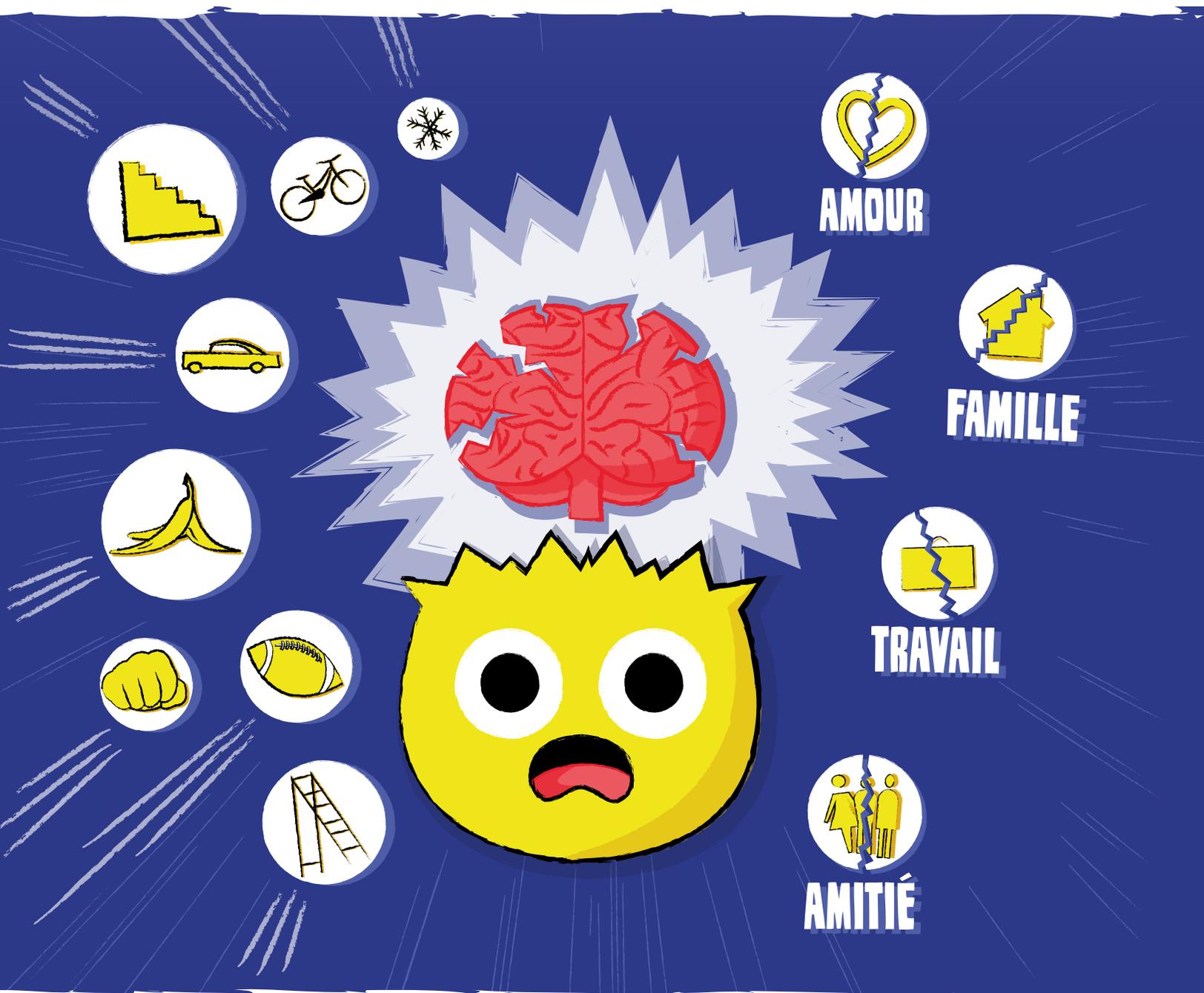


RAPPORT D'ACTIVITÉS

2020-2021



CONNEXION > TCC.QC

Regroupement des associations de personnes
traumatisées craniocérébrales du Québec



Rédaction :

Anna Désiles, Lucie Jutras, Meggie Labelle, Marjolaine Tapin.

Graphisme :

Anna Désiles.

cliquez
sur la page voulue
et vous arriverez à
destination !

TABLES DES MATIÈRES

PRÉAMBULE **4 à 11**

Les mots 5 § 6

Qui sommes-nous ? 7 à 10

Merci à nos partenaires 11

UNE ANNÉE DE RÉSILIENCE **12 à 41**

Regrouper **13 à 23**

Vie associative 13 à 16

Outils et événements 17 à 23

Soutenir **24 à 31**

(In)formation 24 à 26

Communication 26 à 29

Réflexion stratégique 30 & 31 (lien mort)

Représenter **32 à 35**

Sensibiliser **36 à 41**

PROLOGUE **42 à 44**

Connexion TCC.QC et COVID-19 43

En route vers 2020-2021 44

ANNEXES **45 à 57**

Un réseau d'associations 46

Composition des comités 47 & 48

Cadre stratégique 49 § 50

Plan d'action triennal (plan de métro) 51

Extraits revue de presse 52 à 57

PRÉAMBULE

... DU PRÉSIDENT



Il me fait plaisir de présenter le rapport annuel 2020-2021 de Connexion TCC.QC, le Regroupement des associations de personnes traumatisées craniocérébrales du Québec. Étant impliqué au Regroupement depuis plusieurs années, je peux témoigner du dynamisme et de l'effort constant pour adapter les activités prévues cette année en fonction des mesures de santé publique qui sont venues chambouler le travail et la vie de l'équipe, tout comme du reste du monde.

Malgré la charge de travail importante et augmentée des associations membres, j'ai pu y observer quand même un désir constant de faire partie d'un mouvement collectif pour améliorer les conditions de vie des personnes TCC et de leurs proches. Les associations membres étaient au rendez-vous pour chaque invitation ; que ce soit pour les rencontres de concertation, les formations et conférences, les webinaires, les tables rondes, les réunions de comité et j'en passe, je suis fier d'être le président d'une organisation aussi proactive.

L'année 2020-2021 a été marquée par une campagne de sensibilisation au TCC sans précédent. L'entièreté de la province a été couverte par une marée de publicités et de reportages dans une variété de médias ; radio, télé, affichage, presse écrite et web. Nous pouvons conclure à un réel succès de cette campagne autant par les commentaires de gens qui ont vu les affiches que par le nombre d'appels et de visites plus nombreuses particulièrement en octobre 2021 en pleine campagne et Semaine québécoise du TCC.

Finalement, 20-21 a aussi été l'année du Colloque des personnes TCC, en version modifiée, qui a permis au Regroupement de tenir des ateliers sur la participation sociale des personnes TCC et leurs proches. Des témoignages, suggestions et pistes d'actions inspirantes ont été partagées démontrant ainsi toute l'importance d'écouter et impliquer tout le monde dans le processus d'amélioration des conditions de vie et de défense des droits.

Nous laissons derrière nous une année (trop) remplie d'écrans et de rencontres virtuelles. Nous gardons en mémoire que le Regroupement a une volonté claire de vouloir échanger, se concerter pour arrimer ses actions, d'être un acteur de plus grande ampleur pour faire des représentations au niveau national, de vouloir se former pour perfectionner ses pratiques, mais surtout, de créer un espace pour partager ses difficultés et ses réussites pour bénéficier de l'intelligence collective comme levier à nos obstacles et en ressortir plus fort... et ce n'est pas la pandémie qui va nous arrêter !

Steve Duchesneau, président de Connexion >TCC.QC





... DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Garder le cap malgré une année de tous les défis !

Cette année devait être l'année où les personnes TCC de toute la province se donnent rendez-vous pour se rassembler dans un grand Colloque. Pour des raisons évidentes de santé publique cela n'a pas pu avoir lieu, et le défi était de taille pour trouver une manière de connecter "quand même".



J'aimerais dédier cette introduction à la résilience, la créativité mais surtout la persévérance dont a fait preuve l'équipe de Connexion TCC.QC pour lutter contre le découragement et proposer des alternatives novatrices et inclusives qui ont su tenir le cap tout au long de l'année 2020-2021.

Au printemps, nous étions tous et toutes sous le choc. Un mélange de surprise, de crainte, d'incertitude et de débrouillardise forcée était palpable. Nous avons tenté, au meilleur de nos capacités, de soutenir les associations en maintenant des liens avec les principaux bailleurs de fonds, en organisant des formations de mise à niveau sur la communication virtuelle pour ensuite tenir des consultations, assemblées et tables rondes en ligne.

6

En août 2020, des publicités de sensibilisation au TCC ont été tournées avec des contraintes liées aux consignes de santé publique et plusieurs activités de la semaine Québécoise du TCC prévues en présence ont dû être annulées en fonction d'une fâcheuse deuxième vague.

Qui aurait cru que la version du Colloque : colloque 2.0 "connecté et engagé" rassemblerait pas moins de 125 personnes autour des différents rendez-vous virtuels entre décembre 2020 et mars 2021 ? Qui plus est, nous avons récolté des opinions, des suggestions, des récits puissants, des cris du cœur même ! Ces inspirants constats seront publiés sous peu question de ne surtout pas les oublier.

C'est donc dire que l'année 2020-2021 a été l'année de tous les défis ; pandémie, annulation d'activités en présence, remodelage des projets, du financement, de la participation, etc. Faute de pouvoir se déplacer, l'équipe a également bénéficié de ce temps pour compléter sa réflexion stratégique (à distance !), réviser ses politiques internes et ses règlements généraux. Des défis que l'équipage de Connexion TCC.QC a su relever avec brio, non sans quelques découragements et à travers plusieurs vagues, mais malgré la tempête, nous voguons avec la conviction de faire la différence pour améliorer les conditions de vie des personnes TCC et leurs proches à travers le Québec et espérons collectivement le calme après la tempête.

Marjolaine Tapin, directrice générale de Connexion TCC.QC



QUI SOMMES-NOUS ?



HISTORIQUE

Fondé officiellement en septembre 1999 à Rimouski, le Regroupement des associations de personnes traumatisées craniocérébrales du Québec), connu aujourd'hui sous le nom de Connexion TCC.QC, est issu du Comité provincial des associations œuvrant auprès des personnes traumatisées craniocérébrales et leur famille, qui s'est réuni pour la première fois en juin 1994.

Depuis 2018, l'équipe de travail s'est étoffée pour offrir plus de services à ses membres.

FONDEMENTS

Organisme à but non lucratif, le Regroupement se définit comme un interlocuteur privilégié en matière de besoins et de services offerts aux personnes ayant subi un traumatisme craniocérébral et à leurs proches.

Mission :

Il a pour mission de regrouper, de soutenir, de représenter et de favoriser la concertation des associations régionales membres qui œuvrent à l'amélioration de la qualité de vie des personnes ayant subi un traumatisme craniocérébral et leurs proches partout au Québec. Il s'investit de plus en plus dans la sensibilisation du grand public afin de lever le voile sur l'invisibilité de ce handicap.

Valeurs :

- **Le respect**, notamment de l'autonomie de ses membres et des rapports égalitaires entre chacun d'entre eux.
- **L'engagement**, avec la contribution, la collaboration et la coopération des parties prenantes vers la réalisation de la mission du Regroupement.
- **La solidarité**, en formant une communauté d'intérêts en laquelle les membres ont confiance et s'identifient, ont la volonté de se rallier, de s'exprimer.
- **La transformation sociale**, grâce à l'action du Regroupement et ses membres qui œuvrent à l'amélioration de la qualité de vie des personnes TCC et des proches (lutte contre les préjugés, défense des droits, intégration sociale).

Portrait de nos membres :

Les 13 associations membres de Connexion TCC.QC couvrent 16 régions du Québec et desservent plus de 5000 personnes ayant un TCC ainsi que les proches. Elles les accompagnent au quotidien en offrant des activités de loisirs, de bénévolat, des ateliers, des milieux de vie, du soutien psychosocial, du répit, des groupes d'entraide, des événements conviviaux, de la réinsertion professionnelle, etc.



QUI SOMMES-NOUS ?

Voici le portrait des membres issu d'un sondage pour la période 2019-2020. Les chiffres de 2020-2021 seront présentés à l'AGA 2021. **Cliquez ici** pour visualiser en grand ou rendez-vous sur notre site dans la section **À propos-Rôle**.

Membership



11 associations



8 associations



4 associations

Personnes desservies

TCC LÉGERS



1299
personnes

PROCHES



46%
des personnes
desservies en lien
avec le TCC

PERSONNES TCC



5340
personnes
SOIT
82%

25-65 ANS



88%
des personnes
desservies

Services offerts par les assos



Ressources humaines

total de
124 employés
+
371 bénévoles
dans les 13 associations

9,5
employés
en moyenne
par association

Vie associative

100%

des association ont déclaré avoir participé
à la vie associative de Connexion TCC.QC
dans les 3 dernières années



QUI SOMMES-NOUS ?



RESSOURCES HUMAINES

Conseil d'administration :

Cette année le conseil d'administration s'est réuni (en mode virtuel) à 8 reprises dont 2 fois au mois de mai 2020 pour prendre des décisions importantes et urgentes en fonction du contexte pandémique.

Le conseil a également été sollicité pour prendre part à la finalisation de la démarche de réflexion stratégique et aux travaux de révision des règlements généraux qui en ont découlé. Un grand merci à toutes les personnes qui se sont impliquées dans cette aventure d'envergure cette année.



Steve Duchesneau
Président



Benoît Durand
Vice-président



Serge Leclerc
Trésorier



Valérie Bélanger
Secrétaire

9



France Leblanc
Administratrice



Marc-André Gauvin
Administrateur



Peter Nieman
Administrateur





QUI SOMMES-NOUS ?

À l'interne :

Découlant de la réflexion stratégique, du travail à l'interne a également été accompli cette année dans une perspective de consolidation de l'équipe de travail et de rétention de la main d'œuvre. En ce sens, les postes et profils de compétences recherchées ont fait l'objet d'une révision, les politiques administratives revues ainsi qu'une politique salariale mise en place. Le Regroupement a bénéficié d'un accompagnement de la firme ViaConseil et du soutien financier de Services Québec pour accomplir ce mandat.



Marjolaine Tapin
Directrice générale



Meggie Labelle
Coordonnatrice
à la mobilisation
et au développement
jusqu'en juillet 2020



Lucie Jutras
Chargée de projets,
formation et
concertation
depuis juillet 2020



Anna Désiles
Conseillère
en communication

10



Déménagement dans les nouveaux bureaux en janvier 2021



MERCI À NOS PARTENAIRES

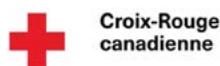


Pour accomplir sa mission, le Regroupement compte sur le programme d'aide aux organismes communautaires (PSOC) du ministère de la Santé et Services sociaux qui l'appuie au niveau de la mission globale.

Cependant, il est à noter que le Regroupement ne bénéficie pas actuellement d'un financement récurrent suffisant pour maintenir son équipe et assumer tous les frais de base. Il doit composer depuis de nombreuses années avec le financement par projets incluant toute l'énergie mobilisée pour la rédaction et la reddition de comptes desdits projets. Il peut également compter sur la communauté et les partenaires avec qui il partage des visions communes pour viser l'amélioration des conditions de vie des personnes TCC et leurs proches à travers la province.

