gouvernement du Québec. (2023). *Demander l'ouverture d'une tutelle pour une personne majeure*.
<https://www.quebec.ca/justice-et-etat-civil/protection-legale/tutelle-au-majeur/demander-ouverture-tutelle#c169658>
- Gouvernement du Québec. (2024a). *Autoformation mieux accueillir les personnes handicapées*.
<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/participation-sociale-personnes-handicapees/autoformation-mieux-accueillir-personnes-handicapees>
- Gouvernement du Québec. (2024b). *Définition de la personne handicapée*.
<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/participation-sociale-personnes-handicapees/definition-personne-handicapee>
- Gouvernement du Québec. (2024). *Programme Agir tôt*.
<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/developpement-des-enfants/outils-ressources-developpement-enfants/programme-agir-tot-depister-tot-pour-mieux-repondre-aux-besoins-des-enfants#c48943>
- Gouvernement du Québec. (2024). *Services d'aide en déficience intellectuelle et trouble du spectre de l'autisme (DI-TSA)*.
<https://ciusssmq.ca/soins-et-services/soins-et-services-offerts/rendez-vous-et-consultations/services-en-deficience-intellectuelle-et-trouble-du-spectre-de-l-autisme-di-tsa/>
- Gouvernement du Québec. (2024). *Services en déficience physique chez les enfants*.
<https://ciusssmq.ca/soins-et-services/soins-et-services-offerts/famille-petite-enfance-jeunesse/deficience-physique-chez-les-enfants/>
- Gouvernement du Québec. (2024c). *Types de services de garde au Québec*.
<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/garderies-et-services-de-garde/types-services-garde>
- Gouvernement du Québec. (2025). *Importance du jeu pour le développement de l'enfant*.
<https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/enfance/developpement-des-enfants/importance-jeu-developpement-enfant#c234513>
- Gouvernement du Québec. (s.d.). *Le plan d'intervention*.
https://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/education/jeunes/Synthese-Plan-interv-PFEQ.pdf
- Gouvernement du Québec. (s.d.). *Les autres programmes éducatifs (CAPS, DÉFIS, PEDIP)*. [PFEQ - Les autres programmes éducatifs \(gouv.qc.ca\)](https://www.pfeq.ca/autres-programmes-educatifs)

- Groupe de Recherche sur l'Autisme de Montréal. (s.d.). *Le concept de neurodiversité*. Université de Montréal.
<http://groupechercheautismemontreal.ca/Documents/Le%20concept%20de%20neurodiversit%C3%A9.pdf>
- Harvey-Miville, G., Les Z'impairfaits et Brault et Bouthillier. (2019). *L'ABC des activités sensorielles pour vos enfants à besoins particuliers*.
<https://www.viedeparents.ca/labc-des-activites-sensorielles-pour-vos-enfants-a-besoins-particuliers/>
- Hewes, J. (s.d.). *Laissons-les s'amuser : l'apprentissage par le jeu chez les jeunes enfants*. Conseil canadien sur l'apprentissage.
https://www.enfant-encyclopedie.com/sites/default/files/apprentissage-par-le-jeu_jane-hewes.pdf
- Institut du cerveau. (2026). *Les interactions sociales*.
<https://institutducerveau.org/fiches-fonctions-cerveau/interactions-sociales>
- Institut Nazareth et Louis-Braille. (2006). *Parents et service de garde : guide pour l'inclusion des enfants ayant une déficience visuelle*.
https://files.agpehv.net/publications/spec/parents_et_service_de_garde.pdf
- Kuhaneck, H., Spitzer, S. L. et Bodison, S. C. (2020). A systematic review of interventions to improve the occupation of play in children with autism. *OTJR: Occupation, Participation and Health*, 40(2), 83-98. <https://doi.org/10.1177/1539449219880531>
- L'accompagnateur. (s.d.). *Parcours de vie. 1-5 ans – DI | L'accompagnateur*
- Laverdure, P. et Beisbier, S. (2021). Occupation- and activity-based interventions to improve performance of activities of daily living, play, and leisure for children and youth ages 5 to 21: a systematic review. *American Journal of Occupational Therapy*, 75(1), 1–24.
<https://doi-org.biblioproxy.uqtr.ca/10.5014/ajot.2021.039560>
- Le centre de transfert pour la réussite éducative du Québec. (2018). *Les transitions scolaires de la petite enfance à l'âge adulte*.
<https://acrobat.adobe.com/id/urn:aaid:sc:US:8ff27aa8-1987-43d4-98fe-b7a89984fc7a>
- Llewellyn, G., Gething, L., Kendig, H. et Cant, R. (2003). Post-parenting: An exploratory study of the perceptions of aging mothers with an intellectually disabled adult. *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 28(2), 149–164. <https://doi.org/10.1080/1366825031000147153>
- Ministère de la Famille. (2023). *Intégration des enfants vulnérables adressés par les CISSS-CIUSS*.
<https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/services-de-garde/cpe-garderies/gestion-sg/Pages/integration-enfants-vulnerables.aspx>

