

# POUR UNE EXPÉRIENCE DE LOISIR INCLUSIVE

Hélène Carbonneau, Ph.D.

Laboratoire loisir et vie communautaire, Université du Québec à Trois-Rivières  
en collaboration avec  
Roger Cantin, CIRRIIS et Marc St-Onge, AQLPH

## L'INTÉGRATION DES PERSONNES AYANT DES INCAPACITÉS, UN INCONTOURNABLE

De plus en plus, il est question d'inclusion, d'intégration, d'accessibilité universelle. La question du droit au loisir pour tous fait partie des valeurs sociales, voire d'exigences légales incontournables, avec lesquelles les dirigeants municipaux doivent maintenant composer. Au-delà du droit au loisir des personnes ayant des incapacités, qu'en est-il de la qualité de leur expérience de loisir en relation avec l'environnement et les autres citoyens ? Qu'est-ce qui fait qu'une personne ayant des incapacités peut vivre pleinement une expérience de loisir inclusive ? Afin de répondre à ces questions, il importait de pousser plus loin la réflexion sur les conditions d'une participation pleine et entière de ces personnes dans des activités de loisir. Ce texte vous propose donc un cadre conceptuel de l'expérience de loisir inclusive qui, nous l'espérons, sera utile pour développer une offre toujours plus propice à permettre une participation épanouissante pour les personnes ayant des incapacités.

## UN CONTEXTE SOCIAL ET POLITIQUE REMPLI DE DÉFIS

La question du loisir inclusif préoccupe plusieurs acteurs tant du milieu de l'intervention en loisir que du milieu politique ou gouvernemental. La pression de plus en plus forte pour favoriser l'intégration des personnes ayant des incapacités dans leur communauté commande d'adapter l'offre de loisir en conséquence. Toutefois, la notion même de « loisir inclusif » demeure à clarifier.

## AU-DELÀ DE L'INTÉGRATION PHYSIQUE, UNE PARTICIPATION ÉPANOUISSANTE

Souvent, l'idée d'intégration est amenée sous la forme d'un continuum laissant l'impression que seule l'atteinte d'une participation dans les activités s'adressant à l'ensemble des citoyens a de la valeur. Il y a alors un risque de perdre de vue l'expérience vécue par la personne. En effet, permettre l'intégration d'une personne ayant des incapacités dans une activité dite régulière ne lui garantit pas pour autant une expérience de qualité. Trop souvent, les activités proposées étant plus ou moins adaptées à leurs besoins, les personnes ayant des incapacités deviennent des spectateurs de la participation des autres.



## DÉTERMINANTS DE L'EXPÉRIENCE DE LOISIR INCLUSIVE

Cette réflexion sur le loisir inclusif considère la notion d'accessibilité universelle en lien avec les éléments déterminants de la qualité de l'expérience de loisir vécue par les personnes ayant des incapacités. En 2007, le Conseil québécois du loisir (CQL) affirmait que rendre accessible le loisir supposait, entre autres, « la possibilité d'accéder à une activité, à un lieu de pratique, à un équipement, la capacité de comprendre et de pratiquer et la qualité de la mise en relation et de l'échange ».

L'expérience de loisir fait ainsi référence non seulement à une notion de contenu, mais aussi de qualité. Il importe donc de mieux préciser les dimensions liées à la qualité de l'expérience de loisir inhérente au modèle du CQL. Force est de constater qu'il ne suffit pas de pratiquer une activité récréative pour vivre une expérience signifiante de loisir, encore faut-il que cette activité convienne aux axes de motivations de la personne (intérêts, attentes, passion, etc.) et lui permette de mobiliser son potentiel pour que l'expérience soit réellement inclusive et satisfaisante. Un modèle de l'expérience de loisir inclusive a été développé à partir des travaux des principaux auteurs sur la question (Carbonneau et al., 2014).



La figure 1 ci-dessous présente ce modèle de l'expérience de loisir inclusive.