En ce sens, nous tenons à remercier :

Soutien financier :



Partenaires :



Fondation
Martin-Matte



Affiliation :



UNE ANNÉE DE RÉSILIENCE

On dit souvent que les personnes TCC sont des personnes résilientes. On peut dire que nous avons toutes et tous été dans l'obligation de l'être cette année également et de faire preuve d'ouverture et de souplesse dans l'ajustement de nos activités.

Ainsi, le Regroupement a tenté au meilleur de ses capacités de maintenir le réseau qu'il alimente depuis maintenant plus de 20 ans.

De belles découvertes ont émergées, telle que l'économie du temps de transport.

Cependant les obstacles étaient également présents, comme parler à tout le monde en même temps dans une conférence téléphonique !

VIE ASSOCIATIVE

RENCONTRES DE CONCERTATION DES MEMBRES

Activités soutenues via le projet **Formation, transfert d'expertise et mise en commun des enjeux** (2019-2021) financé par le Programme d'aide financière du Fonds de la sécurité routière (PAFFSR).

Rencontres des associations membres

30 septembre 2020 et 1^{er} octobre 2020 en ligne - via la plateforme Zoom

18 personnes participantes de 11 associations étaient présentes ainsi que 3 professionnelles ainsi que l'équipe de la permanence de Connexion TCC.QC.

La rencontre qui s'est déroulée en mode virtuel, sur 2 jours, a permis de discuter de différents sujets nationaux, qui touchent toutes les associations du Québec.



Par exemple : la présentation du portrait des membres, établir nos bases communes, créer une communauté de pratiques, la Semaine québécoise du traumatisme craniocérébral (SQTCC) et la campagne de sensibilisation, le tour des dossiers nationaux et des comités, de l'échange et du partage, la poursuite de la collaboration au processus de planification stratégique et les conférences sur les enjeux d'hébergement pour les personnes TCC au Québec, etc.

3-4 février 2021 en ligne - via la plateforme Zoom

29 participations de 12 associations

Une rencontre virtuelle qui s'est tenue sur 2 matinées. Plusieurs dossiers ont été présentés et discutés : suivis et retour sur les activités passées, état d'avancement des comités de travail, activités à venir, tours des dossiers sociopolitiques, etc.





Nous avons également eu deux conférences lors de la première matinée :

- **Cadre de gestion ministériel PSOC, quels impacts pour les associations TCC ?** (présents et à venir). Présenté par Mercédez Roberge de la Table de regroupements provinciaux et organismes communautaires et bénévoles (TRPOCB).
- **Conférence sur les enjeux d'hébergement au Québec.** Par François Allard, agent de défense des droits et porteur de dossiers en santé et services sociaux à l'organisme Ex aequo et Yves Lévesque, chercheur indépendant.



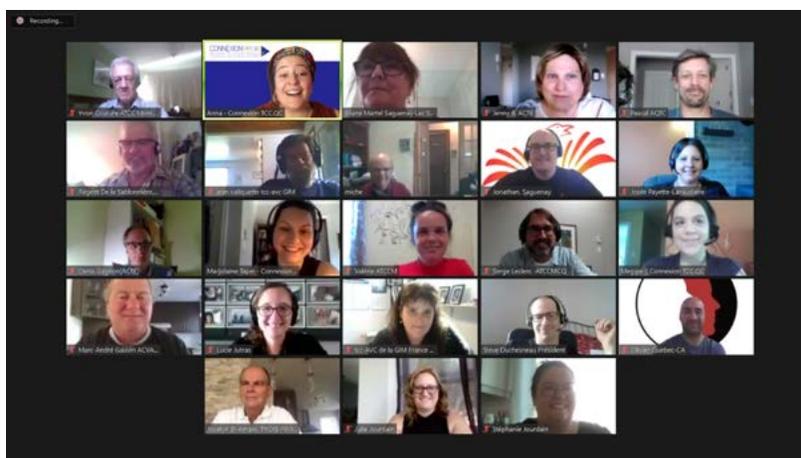
Assemblée générale annuelle (17 juin 2020)

14

Il a été décidé de la maintenir en ligne plutôt que de la repousser à la rentrée, cependant, les mandats des membres du conseil d'administration ont été reconduits pour une année supplémentaire (résolution adoptée à l'unanimité lors de l'AGA).

L'équipe a travaillé fort pour rendre ce moment convivial et dynamique malgré les écrans. De beaux Powerpoint, mais aussi des animations et des sondages ont aidé à maintenir l'attention.

Merci aux 26 personnes présentes !



Assemblée générale spéciale (10 septembre 2020)

À la recommandation de l'AGA en juin dernier, le conseil d'administration a convoqué une assemblée générale spéciale pour parler de la cotisation des membres. 18 personnes participantes des 13 associations étaient présentes pour discuter du sujet pour lequel les membres étaient conviés.

À la fin du temps de plénière, une proposition formelle est ressortie :

- Maintenir le niveau de cotisation de 2019.
- Maintenir ce niveau de cotisation jusqu'à ce que le Regroupement ait atteint un financement de base (PSOC) de 100 000 \$.
- L'assemblée donne le mandat au Conseil d'Administration de décider de remettre en totalité ou en partie la cotisation des membres s'il y a un surplus au moment de voter les états financiers vérifiés.

Cette proposition a été adoptée à la majorité.

COMITÉS DE TRAVAIL

Le Regroupement souhaite vivement continuer à travailler en collégialité avec les personnes des associations qui s'impliquent activement au sein des comités de travail pour transmettre leur expertise de terrain, leurs réalités régionales, leurs idées et leurs souhaits, pour créer des actions à leur image, et instaurer un mécanisme de partage de l'évolution du travail de ceux-ci.

Comité Formation/Colloque

Le comité avait comme mandat d'organiser autrement le Colloque qui était prévu pour les personnes ayant subi un TCC et les proches à l'automne 2020. Après s'être penché sur plusieurs scénarios (division en petits groupes, location de salle de cinéma, etc.) et le contexte de rassemblement de plus en plus restreint, il était inévitable d'imaginer une formule en virtuel. Un souci constant a été porté aux alternatives pour permettre un maximum de participation : soutien aux associations pour accueillir les personnes dans leurs locaux pour la webdiffusion ou intégrer une entrevue individuelle ou téléphonique au processus de participation, le tout dans une optique la plus inclusive possible.





Comité Challenge Hivernal

Le comité avait comme mandat de planifier une activité virtuelle pour souligner le Tournoi de curling TCC qui a dû être annulé, encore une fois cette année. Chapeau à tous les membres du comité qui ont imaginé une activité virtuelle qui a remémoré beaucoup de beaux souvenirs et motivé les troupes à se revoir dès qu'on pourra !

Comité communication

Le comité a travaillé sur un projet d'envergure en 2020 : la campagne de sensibilisation provinciale. Les membres ont soutenu le travail de l'équipe pour le choix des visuels, des espaces publicitaires, la création des capsules vidéo. Il est aussi sollicité sur la plupart des projets graphiques. Un grand merci aux personnes qui siègent sur le comité pour leur appui infailible !

Comité Semaine québécoise du TCC

Il a été question d'une édition spéciale de la SQTCC en 2020 puisqu'elle était couplée à la campagne de sensibilisation. Il y a donc eu des sujets partagés avec le comité communication (affiche SQTCC, vidéos). Sinon, c'est dans cette instance que la thématique a été trouvée, ainsi que les discussions sur la recherche d'un.e ambassadeur/drice ont eu lieu. Beaucoup de reconnaissance pour les membres du comité qui réinventent chaque année l'événement pour le bonifier !

16

Comité SAAQ

Avant chaque rencontre avec les partenaires de la SAAQ, un comité de travail formé d'une personne de la permanence et de 3 représentants d'associations a eu lieu. Ce comité pouvait discuter de l'ordre du jour de la rencontre à venir et des questions à poser suite aux documents présentés. Ces rencontres préparatoires permettaient aussi au Regroupement de mieux comprendre les enjeux particuliers vécus par les associations en lien avec le financement de la SAAQ et d'aller chercher de l'information supplémentaire avant la rencontre si nécessaire.

Comité porteur de la réflexion stratégique

Le travail du comité s'est étiré sur 6 mois et le résultat a été exposé aux membres avec la présentation d'un plan triennal élaboré selon les besoins spécifiques de l'organisme.

Comité sur les règlements généraux

La démarche s'est déroulée en 10 étapes avec un échéancier visant à une prise de décision par le conseil d'administration sur une recommandation finale au mois de mai 2021, et ce, afin de la soumettre à une assemblée générale extraordinaire (AGE) au mois de juin 2021. La décision de modifier nos règlements généraux découle d'une recommandation de notre planification stratégique.



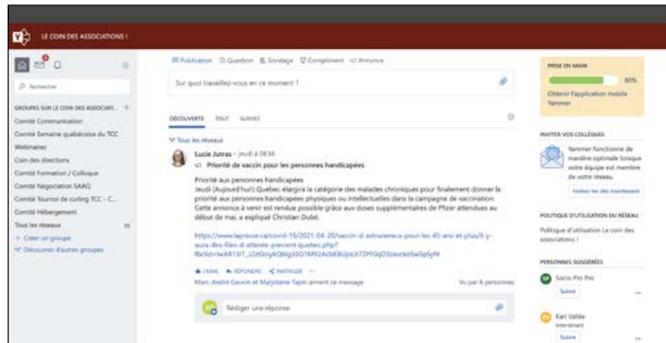


OUTILS ET ÉVÉNEMENTS

COMMUNAUTÉ DE PRATIQUES – YAMMER

65 membres dans le Yammer (au 31 mars 2021)

Pour faire suite à la demande des membres, un groupe privé nommé “Le coin des associations” a été créé sur Yammer en septembre dernier. Les associations ont été invitées à s’inscrire.



Les objectifs de cette plateforme sont : de créer un canal interne de communication entre les associations, de réduire le nombre de courriels, de faciliter les échanges, le partage et la poursuite des travaux, partager, de s’entraider et de faire les suivis des comités.

GALA FLASHBACK CHALLENGE HIVERNAL ADAPTAVIE

26 personnes provenant de 6 associations et représentant 12 équipes qui participent habituellement au Tournoi de curling TCC étaient au rendez-vous.

Cette année, le Tournoi de curling TCC, dans le cadre du Challenge Hivernal Adaptavie, a eu lieu en virtuel sous forme de Gala. Ce fût un moment pour se rassembler afin de se remémorer les bons moments, de participer à une mini-conférence sur le curling et de remettre des prix bien mérités ! Des prix de présences et des mentions d’honneur spéciales ont été décernés.



Affiche créée par Adaptavie





Les mentions d'honneur :

■ **Sagesse :**

Sébastien Tremblay
(Saguenay/Lac-St-Jean)

■ **Positivisme et Motivation :**

Marc Beaumont
(Québec/Chaudière-Appalaches),

■ **Implication :**

Caroline Bouchard
(Montréal/Estrie),

■ **Coach :**

Julien Duquette
(Estrie),

■ **Rassembleur :**

Serge Paquette
(Montréal/Laval),

■ **Accro du curling :**

Guillaume Dion-Tremblay
(Côte-Nord),

■ **Drôle :**

François Desaulniers
(Montréal/Laval)



Julien Duquette



Sébastien Tremblay



Serge Paquette



Marc Beaumont

Bravo aux gagnants et gagnantes et merci à tous les participants et participantes !

TABLES CONNEXION CONCERTÉES

C'est : un espace de discussion (en vidéoconférence) entre les personnes déléguées par leur association pour alimenter les échanges sur un sujet, avec des questions de réflexion envoyées à l'avance.





Répit et TCC : de quoi parle-t-on ?

16 juin 2020

17 personnes issues de 10 associations

Le thème du répit a été sélectionné notamment parce que le MSSS a identifié ces services comme étant essentiels dans le contexte de la COVID-19. Il s'agit aussi d'un sujet évoqué dans le cadre des travaux de négociation avec la SAAQ. Le Regroupement considère qu'il s'agit d'un service destiné aux personnes TCC et aux proches. Les discussions ont amené les associations à partager sur leur(s) service(s) de répit, leurs difficultés et revendications au niveau du financement et les adaptations à prévoir en ce contexte particulier.

TCC-Léger

1^{er} décembre 2020

20 personnes issues de 10 associations membres y ont participé !

Depuis longtemps, Connexion TCC.QC constate que les services et références pour les personnes qui ont un TCC léger diffèrent d'une région à l'autre.

Il a donc été pertinent de connaître les différences et les similitudes des interventions actuelles auprès de ces personnes, mais aussi d'échanger sur quels devraient être les services dispensés à ces personnes et qui devrait les donner. L'idée était de mieux connaître les services offerts pour les victimes de TCC légers à travers le Québec.



Une Table Connexion Concertée ayant comme sujet "TCC et Santé mentale" est en préparation pour le mois d'avril 2021.





ATELIER DE PARTAGE DES INTERVENANTS ET INTERVENANTES HORIZON ÉTÉ 2020

23 juin 2020

26 personnes issues de 10 associations

Lors du webinaire techno « Renouveler ses activités en ligne... comment aller plus loin », les personnes présentes ont formulé clairement, à maintes reprises, l'envie et le besoin d'échanger davantage sur les réalités vécues au sein des associations dans le contexte de la pandémie.

Plus précisément, il a été question de se pencher ensemble sur la programmation de la saison estivale tout en abordant les défis et les solutions trouvées pour proposer une offre de services adaptée, sécuritaire et attrayante au cours des semaines d'été.

Cet atelier de partage visait à :

- Échanger sur les situations rencontrées dans les associations, notamment avec les mesures de santé publique qui s'imposent;
- Mettre en commun les expériences, stratégies et idées d'activités éprouvées ou à essayer sur le terrain pendant la belle saison... et après;
- Améliorer les pratiques en mode co-construction !

20

COLLOQUE 2.0 : CONNECTÉ + ENGAGÉ



COLLOQUE 2.0
connecté + engagé



Étant donné que le colloque pour les membres TCC a dû être annulé à cause de la pandémie, Connexion TCC.QC et le comité Formation/colloque a travaillé à l'offrir différemment. Ainsi, plusieurs événements virtuels ont eu lieu.

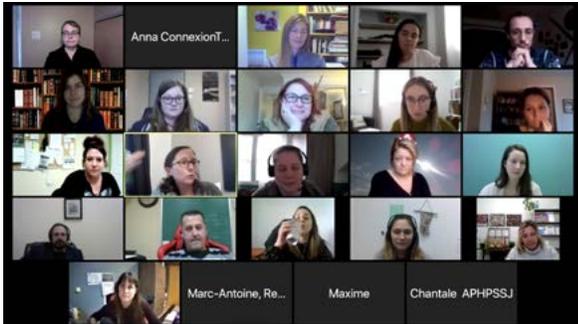
Formation pour les intervenantEs «Prendre soin de soi en temps de pandémie (ou autre drame)», par Sharon Casey de Lavoie Solutions.

8 décembre 2020

Une trentaine d'intervenants et d'intervenantes de 10 associations membres ont pu partager leurs expériences et écouter les conseils de Sharon pour mieux vivre leurs



émotions et ainsi, pouvoir mieux aider les personnes soutenues au quotidien. La formation a donné un lieu d'échanges entre intervenantes et intervenants en misant sur l'approche d'intervention axées sur les solutions.