Ministère de l'Éducation. (2023). *Programme-cycle de l'éducation préscolaire*. https://www.education.gouv.qc.ca/fileadmin/site_web/documents/education/jeunes/pfeq/Programme-cycle-prescolaire.pdf

Ministère de l'Éducation. (s.d.). *Élèves handicapés ou en difficulté d'adaptation ou d'apprentissage*. <https://www.quebec.ca/education/prescolaire-primaire-et-secondaire/ressources-outils-reseau-scolaire/elevés-handicapés-difficultés-adaptation-apprentissage#c55722>

Ministère du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale. (2019). *Stratégie nationale pour l'intégration et le maintien en emploi des personnes en situation de handicap 2019-2024*. Gouvernement du Québec. https://cdn-contenu.quebec.ca/cdn-contenu/adm/min/emploi-solidarite-sociale/publications-adm/rapport/STRAT_snph_2019-2024_MTESS.pdf

Naître et grandir. (2017). *Le plan d'intervention à l'école*. <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/5-8-ans/ecole/plan-intervention-ecole/#:~:text=Le%20plan%20d'intervention%20est%20l%C3%A0%20pour%20aider%20les%20C3%A9l%C3%A8ves,interviennent%20aupr%C3%A8s%20de%20l'enfant.>

Naître et grandir. (2020). *L'adaptation à la garderie*. https://naitreetgrandir.com/fr/etape/0_12_mois/viefamille/bg-naitre-grandir-adaptation-service-de-garde-garderie/

Naître et grandir. (2022). *Entrée à la maternelle : comment accompagner son enfant*. <https://naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/garderie/ik-naitre-grandir-ecole-rentree-maternelle/#:~:text=Vous%20pouvez%20aider%20C3%A0%20s'adapter%20en%20parlant%20de,votre%20enfant%20C3%A0%20s'adapter>

Naître et grandir. (2024). *L'enfant aux besoins particuliers : parler du diagnostic*. https://naitreetgrandir.com/fr/etape/1_3_ans/viefamille/enfant-besoins-particuliers-parler-diagnostic/

Naître et grandir. (2024). *La maternelle 4 ans*. https://naitreetgrandir.com/fr/etape/3-5-ans/garderie/maternelle-quatre-ans/#_Toc156983916

Office des personnes handicapées du Québec. (2017). *Guide des programmes destinés aux personnes handicapées, à leur famille et à leurs proches*. https://www.ciissca.com/clients/CISSCA/CISS/COVID-19/Partenaires/Responsables/Guide_des_programmes_destin%C3%A9s_aux_personnes_handicap%C3%A9es_famille_et_proches.pdf

Office des personnes handicapées du Québec. (2018). *Guide sur le Parcours Scolaire Pour les parents D'un enfant Handicapé*. [Guide sur le parcours scolaire pour les parents d'un enfant handicapé | BAnQ numérique](#)

Office des personnes handicapées du Québec. (2022). *Guide sur le parcours scolaire pour les parents d'un enfant handicapé*. Transcollines. https://transcollines.ca/wp-content/uploads/2022/03/Guide_Parcours_Scolaire.pdf