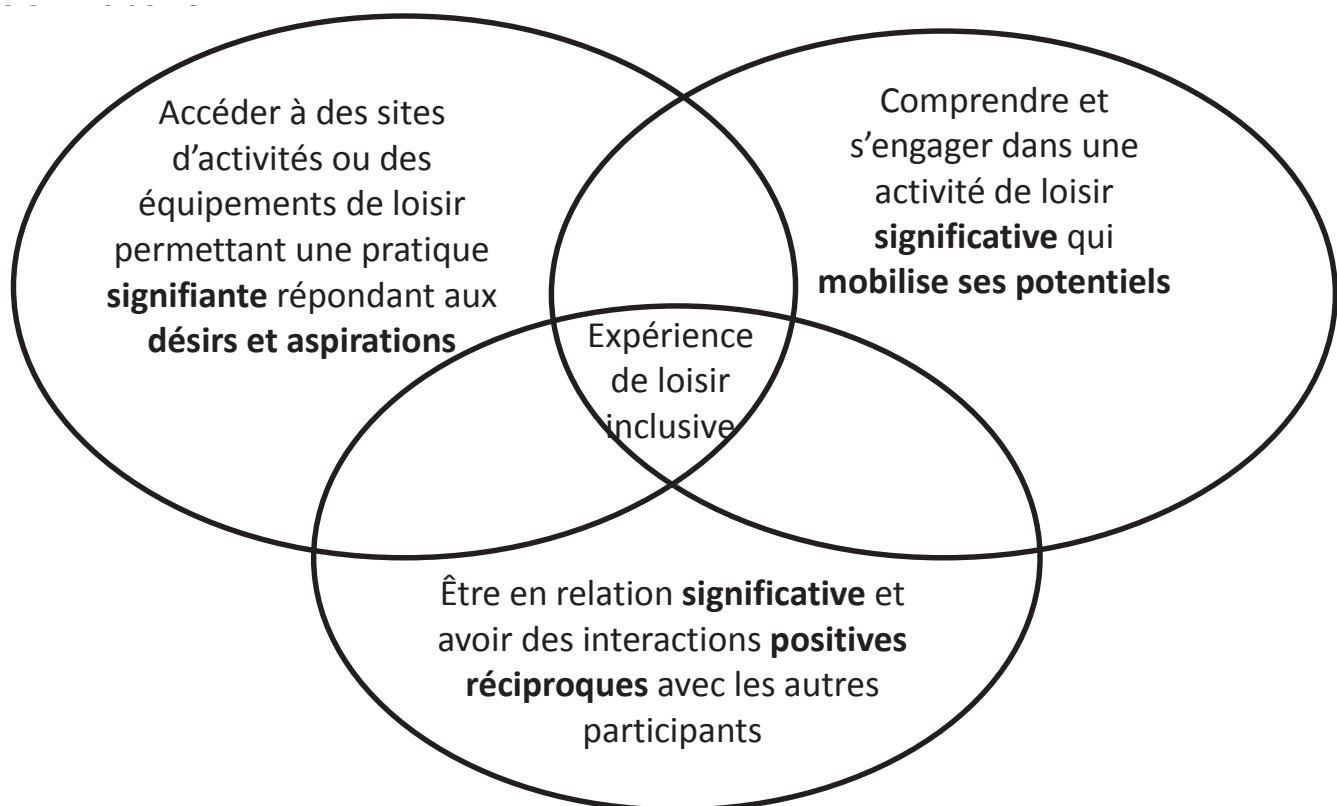


Figure 1 : Modèle de l'expérience de loisir inclusive

## FORMES DE L'EXPÉRIENCE DE LOISIR INCLUSIVE

Cette expérience de loisir inclusive peut se vivre dans divers contextes, allant d'une pratique adaptée dans des lieux spécialisés jusqu'à une pratique inclusive en toute liberté. La figure 2 illustre la gamme des possibilités de l'expérience de loisir inclusive. Ce qui importe avant tout, c'est **la qualité de l'expérience**, d'une part, et la **possibilité pour la personne d'avoir accès à toute la gamme de possibilités**, d'autre part.

L'expérience de loisir inclusive peut ainsi prendre diverses formes selon les contextes. Soulignons qu'il s'agit d'une gamme de possibilités qui comportent chacune des avantages. Les types de possibilités proposés doivent être les plus propices à permettre aux participants de vivre une expérience de loisir inclusive, telle que définie plus haut. Il est aussi important que la personne ait accès à diverses formes d'expérience de loisir comprises dans la gamme ci-dessous et qui lui permettront d'optimiser son potentiel et de prendre pleinement sa place dans la société.