"Merci pour la formation, c'est grandement apprécié. Ça m'a fait du bien d'échanger avec des pairs"

Discussion avec Nicola

10 décembre 2020

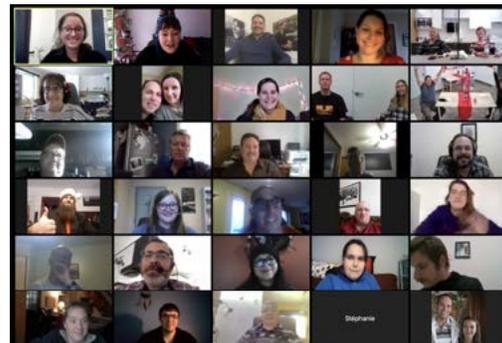
En décembre 2020, Connexion TCC.QC a organisé une rencontre entre des personnes TCC issues des associations membres et Nicola Ciccone, chanteur populaire connu au Québec et ambassadeur de la Semaine Québécoise du TCC 2021.

Un moment convivial pendant lequel il a pu parler de son accident, de l'après, du déni à l'acceptation de son TCC léger.

Les 39 participants et participantes ont eu l'occasion de poser leurs questions et d'évoquer leurs expériences.

Sondage pour la suite du Colloque

Nous avons demandé aux équipes de travail des associations de remplir un sondage sur la participation sociale des personnes ayant subi un TCC afin d'enligner nos ateliers en préparation et avoir l'avis de personnes intervenant quotidiennement avec eux. Merci aux personnes d'avoir répondu au court sondage proposé ! Ce fût bien aidant.





Ateliers virtuels sur la participation sociale des personnes ayant subi un TCC

Connexion TCC.QC a proposé une série de trois ateliers virtuels sur le thème de la participation sociale. Les deux premiers ateliers étaient dédiés aux personnes ayant subi un TCC et le troisième, pour les proches aidants et proches aidantes d'une personne qui a subi un TCC.

Les participants et participantes ont eu l'opportunité d'apporter leur expertise sur différents sujets et questions. Ces ateliers ont été un bon moyen pour voir comment les personnes TCC se perçoivent elles-mêmes et la place qu'elles peuvent et/ou aimeraient prendre dans la société.

C'est sous forme de discussions animées que les différents ateliers ludiques et sympathiques ont eu lieu. Quatre personnes ont également pu participer via un formulaire en ligne rempli par la personne ressource de sa région puisqu'elles n'avaient pas accès à internet.



Regroupement des associations de personnes traumatisées crâniocérébrales du Québec







connecté + engagé

- ATELIERS VIRTUELS -

PRENDS TA PLACE !

SUR ZOOM

POUR LES PERSONNES TCC

Viens t'exprimer sur les besoins et obstacles des personnes ayant un TCC ! Une belle occasion de partager ses bons coups et s'inspirer de ceux des autres !

De quoi parle-t-on ?

Connexion TCC.QC vous propose une série d'ateliers virtuels sur le thème de la participation sociale.

Les membres qui ont un TCC pourront apporter leur expertise sur différents sujets et questions. Cet atelier est un bon moyen pour voir comment les personnes TCC se perçoivent elles-mêmes et la place qu'elles peuvent et/ou aimeraient prendre dans la société.

Le principe ? Une discussion animée, différents ateliers ludiques et sympathiques pour permettre de développer les discussions sur plusieurs sujets/problématiques/questions. Les participantEs sont les expertEs de ce qu'ils/elles ont vécu et il/elles ont l'opportunité d'en faire profiter Connexion TCC.QC ainsi que les autres participantEs de l'atelier.

Quelques questions de réflexions pour les participantEs :

- ★ Selon toi, qu'est-ce qui peut être aidant pour une personne qui vient de sortir de réadaptation ?
- ★ Que manque-t-il ? Qu'est-ce qui est bénéfique ?
- ★ Penses-tu que les personnes TCC sont assez écoutées ? Sinon qu'aimerais-tu dire aux autres ?
- ★ Si tu avais un conseil à donner à une personne TCC, quel serait-il ?

Surprise ! Pour vous aider à garder votre concentration entre l'atelier et la maison, une boîte surprise sera livrée chez vous avec des articles liés à l'atelier. Vous pourrez les garder par la suite en souvenir !

Calendrier des ateliers pour les personnes ayant un TCC

- ★ Atelier #1 : Mercredi 27 janvier 2021, de 13h30 à 15h (20 personnes)*
- ★ Atelier #2 : Mercredi 17 février, de 10h à 11h30 (20 personnes)*

Inscription
Atelier 1 ou 2

INSCRIPTIONS GRATUITES (incluant la boîte livrée à domicile), jusqu'au 20 janvier 2021.

*Veuillez noter que les ateliers 1 et 2 sont les mêmes, seul l'horaire change afin de permettre à plus de personnes de participer.

Infos pratiques

↳ Afin de permettre à toutes les régions de participer à ces événements, les places sont limitées. Ainsi, dans une première vague d'inscription, chaque association aura droit à 2 places pour l'atelier dédié aux personnes TCC. Ensuite, les places non-prisées pourront être tirées au hasard parmi les associations qui auront démontré l'intérêt d'avoir plus de places.

↳ Nous souhaitons la participation de toutes et tous. Si une personne souhaite participer mais n'a pas accès à Internet ou n'a pas la possibilité de s'exprimer (peu importe la raison), veuillez nous l'indiquer. Une collaboration spéciale entre l'association (l'intervenante responsable) et Connexion TCC.QC pourra permettre la participation de la personne.

↳ Votre association s'engage à :

- ★ Mobiliser ses membres.
- ★ Procéder à l'inscription de ses membres intéressés avant les dates limites et à remettre les adresses postales des membres inscrits pour qu'ils puissent recevoir la boîte à outils.
- ★ Avoir une intervenante présente avec les membres lors de l'atelier.

Pour plus d'informations, communiquez avec Lucie Jutras au ljutras@connexiontccqc.ca

↳ L'équipe d'animation :

« Chez Dynamo, nous sommes persuadés qu'aucun projet n'aboutit pleinement par le travail d'une seule personne. Pour créer des solidarités et favoriser plus d'inclusion sociale, il nous faut collaborer, (re)-apprendre à mieux travailler ensemble. »





- Atelier Prends ta place ! (27 janvier 2021) 25 participants et participantes.
- Atelier Prends ta place ! (17 février 2021) 16 participants et participantes.
- Ateliers Prends ta place ! Pour les proches (23 mars 2021) 16 participants et participantes.

Lors des ateliers, les moments partagés ont été exceptionnels : des réalités mises en évidence, des conseils, de bonnes idées pour la suite ! Ce fût empreint d'empathie, d'écoute et de respect.

« Merci de nous donner une voix. »

« on a besoin d'être entendu, conseillé. »

« Je veux être importante dans la communauté ! »

■ Boîtes



Surprise ! Pour aider à la concentration des personnes ayant subi un TCC, entre l'atelier et la maison, une boîte surprise a été livrée directement chez elles avec des articles liés à l'atelier. Chaque objet de la boîte avait une signification en lien avec les thèmes et questions proposés lors de l'atelier.

Afin de remercier les proches aidants et proches aidantes de leur temps, une boîte repas pour 2 personnes leur a été livrée à domicile en reconnaissance du fait qu'être une personne proche aidante ça demande du temps.

Nous espérons que cette attention leur permettra d'en économiser un peu et de penser à eux et à elles. Lors de la modification des projets, une attention particulière a été portée à encourager des entreprises québécoises lors des achats d'objets et de la boîte prêt-à-manger.



Isabelle Cloutier, intervenante au CAPTCHPL avec sa boîte.

(IN)FORMATION

WEBINAIRES

Utilisation de la plateforme Zoom

Mai-juin 2020

139 participants et participantes pour les 3 webinaires offerts



Pour augmenter les capacités et compétences de toutes les personnes de notre réseau qui doivent maintenant participer et animer des rencontres en visioconférence, le Regroupement a mis sur pied une série de 3 webinaires spécialisés. Offerts spécifiquement et sur mesure pour les membres, l'objectif

était de pouvoir adapter les services et interventions en favorisant et facilitant la participation de tout le monde peu importe son niveau de connaissances informatiques.

24

Projet de loi 56 pour reconnaître et soutenir les personnes proches aidantes

24 septembre 2020

14 personnes provenant de 11 associations

Ce webinaire a été présenté par Mélanie Perroux, Coordinatrice générale au Regroupement des aidants naturels du Québec (RANQ). Mme Perroux venait nous parler des enjeux et des gains face à ce dépôt. Ce projet de loi visait à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes et modifie diverses dispositions législatives.



L'adoption du projet de loi est le tout premier projet de loi dédié aux personnes proches aidantes dans l'histoire du Québec.

Nous resterons à l'affût de la Politique nationale pour les personnes proches aidantes lorsqu'elle sera dévoilée ainsi que du plan d'action qui présentera des mesures concrètes pour répondre aux besoins des personnes proches aidantes du Québec.



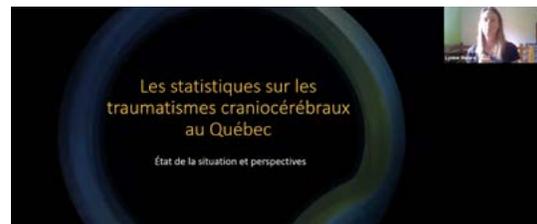
Proche aidance et pandémie

Également, elle a profité de l'occasion pour nous présenter la réalité des proches aidants dans le contexte de pandémie que nous vivons suite à un sondage réalisé par le RANQ intitulé « Les personnes proches aidantes épuisées et appauvries par la pandémie »

Portrait statistiques du TCC au Québec**6 octobre 2020**

39 participations de 13 associations ainsi que 3 professionnelles

Ce webinaire a été présenté par Dre Lynne Moore, Professeure agrégée, Département de médecine sociale et préventive, Faculté de médecine, Université Laval.



Expertes invitées : Amina Belcaïd, INESSS, professionnelle scientifique au sein de l'Unité de traumatologie de la Direction des services de santé et de l'évaluation des technologies. Elle est responsable de l'extraction et de l'analyse des données provenant du Registre des traumatismes du Québec et d'autres bases de données associées en soutien aux différents projets de l'Unité. Marie-Eve Lamontagne, ergothérapeute spécialisée en transfert de connaissances, intéressée par l'implantation des meilleures pratiques de réadaptation dans le domaine de la neurotraumatologie

Ce webinaire d'une durée de 120 minutes a indiqué les statistiques disponibles sur le TCC à l'heure actuelle, mais il invite aussi à réfléchir aux données manquantes et, par conséquent, aux actions à poser afin d'y accéder. Il a été constaté que les statistiques pour le TCC au Québec datent de plusieurs années.

Conférence de Sonia Lupien, chercheuse en neurosciences

Au moment d'écrire ces lignes, une conférence de Sonia Lupien qui se déroulera en avril 2021 se prépare. Plus de 80 personnes ont acheté un billet pour y assister. La conférence s'intitule Stress, trauma et mémoires traumatiques.



¹ : <https://www.quebec.ca/nouvelles/actualites/details/adoption-du-projet-de-loi-n-56-la-contribution-fondamentale-des-personnes-proches-aidantes-officiellement-reconnue-par-le-gouvernement-du-quebec>





FORMATIONS EN COMMUNICATION

■ **Infolettre** - le 24 avril 2020 - Comité nord-côtier des accidentés de la route.

■ **Infolettre** - le 13 octobre 2020 - Association Renaissance des personnes traumatisées crâniennes (Saguenay/Lac-St-Jean).

À chacune de ces formations, une personne de l'équipe était présente et la durée était d'environ une heure.

Les associations membres de Connexion TCC.QC peuvent demander ce qu'elles souhaitent apprendre en lien avec la communication, mais il semble que ce soit l'infolettre qui les interpelle le plus.

COMMUNICATION

Cette mission de Connexion TCC.QC soutient les associations en les informant et en les mettant en valeur auprès du public.

26

INFOLETTRES

Interne :

- 3 envois cette année
- 77 abonnéEs
- 64% taux d'ouverture moyen
- 25% de taux de clics moyen.

Elle sert à faire le lien entre Connexion TCC.QC et les équipes des associations membres à raison d'une fois toutes les 6 semaines. Ce sont des informations sur les événements (passés et à venir), des actions importantes, ce qui se passe dans le réseau, la recherche de témoins pour les études en cours et des nouvelles des associations elles-mêmes. C'est une manière de créer un sentiment d'appartenance à la communauté et de faire en sorte que les associations s'intéressent les unes aux autres.





Externes :

- 4 envois cette année
- 135 abonnés
- 67% taux d'ouverture moyen
- 30% de taux de clics moyen.

Ici il s'agit de donner les informations qui seront pertinentes pour le public. C'est le même type d'information que pour l'infolettre interne mais avec un angle différent, en valorisant l'action des associations. Connexion TCC.QC a d'ailleurs mis en place un contenu spécial pour ces infolettres : "Paroles d'assos".



Les infolettres externes sont disponibles sur notre site internet.

PAROLES D'ASSOS

Au moment de la première vague de la pandémie, Connexion TCC.QC a voulu recréer du lien et mettre en valeur ses associations membres. Elles étaient en effet en grande difficulté et faisaient preuve de beaucoup de créativité pour être toujours capables de venir en aide aux personnes TCC et aux proches.





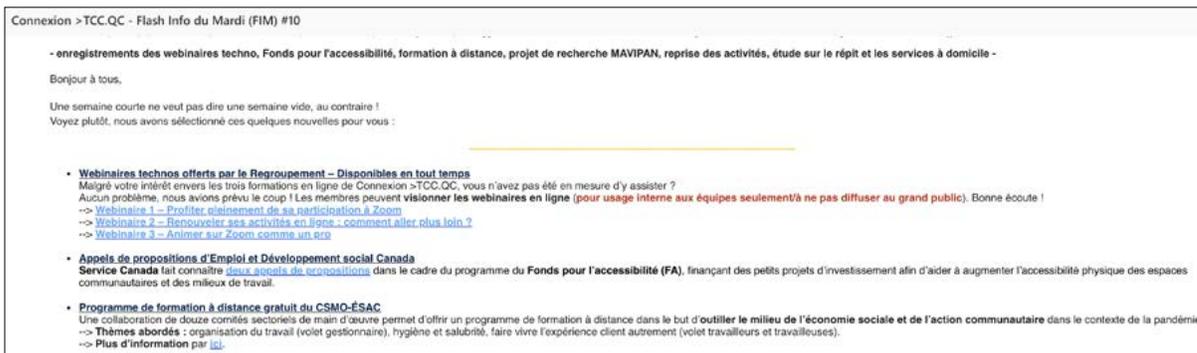
L'idée d'une capsule vidéo a alors germé afin de leur laisser la parole, de créer un espace où elles puissent s'exprimer sur leurs activités, mais aussi leurs vœux, leurs messages à la population et aux personnes TCC et proches. Il y a eu 4 "Paroles d'assos" produites pendant l'année 2020-2021.



28

FLASH-INFOS DU MARDI

Les infolettres étant envoyées seulement aux 6 semaines, l'équipe de Connexion TCC. QC s'est rendu compte qu'il manquait un canal de communication plus fréquent au début de la pandémie. Il y a eu tant d'informations à circuler dans notre réseau qu'il fallait que le regroupement puisse transmettre l'essentiel rapidement à ses membres. C'est là que sont nés le Flash-Infos du Mardi (envoyés tous les mardis matin). Ils ont été utilisés de mi-avril à début juillet 2020, ce qui équivaut à 11 éditions.