- Office des personnes handicapées du Québec. (2023). *Glossaire*. Gouvernement du Québec.
<https://www.ophq.gouv.qc.ca/publications/statistiques/personnes-handicapees-au-quebec-en-chiffres/glossaire.html>
- Office des personnes handicapées du Québec. (2024). *Guide pour les personnes handicapées, leur famille et leurs proches*. www.ophq.gouv.qc.ca/publications
- Office québécois de la langue française. (2018). *Trouble*.
<https://vitrielinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/8408326/trouble>
- Office québécois de la langue française. (2020). *Handicap*.
<https://vitrielinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/8385452/handicap>
- Office québécois de la langue française. (2020). *Trouble neurodéveloppemental*.
<https://vitrielinguistique.oqlf.gouv.qc.ca/fiche-gdt/fiche/26545255/trouble-neurodeveloppemental>
- Ordre des ergothérapeutes du Québec. (2024). *Qu'est-ce que l'ergothérapie?*
<https://www.oeq.org/m-informer/qu-est-ce-que-l-ergotherapie.html>
- Organisation mondiale de la santé. (2022). *Troubles mentaux*.
<https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/mental-disorders>
- Organisation Mondiale de la santé. (2024). *Deafness and hearing loss*.
<https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/deafness-and-hearing-loss#:~:text=La%20d%C3%A9fiance%20auditive%20peut%20%C3%AAtre,d%C3%A9fiance%20auditive%20l%C3%A9g%C3%A8re%20%C3%A0%20s%C3%A9v%C3%A8re>
- Première ressource. (2020). *La préparation à la maternelle*.
<https://premiereresource.com/fr/article/29/la-preparation-a-la-maternelle>
- Projet Partenaires pour la réussite éducative en Estrie. (2019). *Guide d'accompagnement à la première transition scolaire*. <https://numerique.banq.qc.ca/patrimoine/details/52327/3689060>
- Régie de l'assurance maladie du Québec [RAMQ]. (2024). *Hébergement en ressource intermédiaire*.
<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/programmes-aide/hebergement-ressource-intermediaire>
- Répertoire Fondations pour enfants handicapés. (s.d.). *Trouvez en quelques clics l'aide financière qui répond à vos besoins*. <https://www.repertoirefondations.ca/>
- Réseau des écoles publiques alternatives du Québec (REPAQ). (s.d.). *Les écoles alternatives au Québec*.
<https://repaq.org/>
- Retraite Québec. (s.d.). *Un enfant handicapé*.
<https://www.retraitequebec.gouv.qc.ca/fr/enfants/enfant-handicape/Pages/enfant-handicape.aspx>

- Samsell, B., Lothman, K., Samsell, E. E. et Ideishi, R. I. (2022). Parents' experiences of caring for a child with autism spectrum disorder in the United States: A systematic review and metasynthesis of qualitative evidence. *Families, Systems, & Health*, 40(1), 93–104. <https://doi.org/10.1037/fsh0000654>
- Sandall, S. R. (2003). *Play modifications for children with disabilities*. <https://dcf.wisconsin.gov/files/youngstar/pdf/eci/playmodifications-forchildrenwithdisabilities.pdf>
- Schwartz, A. et Rogers, E. S. (2024). Exploring the impact of mental health symptoms in the workplace and supportive accommodations for young adults with intellectual/developmental disabilities and co-occurring mental health conditions. *Journal of Mental Health Research in Intellectual Disabilities*, 17(2), 83-105. <https://doi.org/10.1080/19315864.2023.2183292>
- Selman, S. B. et Dilworth, B. J. E. (2024). Routines and child development: A systematic review. *Journal of Family Theory & Review*, 16(2), 272–328. <https://doi.org/10.1111/jftr.12549>
- Smith, L. E. (2010). *Daily experiences among mothers of adolescents and adults with autism spectrum disorder*. *Autism*, 14(5), 465–483. <https://doi.org/10.1177/1362361310366575>
- Syndicat des enseignants de l'Outaouais. (2019). *Personnel enseignant*. <https://s-e-o.ca/wp-content/uploads/2019/09/CC1520annex19.pdf>
- Table sur le mode de vie physiquement actif (TMVPA). (2015). *À nous de jouer! : Jeu actif et jeu libre pour le développement de l'enfant*. Gouvernement du Québec. <https://numerique.banq.qc.ca/patrimoine/details/52327/3532166>
- The Royal College of Occupational Therapists. (2025). *Occupational therapy advice for play*. <https://www.rcot.co.uk/learn-about-occupational-therapy/ot-advice/lift-up/play>
- UNICEF. (s.d.). *Prendre soin de soi quand on est parent*. <https://www.unicef.org/parenting/fr/sante-mentale/parents-conseils-pour-prendre-soin-de-soi#oi>
- Université du Québec à Montréal. (s.d.). *Lexique - Équité, diversité, inclusion*. <https://edi.uqam.ca/lexique/equite-diversite-inclusion/>
- Wisner, W. (2023). *The ages and stages of play*. <https://www.parents.com/toddlers-preschoolers/development/growth/ages-and-stages-of-play/>
- Wit, W., Oorsouw, W. M. W. J. et Embregts, P. J. C. M. (2022). Attitudes towards sexuality and related caregiver support of people with intellectual disabilities: A systematic review on the perspectives of people with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 35(1), 75-87. <https://doi.org/10.1111/jar.12928>

