

Accepter et inclure toutes les capacités



Les personnes ayant des besoins particuliers, qu'ils soient de nature physique ou liés à la communication ou à une déficience intellectuelle, sont trop souvent confrontées aux stéréotypes, à la stigmatisation et à la discrimination. Les personnes handicapées subissent de l'exclusion dans des domaines que les autres considèrent comme allant de soi. Chaque personne mérite de se sentir à sa place.

Ensemble, nous pouvons rendre nos écoles, nos lieux de travail et nos communautés plus inclusifs pour les personnes de toutes les capacités. Notre Programme d'acceptation des capacités encourage chacune et chacun à devenir allié de l'inclusion.

Abattre les obstacles à l'inclusion

Le capacitisme est un grand obstacle à l'acceptation et à l'inclusion. Il s'agit d'une discrimination en fonction des capacités. Les personnes qui ont un handicap sont perçues comme ayant moins de valeur que les autres. Le capacitisme se reflète dans des actions, des mots, des comportements et des problèmes d'accès.

Comment éviter le capacitisme?

- Renseignez-vous.
- Ne sautez pas aux conclusions.
- Posez des questions.
- Discutez des ressemblances et des différences entre les gens, y compris les handicaps.
- Ne gardez pas le silence lorsque d'autres ont des points de vue capacitistes. Soulignez le problème pour les sensibiliser.
- Gardez tout l'éventail de capacités en tête lorsque vous organisez des activités.



À retenir

- Les handicaps prennent de nombreuses formes.
- Il est important d'écouter les personnes handicapées pour apprendre de leur expérience vécue et mieux les soutenir.
- Le choix de mots compte.
- Dans un lieu pleinement inclusif, chaque personne se sent à sa place.
- Il existe mille et une façons d'être allié de l'inclusion!

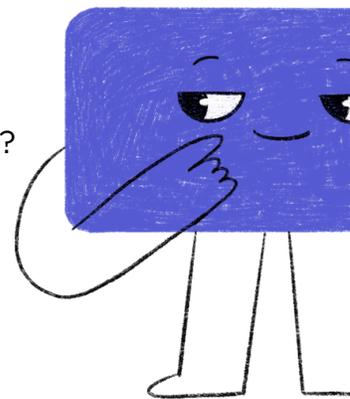


Le choix de mots compte

Les personnes handicapées ont le dernier mot sur la façon dont elles se désignent elles-mêmes. C'est pourquoi il est important de valider notre choix de mots ou d'expressions auprès d'elles.

Ces questions pourront briser la glace:

- Comment faites-vous référence à votre handicap?
- Quels mots devrais-je choisir pour faire référence à votre handicap?
- Préférez-vous l'approche axée sur la personne ou sur l'identité?
- Approche axée sur *la personne*: enfant atteint d'autisme, personne ayant un handicap
- Approche axée sur *l'identité*: enfant autiste, personne handicapée



Devenir allié de l'inclusion

Les alliés se mettent à l'écoute des personnes ayant des besoins et des capacités différents et offrent leur appui. Il s'agit d'une attitude ouverte plutôt que d'un rôle officiel. Les alliés de l'inclusion apprennent et désapprennent constamment, multipliant les efforts pour que chaque personne se sente à sa place.

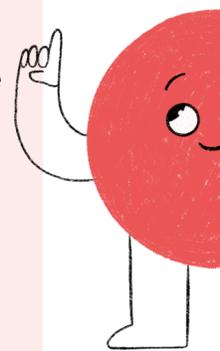
À FAIRE:

- Demander à la personne d'indiquer comment elle fait référence à son handicap.
- Parler à une personne handicapée comme à n'importe qui d'autre.
- N'aider que si la personne vous le demande ou accepte votre offre.
- Modifier les jeux et les activités pour faciliter la participation de tous et toutes.
- Présumer que chaque personne est capable.



À ÉVITER:

- Exclure une personne en raison de son handicap.
- Utiliser des mots dépassés ou dévalorisants.
- Aider une personne handicapée sans lui demander si elle a besoin d'aide.
- Présumer de ce qu'une personne handicapée peut ou ne peut pas faire.



Les handicaps sont parfois invisibles. C'est le cas des lésions cérébrales, des douleurs chroniques, des maladies mentales, des troubles gastro-intestinaux et de bien d'autres. Les handicaps invisibles sont trop souvent incompris ou minimisés. C'est pourquoi il est important de traiter chaque personne avec respect, bienveillance et compréhension.