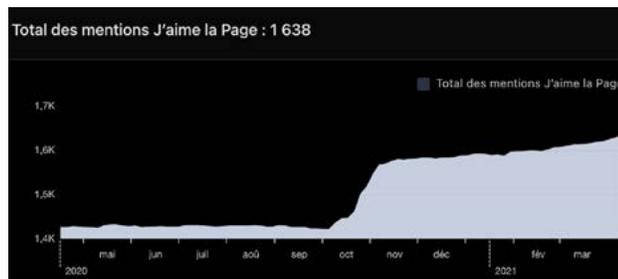


MISE À JOUR DES RÉSEAUX

Facebook

■ **Connexion TCC.QC** : 1638 J'aime (+370 par rapport au 1^{er} avril 2019)

La communauté présente sur ce réseau est régulièrement tenue au courant de l'activité de Connexion TCC.QC, de ses associations membres, mais aussi de l'actualité en lien avec le TCC (et plus globalement le cerveau), le handicap et la politique qui pourrait toucher les personnes TCC et proches.



La page est active toute l'année et plus encore en octobre, à l'occasion de la Semaine québécoise du TCC.

■ **Semaine québécoise du TCC** : 1856 J'aime (+440 par rapport au 1^{er} avril 2019)

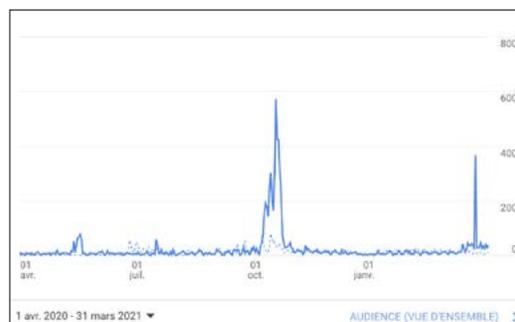
L'événement a sa propre page Facebook mise à jour à partir de l'été jusqu'à la fin de l'événement.

■ **Tournoi Curling TCC** : 66 J'aime

Cette page a été créée surtout pour les participants et participantes afin de diffuser de l'information "fraîche" pendant la période des entraînements et du Tournoi en lui-même. C'est pour cela que la communauté est si réduite.

Site internet

C'est notre vitrine publique et il est mis à jour à chaque actualité importante. Du 1^{er} avril 2020 au 31 mars 2021, il y a eu 7100 utilisateurs (soit un bond de 122% par rapport à l'année précédente). On note une réelle augmentation au moment de la Semaine québécoise du TCC et en mars 2021 avec la promotion de nos deux activités ouvertes au public.





RÉFLEXION STRATÉGIQUE

DÉMARCHE

Mandaté par le conseil d'administration, l'équipe de Connexion TCC.QC ainsi qu'un comité porteur se sont lancés dans une réflexion stratégique qui s'est étalée sur 6 mois, de janvier à juin 2020. En premier lieu, nous avons porté un regard critique sur le travail du Regroupement des dernières années et de son évolution.



Ensuite, nous avons tenu des ateliers en personnes en février 2020 d'où nous avons pu obtenir une synthèse des grands objectifs pour les prochaines années.

30

Il était prévu d'organiser une seconde rencontre en avril 2020 qui a été annulée en raison de la pandémie. L'équipe s'est donc penchée sur un portrait interne et externe de l'organisation ainsi que des potentialités et obstacles. Elle a également sondé ses membres en envoyant un formulaire à remplir pour avoir des données à jour sur le portrait des membres et mieux comprendre leurs réalités quotidiennes et leurs besoins.

PRÉSENTATION DES RÉSULTATS

Bien qu'il aurait été souhaitable de bénéficier davantage de temps pour présenter les résultats, l'équipe a fait preuve de créativité pour démontrer le travail accompli et le partager à ses membres lors de rencontres virtuelles où le temps d'attention était limité. Tout d'abord, le plan d'action triennal 2020-2023 a été présenté lors de l'AGA de juin 2020 sous 3 principaux axes :

■ Axe 1 - La raison d'être et la nature du regroupement (fonctionnement)

- Cerner la nature du Regroupement des associations de personnes traumatisées craniocérébrales du Québec / Connexion>TCC.QC.
- Assurer à Connexion>TCC.QC les moyens nécessaires pour jouer pleinement son rôle d'interlocuteur privilégié sur les questions liées au TCC.



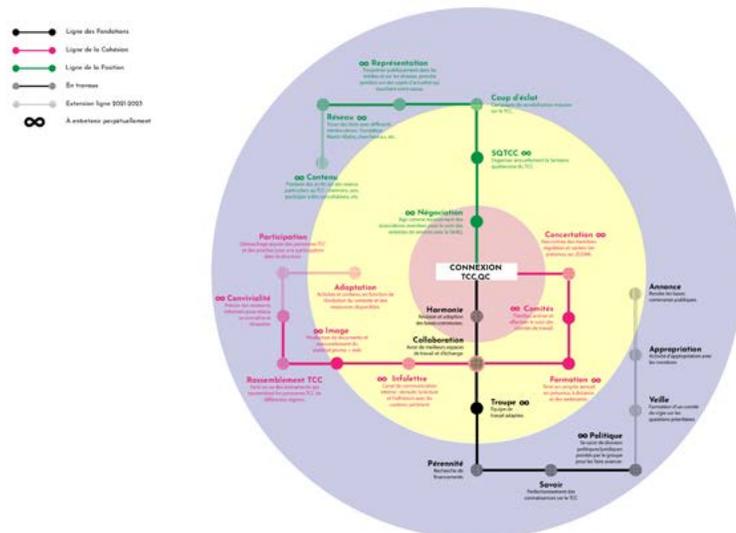
■ Axe 2 - Vie associative du Regroupement

- Favoriser le sentiment d'appartenance et l'engagement de toutes les parties prenantes de l'organisation.

■ Axe 3 - Positionnement du Regroupement

- Connexion>TCC.QC comme acteur et interlocuteur.
- Développer sa crédibilité et sa capacité d'action.

Ensuite, l'équipe du Regroupement a organisé une rencontre des membres en septembre 2020 (en virtuel) où elle a pu présenter de manière ludique et vulgarisée (sous forme de plan de métro, visible en annexes) le plan d'action pour faire ressortir les principaux chantiers en construction. Cet outil servira également de plan de suivi et sera (re)présenté lors de l'AGA 2021 en y indiquant les travaux réalisés, ceux en cours et ceux à venir d'ici à 2023.



Cette rencontre des membres a également été l'occasion de présenter le portrait des membres suite au sondage qui avait circulé le printemps précédent. Un visuel vulgarisé a été produit et mis en ligne sur le site internet du Regroupement à la demande des membres¹.

Puis, des ateliers en petits groupes ont permis de défricher le terrain pour le travail de révision des règlements généraux, trois thèmes ont été abordés en petits groupes soit : le membership, les assemblées et les comités de travail. Finalement, le cadre stratégique incluant la mission et les valeurs organisationnelles a été présenté, ce document a par la suite été adopté par le conseil d'administration et intégré à la nouvelle version des règlements généraux qui sera soumise pour ratification à l'AGA de juin 2021.

¹ : Voir page 8.





SOCIÉTÉ DE L'ASSURANCE AUTOMOBILE DU QUÉBEC

Société de l'assurance
automobile

Québec 



Négociation des ententes de financement

C'est en mai 2020, sous un vent printanier (sur fond de pandémie !) que le Regroupement présentait les principaux éléments qui allaient se retrouver dans l'entente finale de financement avec la SAAQ. Étant reconnu par la SAAQ comme principal interlocuteur pour négocier les ententes, il a consacré beaucoup de temps et d'énergie au dossier. Les associations ressortent gagnantes avec ce partenariat renouvelé qui reconnaît entre autres les besoins grandissants des personnes, le besoin d'engager du personnel pour le recrutement ainsi que le besoin de stabilité autant au niveau du financement que des équipes de travail. Même si le processus a été extrêmement (beaucoup trop) long avant d'aboutir, les associations sont très satisfaites de leurs ententes, ainsi que de la date de commencement de celles-ci.

32

C'est au courant du mois de juillet 2020 qu'elles ont reçu leurs documents et la plupart des associations ont pu les signer vers la fin juillet ou le début août 2020 et bénéficier du nouveau financement. Un grand merci à toutes les personnes qui ont travaillé fort pour faire aboutir ces ententes dans l'intérêt des personnes TCC ayant besoin de services.

Il est à noter au passage que la nouvelle entente prévoit également un mécanisme de suivi annuel. Ainsi, une rencontre a eu lieu en novembre 2020 avec le comité SAAQ pour s'assurer du bon démarrage de l'entente et de l'évolution du travail par rapport aux modifications annoncées sur les rapports de fréquentation (travaux en cours).

MINISTÈRE DES TRANSPORTS DU QUÉBEC

Transports

Québec 

Campagne de mobilisation pour un appel de projet du Programme d'aide financière du Fonds de la sécurité routière (PAFFSR)

Sans annonce d'appels de projets et au bord de la fin des projets actuels, plusieurs associations vivaient (et pour la plupart vivent encore) de l'incertitude par rapport à la mise en place de projets qui bénéficient d'un soutien financier du Programme



d'aide financière du Fonds de la Sécurité routière. Bien que ces projets ne soient pas renouvelables, quand un appel de projets est lancé assez tôt, il permet de maintenir des emplois auprès de personnel formé et qualifié ainsi que d'offrir des services complémentaires dans des sous-régions qui ne sont parfois pas desservies par les services réguliers. Il permet également de fournir des services pour les proches. Pour toutes ces raisons, le PAFFSR est un incontournable dans le financement de services complémentaires des associations TCC de toutes les régions du Québec.

Une mobilisation collective

Voici un résumé du travail du Regroupement pour demander au ministère des Transports de faire un appel de projet du PAFFSR

- **Avril 2020** : lettre au ministère des Transports
- **Juillet 2020** : deuxième lettre au ministère des Transports et copie aux 3 oppositions officielles.
- **Début septembre 2020** : communiqué de presse dénonçant l'absence d'un appel de projets suite à un article du Journal de Montréal qui indique que les photos-radars fracassent des sommets.
- **Mi-septembre 2020** : question au feuillet de l'Assemblée nationale avec l'appui de la députée Solidaire Ruba Ghazal.
- **Octobre 2020** : Action cadran : le Regroupement envoie par la poste un cadran au ministère des Transports pour lui rappeler que "le temps presse" pour sortir un nouvel appel de projets. Une lettre-type pour les associations les invitant à participer à l'action est envoyée, 7 associations régionales participent à l'action collective en envoyant une photo de cadran ou même un sablier par la poste !
- **Décembre 2020** : le Regroupement annonce l'ouverture du site internet du ministère des Transports pour un appel de projets ! Même si les communications sont à parfaire entre le ministère et le Regroupement, celui-ci est reconnaissant du fait d'avoir reçu un appel l'informant que le programme allait être remis en appels de projet. Ce faisant, le Regroupement a procédé à une vigie constante du site internet et a pu en informer ses membres le 14 décembre 2020.





REGROUPEMENT DES AIDANTS NATURELS DU QUÉBEC



À la suite du webinaire sur le projet de loi 56 (loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes) et devant la présentation du sondage sur l'épuisement et l'appauvrissement des personnes proches aidantes, Connexion TCC.QC a décidé de devenir membre du RANQ. Connexion TCC.QC pense qu'il sera utile pour le réseau d'avoir accès à une analyse fine des enjeux sociaux et juridiques touchant les personnes proches aidantes et il a la volonté de diffuser ces informations qui pourraient être grandement utiles aux associations membres.

En plus de soutenir et reconnaître la pertinence du RANQ, cette affiliation permettra de lui partager les particularités vécues par les personnes proche aidantes des personnes vivant avec un TCC.

34

CONFÉDÉRATION DES ORGANISMES DE PERSONNES HANDICAPÉES DU QUÉBEC



En cette année de pandémie, les actions de la COPHAN se sont concentrées à défendre les droits des personnes handicapées dans ce contexte bien particulier afin que ceux-ci ne soient pas oubliés notamment dans le dossier de la refonte de la loi sur le curateur public, la vaccination, le besoin criant de services à domicile ainsi que plusieurs autres dossiers. De plus la COPHAN étant en phase de restructuration et de réorganisation, beaucoup de temps et d'énergie ont été investis par les membres du CA à s'assurer que la COPHAN demeure un acteur de premier plan dans la défense de droits des personnes handicapées. Benoit Durand est la personne représentant Connexion TCC.QC, déléguée sur le conseil d'administration de la COPHAN où il agit à titre de vice-président.

Comme membre de la COPHAN, Connexion TCC.QC a fait circuler les deux mémoires suivants dans son réseau :

- **Mémoire sur le projet de loi n° 56** - Loi visant à reconnaître et à soutenir les personnes proches aidantes et modifiant diverses dispositions législatives.
- **Mémoire déposé dans le cadre de la consultation concernant les effets de la pandémie sur la santé mentale.**



TABLE DES REGROUPEMENTS PROVINCIAUX ET ORGANISMES COMMUNAUTAIRES ET BÉNÉVOLES



Comme regroupement provincial, Connexion TCCQC est membre de cette table qui informe sur plusieurs sujets d'intérêt. Cette année c'est le nouveau cadre de gestion ministériel et la gestion de la pandémie par le ministère de la Santé et des Services Sociaux qui prend beaucoup de place. D'ailleurs, Mercedes Roberge, coordonnatrice de la Table est venue faire une présentation le 3 février dernier, dans le cadre d'une rencontre des membres, sur les impacts actuels et futurs du nouveau cadre pour les associations TCC. Connexion TCC.QC a aussi relayé les informations, campagnes et visuels de la campagne CA\$\$\$H, qui revendique 370 M\$ pour les 3000 organismes communautaires autonomes en santé et services sociaux d'ici 2022.

COMMISSION CANADIENNE DES DROITS DE LA PERSONNE



Le 12 novembre dernier, Connexion TCC.QC a participé à une rencontre en ligne pour aider la Commission canadienne des droits de la personne sur la meilleure façon de mobiliser les personnes en situation de handicap. Cette rencontre avait pour but pour collaborer afin de les aider à remplir leur nouveau rôle de surveillance. De plus, cette rencontre a permis d'explorer les problèmes ou sujets de préoccupation qui méritent davantage leur attention en priorité dans le cadre de leurs activités de surveillance.

Connexion TCC.QC se prépare à assister à un second atelier en ligne ayant pour thème : La Convention relative aux droits des personnes handicapées : Quelle utilisation pour améliorer la situation des personnes en situation de handicap.





CAMPAGNE DE SENSIBILISATION NATIONALE ET SEMAINE QUÉBÉCOISE DU TRAUMATISME CRANIOCÉRÉBRAL

Un double projet pour mieux se faire entendre

Les Semaines québécoises du traumatisme craniocérébral mettent le sujet sur la place publique depuis 2004 mais nous voulions toucher davantage de personnes. Pour donner un vrai élan au mouvement de reconnaissance du phénomène et pour qu'il y ait un écho dans toute la province, il fallait être partout sur le territoire, s'immiscer dans la vie quotidienne des QuébécoisEs pendant une période prolongée. Connexion TCC.QC a donc décidé d'inclure la 17ème Semaine québécoise du traumatisme craniocérébral (15 au 21 octobre 2020) dans une campagne de sensibilisation nationale (5 au 21 octobre 2020) afin de créer un double-événement cohérent et plus imposant.

Thématique

« TCC, un choc qui dure » a fait l'unanimité. En effet, le choc permet de traiter la phase de l'accident qui mène au traumatisme craniocérébral mais aussi la phase qui suit, c'est-à-dire celle où la personne touchée prend conscience que sa vie ne sera plus jamais la même. C'est une réelle rupture entre la vie d'avant et la vie d'après qui est vécue aussi bien pour la victime que pour les proches. Le choc est aussi quelque chose de violent, de soudain. Des caractéristiques propres au TCC qui s'immisce dans des vies, au hasard, mais en les changeant durablement. Tout un paradoxe !

36

Ambassadeur

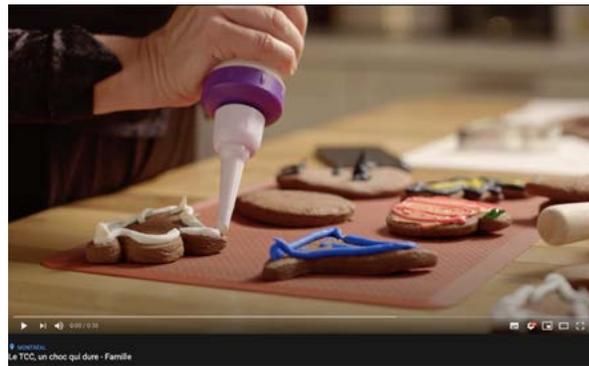
Nicola Ciccone, auteur, compositeur et interprète populaire Québécois, a été la personnalité touchée par le message de Connexion TCC.QC en 2020. Il a lui-même eu un TCC léger en 2018 à cause d'un accident de la route. Il a été interpellé par la cause, souhaitant prêter sa voix à ceux que l'on n'entend pas. Il a été très généreux en se prêtant au jeu des entrevues et en partageant son vécu dans les médias, tout en parlant des personnes qui ont été moins chanceuses et qui ont subi un TCC modéré/ grave ou un TCC léger complexe.



Supports

■ Partagés :

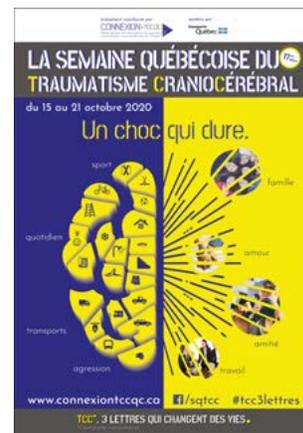
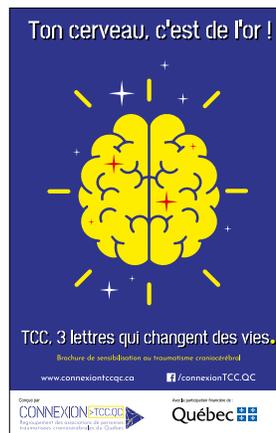
Les 2 capsules vidéo ont été construites en rapport avec la thématique : une scène de la vie d'avant, un choc, une scène de la vie d'après. Le travail et la vie de famille ont été choisis pour ancrer les histoires. Le message de sensibilisation s'est aussi voulu rempli d'espoir. Il y a bien évidemment le drame de l'accident, des nouvelles limitations des victimes, mais il ne faut pas oublier l'aide apportée par les associations pour mener une vie, certes différente, mais qui continue.



■ Semaine québécoise du traumatisme craniocérébral :

Nous avons ajouté un nouveau support à la traditionnelle affiche et ses macarons et autocollants : une brochure de sensibilisation. Elle remplace les feuillets qui ne permettaient pas d'insérer assez d'informations.

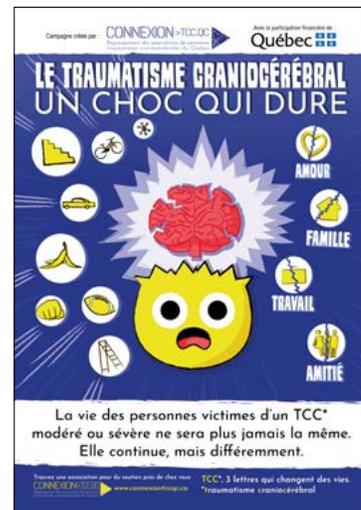
Les associations pourront l'utiliser hors Semaines puisque les dates sont fixes et qu'un visuel neutre a été utilisé.





■ Campagne de sensibilisation provinciale :

Le visuel a été créé par Emmache pour véhiculer notre message à travers divers affichages. Camille Drouin l'a repris pour créer une animation dans le métro de Montréal.



Actions

■ Semaine québécoise du traumatisme crânio-cérébral :

Une vingtaine d'activités a été pensée par les associations. Les associations ont su faire preuve de créativité et ont utilisé les outils technologiques leur permettant de garder le lien avec leurs visiteurs. Ainsi, la programmation a été tournée vers du contenu disponible sur les pages Facebook et des rencontres en ligne.

Vidéos témoignages ★ Expositions d'œuvres ★ Ateliers créatifs ★ Visibilité dans les médias ★ Webinaires de sensibilisation ★ Conférence sur un ouvrage de témoignage
Témoignage écrits ou sous forme de photos ★ Playlist faite par les membres d'une association pour un moment de réconfort ★ Lancement d'un nouveau site internet
Émission de clôture ★ Minute chapeauté (62 participants) ★ Défi Coup d'Chapeau (64 participations minimum).

38



Minute chapeauté

21 octobre 2020



■ Campagne de sensibilisation provinciale :

* Lettre d'appui

Afin d'interpeler différemment les médias, nous avons décidé de rédiger une lettre d'appui et de la faire signer par des personnes influentes ou qui pourraient nous apporter du crédit. Finalement, ce sont les associations membres, Nicola Ciccone, Brain Injury Canada, la Fondation Martin-Matte, une trentaine d'experts et des personnalités (Martin Matte, Fabien Cloutier, Pierre Lavoie, Adonis Stevenson, Pierre Bruneau, Ali Nestor) qui ont signé la lettre. Elle a été relayée sur internet et publiée dans plusieurs journaux le 7 octobre : Le Soleil, Le Quotidien, La Tribune, Le Droit, Le Nouvelliste, La Voix de l'Est.



6 octobre 2020 / Mis à jour le 7 octobre 2020 à 4h00

Le traumatisme craniocérébral, un choc qui dure



COLLECTIF

Dans le cadre de la campagne nationale de sensibilisation au traumatisme craniocérébral (TCC) qui a lieu actuellement à travers le Québec et qui se terminera par la Semaine québécoise du traumatisme craniocérébral (SQTCC) du

* Relations presse

Nous avons décidé de faire à nouveau appel à Annexe, une firme de relations publiques, pour nous soutenir. La collaboratrice a envoyé le communiqué de presse le 5 octobre à sa liste de presse et Connexion TCC.QC l'a aussi transmis via la plateforme Cision le même jour. Grâce à la collaboration entre les équipes des associations et Connexion TCC.QC, une liste d'une soixantaine de témoins (personnes TCC et proches) a pu être élaborée. Un communiqué de presse à trous a aussi été transmis aux associations pour qu'elles fassent le relais en régions en ajoutant leurs propres informations. Finalement, ce sont 11 entrevues que Nicola Ciccone a données. En plus, 6 autres ont été assurées par des intervenants ou des personnes TCC et proches.

[La revue de presse se trouve en ligne](#) et si vous détenez une version imprimée, rendez-vous dans [les annexes](#) pour consulter une petite sélection d'articles complets.





* Achat d'espaces

L'affichage est un très bon moyen d'attirer l'attention des personnes qui marchent dans la rue, qui attendent au feu rouge, leur bus, dans le métro, etc. Le but était de se trouver sur le chemin des Québécois et des Québécoises. En tout, ce sont 182 panneaux d'affichage physique, une animation dans le métro de Montréal et une autre sur un panneau dynamique à Baie-Comeau qui ont donné tant de visibilité à notre message. D'ailleurs, à certains endroits nos affiches sont restées jusqu'en janvier 2021 !



La radio est un medium très pertinent parce qu'elle est écoutée dans les déplacements quotidiens en voiture et à la maison. Pour couvrir la totalité des régions couvertes par nos associations membres, nous avons opté pour 3 prestataires qui ont diffusé plus de 800 spots entre le 5 et le 21 octobre 2020.



40

La télévision est un placement très onéreux mais qui peut faire la différence et capter un public important. C'est pourquoi nous avons signé pour une visibilité de nos 2 capsules dans un programme quotidien avec une audience intéressante sur TVA : Salut Bonjour (16 passages en 2 semaines).



Les journaux touchent eux aussi une partie importante de la population québécoise, surtout le samedi. Nous avons donc décidé d'occuper un espace ce jour-là au milieu de la Semaine québécoise du TCC : le 17 octobre, dans le Journal de Montréal, le Journal de Québec et Le Devoir.



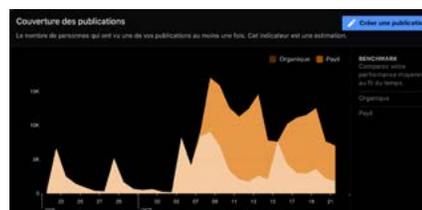
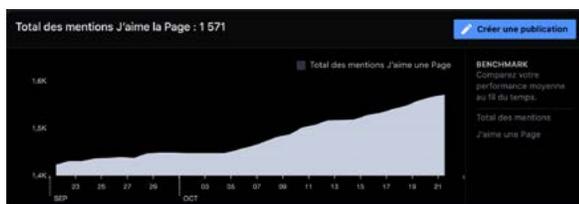


Pour compléter cette palette de médias traditionnels, il fallait ajouter du web.

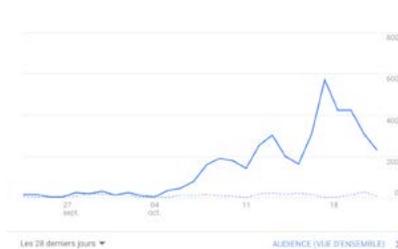


On peut plus facilement mesurer l'impact de qu'il y a eu sur nos plateformes web.

Sur Facebook, la performance des publications et l'engagement du public ont été nets. Du 21 septembre au 21 octobre. Il y a eu 147 mentions j'aime supplémentaires (de 1424 à 1571). Pendant la campagne, l'intérêt est maintenu et la couverture des publications est plus importante grâce à l'aide de 2 publicités mais aussi à la pertinence du contenu.



La fréquentation du site internet a suivi ce mouvement impulsé par la campagne. Nous avons la preuve que le public a été curieux. Partant d'une constante à environ une dizaine de visiteurs par jour, on va jusqu'à 571 visiteurs la même journée du 17 octobre (jour où il y a eu la publication des publicités dans les journaux).

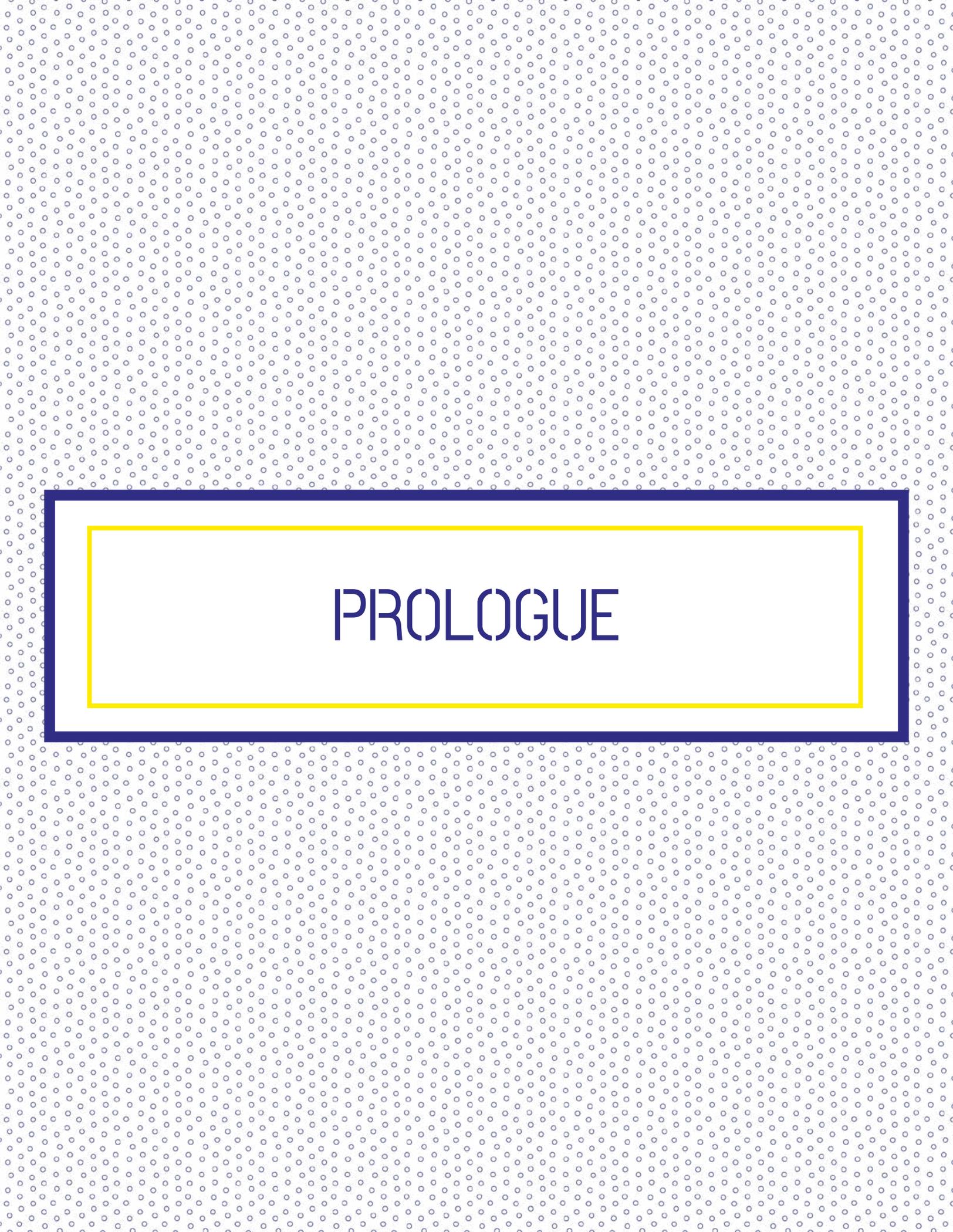


Bilan

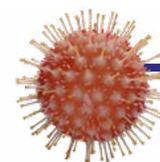
C'est la première fois qu'une telle campagne a été entreprise au Québec. Connexion TCC.QC est persuadé qu'en mettant le sujet sur la place publique régulièrement, les gens finiront par mieux comprendre ce qu'est le TCC et ce que vivent les personnes touchées directement ou indirectement. Certaines personnes ont appelé au Regroupement parce qu'ils avaient vu, entendu, lu sur le TCC grâce aux supports créés, ce qui est une preuve de l'efficacité de la campagne.

Les associations ont été aussi valorisées. Leur action est essentielle pour la reprise progressive d'autonomie des victimes qui gagnent en confiance en elles et en habiletés sociales. Grâce à la campagne, ceux qui souffrent du TCC sans savoir que de l'aide existe auront peut-être été mis au courant et c'est une belle victoire.



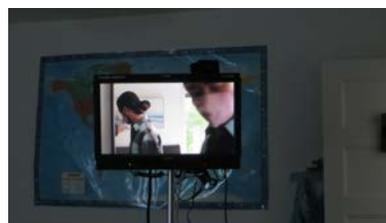


PROLOGUE



Comme toutes ses associations membres, le Regroupement des associations de personnes traumatisées craniocérébrales du Québec a dû se réinventer et adapter ses activités en fonction des règles de santé publique en vigueur. Si nous y avons découvert de bons côtés (nous avons rejoints plus de gens, plus d'associations et plus souvent), nous sentons cruellement cette fatigue pour les écrans et le besoin et l'envie de se retrouver en personne pour prendre le temps nécessaire de discuter d'enjeux de fond. Bien qu'ils soient plus fréquents, les rassemblements en virtuels demandent une capacité de concentration accrue et nous constatons que nous devons constamment abrégé notre contenu, ce qui nous amène la certitude qu'il sera nécessaire de se rencontrer en personne lorsque cela sera possible.

Néanmoins, malgré cet adage populaire "le Québec est sur pause" on peut dire que le Regroupement lui, n'a pas été sur pause en 2020-2021. Il a su mener avec brio des ateliers de mise à niveau sur les conférences virtuelles et la plateforme de communication "Zoom", tenir une première assemblée générale annuelle virtuelle, coordonner la Semaine québécoise du TCC et la campagne provinciale, mobiliser les travailleurs et travailleuses des associations autour des rencontres des associations membres et tables rondes Connexion Concertées, des webinaires de formation et finalement, du Colloque 2.0 "connecté et engagé". **Ouf ! Non le Regroupement, malgré la pandémie et le télétravail n'a pas vraiment été sur pause !**



Finalement, il est essentiel de mentionner que le Regroupement a observé avec le contexte une **charge de travail plus importante dans les associations membres**. Non seulement l'adaptation des services essentiels (aux consignes qui changent très rapidement et selon les régions) mais la préoccupation de prendre soin des autres, en même temps que prendre soin de soi-même (de là l'idée de la conférence de décembre !), a pris une place importante et aura définitivement des répercussions à long terme dont il devra tenir compte autant au niveau personnel que professionnel. Il est clair que plusieurs histoires seront à considérer : perte de repères, sortir pour un moment de son lieu d'hébergement, épuisement des proches qui tentent de tenir le phare, réadaptation écourtée ou en virtuel, etc. La vaccination nous apporte une lueur d'espoir dans un ciel gris, mais faut-il se rappeler que ce n'est fort probablement qu'une éclaircie et que cela ne signifie en rien la fin de la tempête ? Le Regroupement restera à l'affût de ces circonstances particulières et portera la voix des associations pour faire reconnaître tout ce qu'elles apportent dans la vie des personnes TCC et leurs proches et dont bénéficie l'ensemble de la communauté.





EN ROUTE VERS 2021-2022

Malgré les difficultés, le Regroupement a pu terminer sa réflexion stratégique cette année. Une chose est sûre, les associations veulent un Regroupement et sont prêtes à le soutenir, c'est une très bonne nouvelle pour créer un mouvement qui prend de l'ampleur.

Tel un jeune adulte au début de sa vingtaine, il est normal que l'organisme ait à se poser des questions sur la direction qu'il prendra et les objectifs qu'il se donne pour les prochaines années. Encore plusieurs éléments incontournables restent inconnus au moment d'écrire ces lignes, tels que le financement. Le Regroupement bouillonne d'idées créatives et rassembleuses mais demeure à la solde d'avoir les moyens de ses ambitions.

Il sait cependant que le grand défi de l'année à venir sera de rester alerte sur les conséquences laissées par une année de confinement et de réduction des contacts. Le Regroupement continuera à offrir les formations, table ronde, concertations et représentations nécessaires à s'épauler pour faire face à cette réalité encore jamais vécue auparavant.

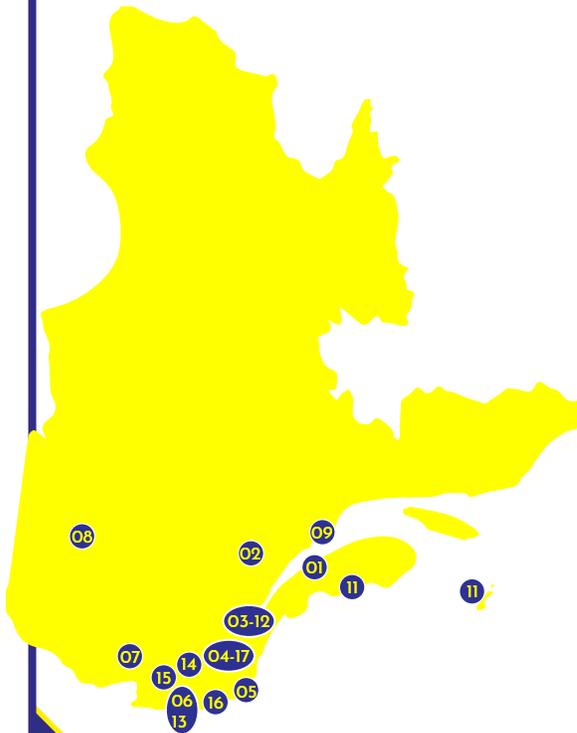
C'est donc sous le sceau de l'incertitude, face au contexte hors du commun, mais aussi du financement que Connexion TCC.QC entre dans l'année 2021-2022. Mais n'ayez crainte, avec une équipe proactive et un conseil d'administration engagé, nous avons vu déjà neigé et nous serons prêts à nous retrousser les manches pour défendre l'intérêt des associations régionales ainsi que le bien commun des personnes TCC et leurs proches.

44



ANNEXES

UN RÉSEAU D'ASSOCIATIONS PARTOUT AU QUÉBEC



46

LAURENTIDES

15 Centre d'aide personnes traumatisées crâniennes et handicapées physiques Laurentides (CAPTCHPL)

MAURICIE / CENTRE-DU-QUÉBEC

04-17 Association des traumatisés crânio-cérébraux Mauricie-Centre-du-Québec

MONTÉRÉGIE

16 Association des Traumatisés crânio-cérébraux de la Montérégie

MONTRÉAL / LAVAL

06-13 Association québécoise des traumatisés crâniens (AQTC)

OUTAOUAIS

07 Association des neurotraumatisés région de l'Outaouais

QUÉBEC / CHAUDIÈRE-APPALACHES

03-12 Association des TCC des deux rives (Québec / Chaudière-Appalaches)

SAGUENAY/LAC-SAINT-JEAN

02 Association Renaissance des personnes traumatisées crâniennes

ABITIBI-TÉMISCAMINGUE

08 Association des traumatisés crâniens de l'Abitibi-Témiscamingue (Le Pilier)

BAS-SAINT-LAURENT

01 Association des personnes ACVA-TCC du BSL

CÔTE-NORD

09 Association des handicapés adultes Côte-Nord (Comité nord-côtier des accidentés de la route)

ESTRIE

05 Association des accidentés cérébro-vasculaires et traumatisés crâniens de l'Estrie (ACTE)

GASPÉSIE / ÎLES-DE-LA-MADELEINE

11 Association des TCC et AVC de la Gaspésie et des Îles-de-la-Madeleine

LANAUDIÈRE

14 Association des personnes handicapées physiques et sensorielles du secteur Joliette (Groupe d'entraide TCC) (APHPSSJ)



COMPOSITION DES COMITÉS



Figurent dans les listes suivantes toutes les personnes qui ont participé à des rencontres entre le 1er avril 2020 et le 31 mars 2021.

COMITÉ CHALLENGE HIVERNAL ADAPTAVIE – 3 rencontres

- | | |
|--|---------------------------------|
| ■ Lucie Jutras - Responsable du comité | → Connexion TCC.QC |
| ■ Pascal Brodeur | → Montréal / Laval |
| ■ Alain Beaulieu | → Abitibi-Témiscamingue |
| ■ Anna Désiles | → Connexion TCC.QC |
| ■ Caroline Gauvin | → Québec / Chaudière-Appalaches |
| ■ Solange Landry | → Estrie |
| ■ Camille Marchand | → Adaptavie |

COMITÉ COMMUNICATION – 5 rencontres

- | | |
|--|---------------------------------|
| ■ Anna Désiles - Responsable du comité | → Connexion TCC.QC |
| ■ Simon Demers | → Québec / Chaudière-Appalaches |
| ■ Mélanie Gilbert | → Québec / Chaudière-Appalaches |
| ■ Julie Jourdain | → Côte-Nord |
| ■ Stéphanie Jourdain | → Côte-Nord |
| ■ Olivier Piquier | → Québec / Chaudière-Appalaches |
| ■ Tiffanie Plante-Nadeau | → Québec / Chaudière-Appalaches |

COMITÉ SQTCC – 5 rencontres

- | | |
|--|---------------------------------|
| ■ Anna Désiles - Responsable du comité | → Connexion TCC.QC |
| ■ Pascal Brodeur | → Montréal / Laval |
| ■ Catherine Gadoury | → Montérégie |
| ■ Julie Jourdain | → Côte-Nord |
| ■ Stéphanie Jourdain | → Côte-Nord |
| ■ Meggie Labelle | → Connexion TCC.QC |
| ■ Guylaine LeHouiller | → Laurentides |
| ■ Olivier Piquier | → Québec / Chaudière-Appalaches |
| ■ Tiffanie Plante-Nadeau | → Québec / Chaudière-Appalaches |
| ■ Nathalie Robert | → Laurentides |
| ■ Romain Villaret | → Bas-St-Laurent |



COMPOSITION DES COMITÉS



COMITÉ FORMATION/COLLOQUE – 7 rencontres

- Lucie Jutras - Responsable du comité → Connexion TCC.QC
- Isabelle Cloutier → Laurentides
- Louis Sébastien Roy → Montérégie

COMITÉ DE NÉGOCIATION AVEC LA SAAQ – 4 rencontres

- Benoît Durand - Responsable du comité → Québec / Chaudière-Appalaches
- Meggie Labelle → Connexion TCC.QC
- Serge Leclerc → Mauricie / Centre-du-Québec
- Pierre Mitchell → Montréal / Laval
- Marjolaine Tapin → Connexion >TCC.QC

COMITÉ PORTEUR DE LA RÉFLEXION STRATÉGIQUE – 2 rencontres

48

- Jonathan Jean-Vézina → Saguenay / Lac-St-Jean
- Meggie Labelle → Connexion TCC.QC
- Pierre Mitchell → Montréal / Laval
- Peter Nieman → Estrie
- Lise Noël → Centre St-Pierre
- Marjolaine Tapin → Connexion TCC.QC

COMITÉ RÈGLEMENTS GÉNÉRAUX – 4 rencontres

- Benoît Durand → Québec / Chaudière-Appalaches
- Normand Gilbert → Centre St-Pierre
- Lucie Jutras → Connexion TCC.QC
- Marjolaine Tapin → Connexion TCC.QC



CADRE STRATÉGIQUE



Cadre stratégique

Mission

Connexion >TCC.QC a pour mission de **regrouper**, de **soutenir**, de **représenter** et de **favoriser la concertation** des associations régionales membres qui œuvrent à l'amélioration de la qualité de vie des personnes ayant subi un traumatisme crâniocérébral et leurs proches partout au Québec.

Valeurs organisationnelles

Le respect passe par la reconnaissance et la considération de chacune des parties prenantes du Regroupement, de leur autonomie, de leur rôle, de leur rythme. Le respect implique le développement de rapports égaux empreints d'équité, de savoir-être dans la manière de s'exprimer et d'accueillir les opinions des autres.

L'engagement se traduit par la contribution (compétences et expertises), la collaboration et la coopération de chaque partie prenante vers la réalisation de la mission du Regroupement.

La solidarité fait référence au sentiment de communauté d'intérêts qui pousse les parties prenantes à s'épauler. La solidarité repose sur la confiance mutuelle, la capacité de collectiviser les enjeux, des pratiques démocratiques, des espaces d'expression et la capacité de se rallier.

La transformation sociale s'incarne dans l'action du Regroupement et ses membres qui agissent à l'amélioration de la qualité de vie des personnes TCC et les proches. Tous luttent contre les préjugés, défendent des droits des personnes et travaillent à leur intégration sociale.

49

Objectifs/Visées

Regrouper les associations régionales membres et les acteurs impliqués dans le champ du TCC sur l'ensemble du territoire de la province de Québec.

Soutenir en favorisant la concertation des associations régionales pour le développement et la consolidation de l'offre de services, le partage des connaissances, le perfectionnement des intervenant.e.s, et la négociation d'ententes de services.

Représenter et défendre les intérêts et les droits de ses membres, et par extension ceux des personnes ayant subi un traumatisme crâniocérébral et de leurs proches, auprès des instances pertinentes.

Sensibiliser les différentes composantes de la société en développant et en diffusant son expertise et celle des membres, au sujet des conséquences d'un traumatisme crâniocérébral chez les victimes et leurs proches, ainsi qu'en matière d'amélioration de leur qualité de vie.



Principes d'action

- ⇒ **Sa nature - Organisme à but non lucratif / Regroupement provincial**
- ⇒ **Le respect de l'autonomie de ses membres** : Écoute, Coopération et Non-ingérence
| Reconnaissance de ses membres (pratiques et expertises)
- ⇒ **Être un Interlocuteur privilégié** en matière de besoins et de services offerts aux personnes ayant subi un traumatisme crâniocérébral et à leurs proches | porter la parole des personnes TCC, leur réalité, défendre les intérêts des associations
 - ↳ **Consulte - Concerte - Fait circuler l'information – Référence nationale (ex. entrevue médias)**
 - ↳ **Suscite la création de partenariats**, de projets ou d'événements visant le développement des connaissances et la diffusion d'information sur la problématique des personnes ayant subi un traumatisme crâniocérébral.
 - ↳ **Agit comme intermédiaire pour négocier les ententes financières avec certains bailleurs. Il est un facilitateur notamment** pour les ententes avec la SAAQ
 - ↳ **Agit comme porteur de parole / représentant**
- ⇒ **Transparence, clarté et accessibilité**

50

Faire connaître la réalité et les enjeux d'un handicap invisible

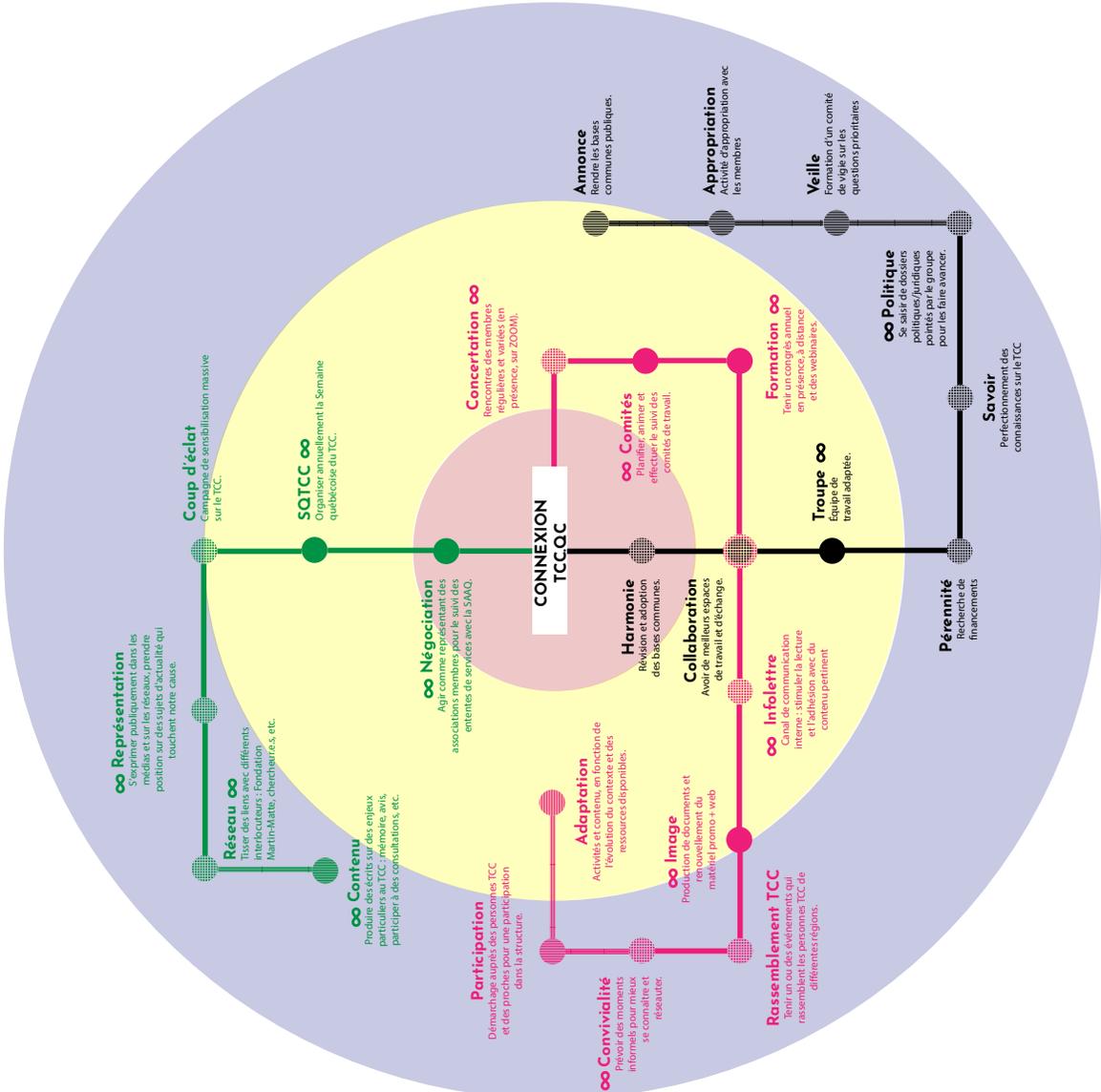


PLAN D'ACTION TRIENNAL

PLAN DE MÉTRO



-  Ligne des Fondations
-  Ligne de la Cohésion
-  Ligne de la Position
-  En travaux
-  Extension ligne 2021/2023
-  À entretenir perpétuellement





8 octobre 2020 / Mis à jour le 7 octobre 2020 à 4h00

Le traumatisme craniocérébral, un choc qui dure



Dans le cadre de la campagne nationale de sensibilisation au traumatisme craniocérébral (TCC) qui a lieu actuellement à travers le Québec et qui se terminera par la Semaine québécoise du traumatisme craniocérébral (SQTCC) du 15 au 21 octobre 2020, nous invitons la population à être sensible à la réalité des gens qui doivent vivre quotidiennement, 24 heures sur 24, avec un TCC.

Parce que le traumatisme craniocérébral peut arriver à n'importe qui, n'importe où, n'importe quand et qu'il change des vies entières;

Parce qu'un coup porté à la tête d'une personne va même jusqu'à toucher le cœur de ses proches; parce qu'on estime qu'au Québec 2000 personnes en moyenne sont victimes d'un TCC modéré/sévère chaque année;

Parce que le TCC reste un phénomène méconnu, trop peu exposé et que tous les ans la liste des personnes touchées s'allonge; parce qu'on ne guérit pas d'un TCC modéré ou sévère mais qu'on doit apprendre à vivre avec ses séquelles;

Parce que les personnes ayant subi un TCC risquent de vivre une stigmatisation dans la société ou de ne pas avoir accès aux services dont ils auraient besoin pour s'épanouir pleinement dans leur communauté.

Soyons solidaires des personnes victimes de TCC: ne jugeons plus sans savoir!

Tout simplement parce que devoir s'expliquer d'agir parfois différemment, c'est fatigant; perdre l'équilibre n'est pas synonyme d'alcoolisme, oublier des choses n'est pas synonyme de sénilité, ne pas travailler et avoir souvent besoin de repos n'est pas synonyme de paresse, dévoiler facilement sa vie intime n'est pas synonyme d'exhibitionnisme.

Soyons vigilants au quotidien!

Tout simplement parce que des gestes, mêmes banals, peuvent entraîner une blessure à la tête et mettre en danger la vie de famille, les relations amoureuses, amicales et le travail des victimes.

Alors, prenons plaisir dans ce que nous faisons, mais soyons conscients des risques et essayons de les minimiser afin d'éviter les accidents.

Rendons hommage!

Aux personnes traumatisées craniocérébrales car elles font preuve d'un courage et d'une résilience sans pareils. Aux proches qui sont toujours là pour les soutenir, car même si la vie est devenue plus compliquée, ils veulent la vivre ensemble.

Aux 13 associations membres de Connexion

TCC.QC présentes sur le territoire québécois, car elles apportent du soutien au quotidien à plus de 5000 personnes touchées par le TCC.





Sourire des deux bords à la fois

CHRONIQUE / Le 2 septembre 2007, Annie Boudreault a fermé ses paupières lourdes de sommeil. Quand elle s'est réveillée, 38 jours plus tard, sa vie avait changé à tout jamais.

Encore aujourd'hui, la Gatinoise n'a aucun souvenir de ses 38 jours passés dans le coma après l'accident de voiture qui a failli lui coûter la vie sur la route 148, à hauteur de Masson-Angers.

Elle avait 27 ans, deux jeunes enfants, une nouvelle maison. Elle menait quatre boulots de front. Il fallait bien payer les factures...

Une vie de fou, avec des nuits trop courtes. « Je courais comme une poule pas de tête », se rappelle-t-elle.

Jusqu'à cette nuit-là, cette fameuse nuit où elle s'est assoupie au volant...

« Il était environ 4 heures du matin, je revenais de mon emploi de barmaid au Lac-Simon. Je suis allée déposer ma *chum* chez elle, à Gatineau. En revenant par la 148, il y avait beaucoup de brouillard. La route était en réfection – je me souviens des cônes orange au milieu de la voie. J'ai dû m'assoupir... »

Comme je le disais, elle s'est réveillée 38 jours plus tard aux soins intensifs. Fractures multiples, poumon perforé, traumatisme crânien sévère... Et aucun souvenir de ce qui s'était passé.

Le reste de l'histoire, Annie Boudreault l'a appris des policiers. D'après les traces de pneus, les enquêteurs ont déduit que sa voiture est passée d'un bord à l'autre de la route. Elle a fait quelques tonneaux avant de frôler un poteau de téléphone et de s'écraser sur un mur de pierre devant une salle de gym.

« J'ai pris la ride de ma vie et je ne m'en souviens même pas ! Une chance que j'avais bouclé ma ceinture de sécurité. Sans cela je ne serais pas ici pour témoigner », raconte Annie Boudreault.

Et si elle raconte son histoire, c'est pour donner de l'espoir à ceux qui ont vécu un truc semblable à elle.

Car oui, il y a une vie après un traumatisme crânien, assure-t-elle.

Treize ans plus tard, Annie Boudreault a toujours des séquelles de son accident. Difficultés de concentration, perte de mémoire, difficultés d'élocution... elle a été déclarée inapte au travail. Un deuil immense pour elle.

Après son accident, elle s'est imposée deux ans et demi de rééducation. Quinze heures par semaine en ergothérapie, physiothérapie, psychoéducation... Il lui a fallu tout réapprendre. À tenir une fourchette, à la porter à sa bouche, à mastiquer, à avaler...

Le traumatisme a eu l'effet d'un bombardement en règle sur son cerveau. Il lui a fallu rebâtir un à un les chemins entre ses neurones...

Et ce n'est jamais revenu comme avant. Ça ne le redeviendra jamais. Aujourd'hui, si elle court, elle a l'air saoule. Elle est incapable de verser une larme, même en pelant des oignons. Comme elle a perdu 30 % de sa sensibilité du côté gauche, son sourire a une fâcheuse tendance à se figer à moitié. « Je dois vraiment me concentrer pour sourire des deux bords », rigole-t-elle.

Le plus dur ?

La solitude après les deux ans et demi de thérapie. Du jour au lendemain, elle s'est retrouvée seule avec ses deux enfants. Son cercle social avait pratiquement disparu. « Heureusement, j'ai eu de l'aide de la famille, des deux papas qui ont été présents pour les enfants... »

Ai-je dit le plus dur ?

« Le plus dur, c'est le jugement des autres, rectifie Annie Boudreault. Les gens ne voient pas nos blessures invisibles. Physiquement, rien ne paraît. Alors on fait face au jugement. Les gens se demandent pourquoi on ne travaille pas. Pourquoi on est payé "à ne rien faire". »

Pause au bout du fil.

« C'est le fait d'avoir deux enfants, de devoir assumer pour eux, qui m'a motivé à me réadapter, reprend-elle. Un matin, j'ai mis le pied hors du lit, j'avais de la misère... Je me suis secouée. Je me suis dit : allez, tu vas t'en sortir ! Ça aurait été facile de sombrer. Et j'ai sombré parfois... »

« Mais c'est possible de s'en sortir. Même si on a parfois l'impression du contraire. J'ai vécu de beaux, de bons moments après l'accident. J'ai fait des voyages. La vie ne s'arrête pas là. Il y a toujours de belles surprises. »

Comme quoi on peut réapprendre à sourire à la vie – des deux bords à la fois.



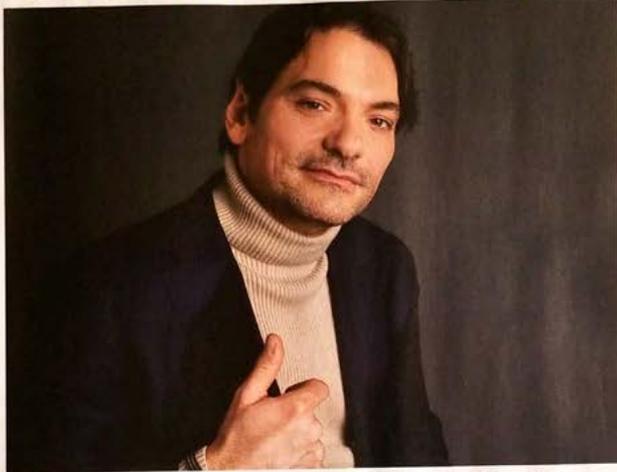
Échos Vedettes, du 17 au 23 octobre 2020

7 jours, 17 octobre 2020

CAUSE ENTREVUE

Campagne provinciale de sensibilisation au TCC

Nicola Ciccone AMBASSADEUR ET VICTIME



EN 2018, NICOLA CICCONE A EU UN GRAVE ACCIDENT DE LA ROUTE. HEUREUSEMENT, IL S'EST RÉTABLI ET A GARDÉ PEU DE SÉQUELLES DE SA COMMOTION. IL A ACCEPTÉ DE PRÊTER SA VOIX AUX PERSONNES TOUCHÉES, COMME LUI, PAR LE TRAUMATISME CRANIOCÉRÉBRAL.

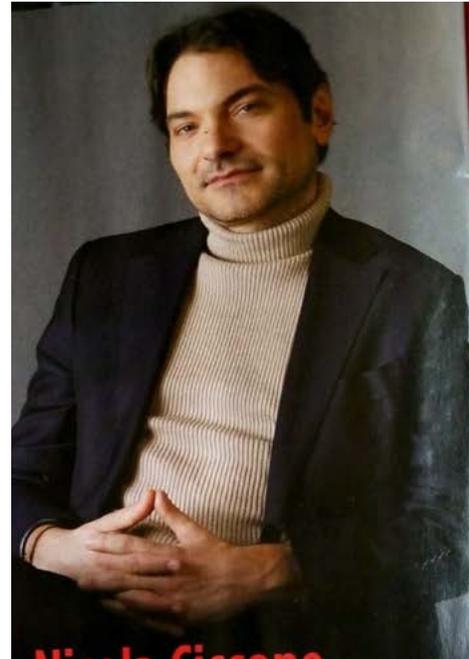
La campagne provinciale de sensibilisation au TCC (traumatisme craniocérébral), qui a pour thème «Un choc qui dure», bat son plein depuis le 5 octobre et il est important de s'y attarder. Saviez-vous que les deux causes les plus fréquentes des TCC étaient les chutes (66 % des TCC modérés et 74 % des TCC sévères) et les accidents de la route (15 % des TCC modérés et 21 % des TCC sévères)?

C'est un grave accident de la route, un après-midi de février 2018, qui a causé un TCC à Nicola Ciccone. La présence de glace noire a fait dévier son véhicule vers une camionnette qui arrivait en sens inverse. «Disons que ça a fessé fort. J'ai eu un traumatisme craniocérébral à la suite de ce face-à-face. Les deux voitures ont été des pertes totales. J'ai subi une commotion cérébrale mais, heureusement, je m'en suis remis. J'ai été très chanceux, miraculé!» raconte la vedette de la chanson, qui a tout de même dû composer avec le déplacement de deux vertèbres du cou et de légères séquelles

laissées par la commotion cérébrale, dont des migraines et des problèmes reliés à la luminosité. Il répète toutefois que, somme toute, il s'en est bien sorti, de même que l'autre personne impliquée dans la collision. «Ce qui n'est pas le cas de la majorité des gens qui ont ce genre d'accident.»

Quand Nicola Ciccone a été approché au printemps dernier pour appuyer la campagne provinciale de sensibilisation au TCC, il n'a donc pas hésité à accepter. «Parce que je suis passé par là. Je sais ce que c'est. C'est certain que je n'ai pas eu un traumatisme modéré ou sévère comme la majorité des gens concernés par cette campagne, mais c'est un sujet que je connais et une cause qui me touche directement au cœur.» FRANCIS BOLDUC

La campagne provinciale de sensibilisation au traumatisme craniocérébral se déroule jusqu'au 21 octobre et se conclut avec la 17^e Semaine québécoise du TCC (du 15 au 21 octobre). Infos: connexionccqc.ca.



Nicola Ciccone Deux ans après son accident

En février 2018, Nicolas Ciccone a eu un accident de la route. «J'ai perdu le contrôle de mon véhicule à cause de la glace noire et j'ai fait un face-à-face avec une camionnette. Les deux véhicules ont été des pertes totales. Le médecin m'a dit que j'étais un miraculé: je n'avais subi aucune fracture. Par contre, deux vertèbres de mon cou se sont déplacées et j'ai subi une commotion cérébrale. Malgré tout, j'ai pu reprendre le travail après 10 jours, mais j'ai dû faire six mois de physiothérapie.» Deux ans plus tard, Nicolas est ambassadeur d'une campagne de sensibilisation provinciale au traumatisme craniocérébral (TCC), lui qui en a subi un léger. «Il faut savoir que 65 % des gens qui en subissent un ne peuvent pas retourner travailler. Chaque année, ce sont 2000 Québécois qui reçoivent un diagnostic de TCC sévère ou modéré. Aussi, la majorité des TCC sont provoqués par des chutes anodines, alors il faut être très vigilants au quotidien. J'ai été chanceux. Mais aujourd'hui encore, quand je traverse une période de grand stress ou de travail intensif, je peux ressentir de la fatigue oculaire, avoir un peu de mal à supporter la luminosité et avoir des maux de tête.» On s'informe à connexionccqc.ca et sur la page Facebook Connexion TCC.QC.





PORTRAIT | Mathieu Lapointe, le « miraculé » médical qui relève tous les défis

17 octobre 2020 Claudie Arseneault | Initiative de journalisme local Accueil, samedi



Mathieu Lapointe pris sur le vif dans son salon. Crédit photo : Arsenal Media (Claudie Arseneault)

Dans le cadre de la Semaine québécoise du traumatisme crânio-cérébral, il était adéquat de souligner l'histoire de Mathieu Lapointe. Matanais d'origine et victime d'un TCC en 2012, il a bravé tous les défis et est maintenant horticulteur et enseignant au Centre d'éducation des adultes de Matane.

Le 14 février 2012, Mathieu Lapointe est en voyage à Antigua au Guatemala. Il est dans un parc avec des amis, où une bagarre éclate à côté de eux. Un des deux protagonistes, que Mathieu ne connaissait pas, s'est viré vers lui en lui lançant un coup de poing sur la mâchoire. Il tombe, et sa tête frappe une roche.

Loin des hôpitaux, ils ne se doutaient pas de la gravité de la situation. En effet, Mathieu Lapointe ne réalisait pas à cet instant qu'il était victime d'un traumatisme crânio-cérébral. Retournant se coucher à Fauberge, c'est le lendemain dont tout s'est rapidement gâté. Ils ont appelé l'ambassade canadienne du pays, qui leur a recommandé un hôpital à une heure de leur localisation. Une ambulance l'a amené en vitesse à l'hôpital.

En arrivant à l'hôpital de Guatemala City, le neurochirurgien avait 10 minutes pour l'opérer sinon Mathieu perdait la vie cette journée-là. À cause de l'épanchement de sang créé par le choc crânien, son cerveau avait gonflé et n'avait plus d'espace, alors ils ont dû lui enlever une portion de volet osseux. Heureusement, l'opération fut un succès. Reconnaissant d'avoir des assurances de voyage, il est resté 3 semaines dans un hôpital privé. Ses parents étaient en voyage à la Barbade, et ont réussi à venir le rejoindre en peu de temps.

Son père a été pris en charge par l'ambassade canadienne au Guatemala, et ainsi, il a pu rester trois semaines à son chevet pendant que Mathieu était dans le coma. Puis, ce dernier a été transféré à l'hôpital de l'Enfant-Jésus à Québec, où il est resté plus d'un mois suite à une trachéotomie. Ça a été le réveil assez mouvementé du coma, que Mathieu décrit comme « le pire lendemain de brosse » qu'il n'a jamais eu. C'est à cet instant qu'il a réalisé que le côté gauche de son corps était complètement paralysé.

De son esprit comateux, ses derniers souvenirs remontent à trois semaines auparavant, au Guatemala, où il était en vacances, encore insouciant. « À l'hôpital, ce n'était pas un moment très joyeux de mon existence, je l'avoue. Je ne pouvais pas parler pendant deux semaines », a-t-il affirmé. Il a ensuite été transféré à l'IRDQP, l'Institut de réadaptation en déficience physique de Québec, pendant 7 mois. Dès le premier plan d'intervention de réadaptation, le pronostic des médecins était plutôt négatif, affirmant que Mathieu « ne marcherait plus jamais et ne pourra plus travailler... »



Le vélo stationnaire de Mathieu, qu'il pédale aussi souvent que possible pour rester actif, même à la maison. Crédit photo : Arsenal Media

Cela fait plus de 8 ans depuis son accident, et Mathieu Lapointe a fait de nombreux progrès. Il a perdu sa chaise roulante et est capable de marcher de manière indépendante depuis 2015. Cela fait également exactement 5 ans, depuis octobre 2015, qu'il n'utilise plus de canne dans sa maison. Et il est maintenant capable de contrôler quelques doigts de sa main gauche.

Il reste actif et s'entraîne à tous les jours. Il nage depuis peu et arrive à faire plus d'une trentaine de longueurs. Bref, selon lui, la clé de la réadaptation, c'est d'être actif. « Si tu t'assois sur ton steak et que tu ne fais rien, c'est certain que tu ne progresseras jamais. Si tu te motives, il a moyen d'avoir des petits gains. » Selon la communauté médicale, la réadaptation se passe dans les 6 premiers mois, et ce qui n'a pas été récupéré est perdu à jamais. Mathieu est loin d'être d'accord. « Si je ne faisais pas d'efforts, je ne verrais jamais de progrès », a-t-il affirmé.

Sans compter qu'il a réussi aujourd'hui à poursuivre ses rêves et vaquer à ses occupations personnelles, en recommençant derechef à jouer de la guitare. En 2013, le premier été où il est revenu à Matane, il a lu le livre « Le Jardinier-maraîcher : manuel d'agriculture biologique sur petite surface » de Jean-Martin Fortier. « Ça m'a allumé une lumière », s'est-il exclamé.

Les étés avant son accident, M. Lapointe partait en voyage de mai à novembre dans l'ouest canadien où il cueillait des fruits dans les vergers, et avec cet argent, dans d'autres pays internationaux où le coût de la vie était relativement bas. « Mon TCC était pour moi une perte d'autonomie épouvantable. J'étais en état de dépendance totale envers les autres, ce qui faisait contraste à qui j'étais avant, un modèle d'indépendance, vivant au gré de mes envies sans penser au futur. » D'après lui, ces épreuves lui ont permis de s'ancrer et de se trouver des projets d'avenir.

Et pour éviter les sentiments de profonde nostalgie et de mélancolie de ses vagabondages d'été, il a commencé une nouvelle activité estivale, celle de jardiner. Avec son baccalauréat en anthropologie de l'Université Laval en poche depuis 2011, il a voulu poursuivre ses études soit en complétant une maîtrise en anthropologie – il devait vivre à Québec et n'a pas encore toutes les capacités pour habiter seul – ou un certificat en horticulture pour partir à la conquête de sa nouvelle passion.



Mathieu Lapointe, confortablement assis dans son salon. Crédit photo : Arsenal Media

C'est donc en 2014 qu'il s'est inscrit au programme à distance d'horticulture et de gestion des espaces verts de l'Université Laval. Depuis la fin de son programme en 2017, il occupe des petits emplois à temps partiel dans le domaine. Il a travaillé pour les Incroyables Comestibles de Matane durant les étés 2015 et 2016 en quadriporteur. Puis, il a bossé au jardin communautaire à Les Méchins comme consultant, donnant des conseils d'horticulture, comme il se spécialise dans les potagers. Depuis quelques années aussi, il s'implique bénévolement au Groupe d'entraide Matanie, au Réseau Matanie et sur les chantiers de l'Alliance pour la solidarité.

D'ailleurs, cet été, la résidence Les Bâtisseurs l'a appelé pour accompagner les aînés à jardiner. « Ma réputation me précède », a-t-il rigolé. En effet, en plus d'être pro des potagers, Mathieu ne se cherche que des emplois à temps partiel, car il a une très grande fatigabilité et n'a pas l'énergie pour travailler plus de 10 heures par semaine. Présentement, il enseigne l'horticulture au Centre d'éducation des adultes de Matane à l'automne et au printemps, six heures par semaine.

Et dans les prochaines années, celui-ci aspire à acheter sa propre terre, et de la partager avec des amis ou des collègues. Il aimerait s'y bâtir une grande serre et un gros jardin pour y faire pousser des légumes, des herbes et des arbres, et les vendre, ou même y partir un éco-village. Dernièrement, il avait fait la visite de terres à Saint-René et Grosses-Roches. Maintenant âgé de 32 ans, Mathieu Lapointe se sent fin prêt à emménager dans son propre espace.

Malgré tout, il essaie de rester positif autant que possible, et évite de regarder en arrière pour se concentrer sur l'avenir. Et il essaie d'en faire de même pour d'autres ayant subi eux aussi un traumatisme crânio-cérébral afin qu'ils puissent se motiver et se dépasser. « Si tu as un entourage qui te supporte, la seule personne qui arrête c'est toi-même », a-t-il appuyé. « Le maître de ta réadaptation, c'est toi. Les spécialistes peuvent dire que je suis un miracle, mais au final, le miracle, c'est moi qui l'ai créé. »



Traumatisme crânien sévère à 15 ans: «Son âge l'a sauvée»

Le 21 octobre 2020 à 11 h 29 min

Temps de lecture : 5 min



Par Marie-Eve B. Alarie

Mécène



Suite à un accident de VTT survenu en 2008, Jasmine a subi un traumatisme crânien sévère. (Photo : Marie-Eve Alarie)

C'était en 2008. L'accident de VTT a été violent. Jasmine était passagère. Son corps et sa tête ont heurté violemment un arbre, entraînant des dommages importants au haut de son corps. Elle a subi un traumatisme crânien sévère. Elle avait 15 ans.

«Son âge l'a sauvée», lance Josée Gagnon, la mère de Jasmine.

Jasmine a dû être réanimée dans l'ambulance, puis une deuxième fois à l'hôpital. Josée Gagnon se souvient être arrivée à l'hôpital, ne sachant trop l'état dans lequel elle trouverait sa fille. Elle a été amenée dans une petite salle intime où se trouvait aussi un psychologue.

«J'entendais tous les codes possibles pour l'urgence. C'est là que je l'ai vue passer. Elle était conduite pour un scan d'urgence. Je ne l'ai pas reconnue, sauf ses pieds. Son visage était tuméfié et déformé», raconte-t-elle.

Suite à un accident du genre, une fois que le cerveau est stabilisé, il enfile vers la troisième ou quatrième journée, explique la mère. Durant le processus, le corps de Jasmine a été mis en état d'hypothermie afin que ses organes soient en dormance et que toute son énergie puisse être consacrée pour son cerveau. Cela a porté fruit: son cerveau a fini par désenfler.

Lorsque son cerveau a été stabilisé, Jasmine a pu être opérée. Elle a notamment subi des chirurgies aux bras et essentiellement sur le côté droit de son corps qui avait encaissé de lourds dommages. «Un autre chirurgien s'est occupé de lui refaire le visage. Il a tout refait au niveau des joues, de la mâchoire et du nez, entre autres», précise Josée Gagnon.

Une fois les opérations terminées, l'adolescente a été conduite à la chambre 413.

La chambre 413

Jasmine a été dans le coma pendant quatre mois. Lorsqu'elle s'est réveillée, elle devait tout réapprendre: marcher, parler, lire, écrire, etc.

Au fil des mois et au terme de nombreux efforts, elle a récupéré des acquis. Son entourage l'a aussi fortement stimulée pour qu'elle puisse se développer au maximum de ses capacités.

«Normalement, le cerveau se développe jusqu'à l'âge de 21 ans. Comme elle était jeune, son cerveau a pu se régénérer et continuer de se développer», note Josée Gagnon.

Le jour de sa fête, elle a fait son premier sourire, un petit rictus du côté droit de sa lèvre.



Jasmine et sa mère, Josée Gagnon.

Deux heures

Au quotidien, Jasmine est aujourd'hui très autonome, à quelques légers détails près où le soutien de sa mère est bienvenu. Cependant, elle ne peut pas rester plus de deux heures toute seule.

«C'est sa mémoire à court terme qui est atteinte, souligne Josée Gagnon. Demain, elle ne se souviendra pas que tu es passée. Mais à force de répéter les choses, ça devient de la mémoire à moyen terme et à long terme.»

Jasmine doit aussi recevoir des injections de botox aux bras et aux mains tous les trois mois afin de les détendre. Autrement, ils deviennent très crispés après plusieurs semaines.

Mais sa situation ne l'empêche toutefois pas de s'impliquer sur les plateaux de travail de l'Association des traumatisés crâniens-cérébraux (TCC) de la Mauricie/Centre-du-Québec, de faire des activités avec des amis et de faire du sport. Avant la pandémie, elle se plaisait aussi à prendre part à la chorale de l'Association.

Mais elle a dû faire quelques deuils, comme de conduire une voiture, mais aussi de la Jasmine d'avant. «Dans ma tête, j'ai encore 15 ans pour des choses. Je m'ennuie de mes amis d'avant. Je m'en vais sur mes 28 ans et je sais que ma vie d'avant n'est plus là.» Elle a toutefois conservé ce sens de l'humour, la répartie et la vivacité d'esprit qu'elle avait aussi adolescente. Elle a aussi accepté de se faire de nouveaux amis.

Josée Gagnon a aussi eu à faire le deuil de sa fille d'avant. «Ils te le disent à l'hôpital: il y avait la Jasmine no 1 et maintenant, c'est la Jasmine no 2. La Jasmine no 1 est morte. Ce n'est plus la même personne, ce n'est pas pareil», raconte-t-elle. Un traumatisme crânien, ça peut arriver à n'importe qui, n'importe quand. Personne n'est à l'abri.»

À la sortie de l'hôpital, on lui avait remis des papiers pour l'informer sur les possibilités de placer sa fille en résidence spécialisée. Mais la famille a préféré la garder à la maison. Il faut dire que la famille immédiate est bien entourée, que ce soit par des voisins et des proches qui levaient la main pour donner un coup de pouce.

Et Jasmine a gardé contact une correspondante de la France qu'elle avait déjà rencontrée lors de ses 12 ans. Elles étaient devenues bonnes amies. «À 20 ans, elle a écrit pour savoir si elle pouvait venir voir Jasmine. Elle est venue durant trois semaines et leur relation était comme avant l'accident. Les filles se sont vues aux deux ans comme ça. La dernière fois, elle m'a dit: «Je retrouve ma copine d'il y a 15 ans», conclut Josée Gagnon.

Chaque année, plus de 2000 personnes sont touchées annuellement par un TCC modéré ou sévère au Québec. Les deux causes les plus fréquentes sont les chutes et les accidents de la route.



Le Journal de Joliette
Joliette

[Informations](#) [Répertoires](#) [Journaux](#) [Vidéos](#) [Avis de décès](#) [Emplois](#) [Petites annonces](#) [Autres](#)

Actualités / Société

22 octobre 2020 - 15:00
Témoignage vidéo d'Alexandre Duguay et sa mère Mireille

Traumatisme craniocérébral : « Je me donne un peu d'espoir en me disant que je sensibilise peut-être les gens »

Par Inès Lombardo, Journaliste

AAA été lu 655 fois.

Voir la galerie de photos

Dans la foulée de la campagne provinciale de sensibilisation au traumatisme craniocérébral (TCC) qui s'est terminée cette semaine, Alexandre Duguay, 27 ans et habitant de Saint-Ambroise-de-Kildare, a accepté de partager un bout du quotidien qu'il vit depuis le 1er novembre 2015, jours de son accident.

Selon la force d'impact sur le cerveau, on catégorise le TCC en trois degrés de gravité : le TCC léger (aussi nommé commotion cérébrale) ; le TCC modéré : l'impact sur la tête a été assez puissant pour causer des saignements dans le cerveau, visibles au scan cérébral. La personne peut être dans un coma léger pendant quelques heures et rester confuse pendant quelques jours et le TCC sévère.

Pour ce dernier, la force d'impact sur la tête plonge la personne dans un coma plus profond et de plus longue durée. Les saignements au cerveau sont généralement plus graves et peuvent nécessiter une chirurgie. C'est ce qu'a subi Alexandre.

Le jeune homme veut participer à la sensibilisation sur ce trauma. Il vit avec ses parents retraités, sans qui il ne peut rien faire.

L'entrevue est une façon de faire découvrir leur réalité.



Alexandre et Mireille Duguay. - Photo: Courtoisie





Contacts

911 Rue Jean-Talon est,
Bureau 134
Montréal, QC, H2R 1V5
Tél. : 514 543 4800

www.connexiontccqc.ca

 /connexionTCC.QC

 /sqtcc