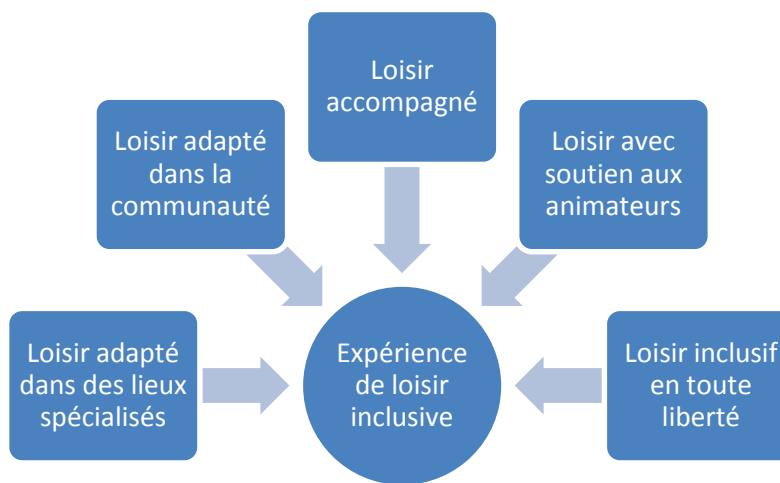


Figure 2 : Gamme des possibilités de l'expérience de loisir inclusive

Parfois, une **pratique adaptée dans des lieux spécialisés** peut être la meilleure option. En effet, dans certaines circonstances, il est pertinent pour les participants de se retrouver dans un lieu vraiment adapté à leurs besoins pour pratiquer une activité et vivre l'expérience la plus positive possible. Par exemple, l'organisation de soirées de danse pour personnes malentendantes avec l'utilisation d'appareils spécialisés permettant aux participants de mieux ressentir le rythme de la musique est une avenue des plus propices à leur faire vivre un moment agréable. De même, plutôt que de passer la journée en marge du groupe dans un camp de jour régulier, un jeune avec une déficience intellectuelle importante bénéficierait probablement davantage d'activités adaptées à ses besoins et faisant appel à son potentiel dans un camp de jour adapté.



Parfois, une **pratique adaptée dans la communauté** est la possibilité la plus adéquate. Un exemple pour ce type de pratique est l'offre d'un cours d'aquaforme adapté pour des personnes non voyantes. Ici, l'accès à un équipement dans la communauté est utile, mais l'activité nécessite d'être entièrement adaptée pour maximiser la participation en loisir des personnes ayant des incapacités.

Le **loisir avec un accompagnement** est une approche largement utilisée, notamment dans le contexte des camps de jour. La personne ayant des incapacités bénéficie alors d'une aide personnalisée pour soutenir sa participation et lui permettre de vivre une expérience de loisir inclusive enrichissante. Cette approche demeure une avenue intéressante et pertinente dans la mesure où l'accompagnement ne se traduit pas systématiquement par une pratique à part du groupe, mais permet plutôt une réelle intégration à l'activité.

Une autre approche possible est le **loisir avec soutien aux animateurs**. L'idée est alors d'apporter un soutien aux animateurs dans le but de les former et les aider à intégrer un participant avec des incapacités. Par exemple, un jeune ayant un trouble du spectre de l'autisme (TSA) a pu être intégré dans un club de karaté grâce à la formation et au soutien apportés à l'animateur par une association pour personnes autistes. L'animateur, en sachant désormais comment agir avec le jeune, a alors été en mesure de lui permettre d'intégrer l'activité.

La dernière forme d'expérience de loisir est le **loisir inclusif en toute liberté**. La personne est alors en mesure de participer par elle-même sans requérir le soutien d'une autre personne. Cela implique que les conditions environnementales et d'accueil permettent à la personne avec des incapacités d'accéder à un équipement et de pratiquer librement son loisir préféré. Un exemple ici serait que la personne ait accès à une piscine entièrement accessible (de l'entrée - incluant l'accueil jusqu'aux vestiaires - au bassin de la piscine), comportant un mécanisme d'accès à l'eau adapté à la clientèle (rampe, lève-personne) et où elle pourrait partager l'activité avec ses amis en toute liberté.

Voilà qui complète la description des diverses composantes de la gamme d'expériences de loisir inclusives. Ce qu'il importe de retenir, c'est qu'une composante n'est pas meilleure qu'une autre. Chacune d'entre elles trouve sa raison d'être dans la possibilité qu'elle offre aux personnes ayant des incapacités de vivre pleinement une activité de loisir en concordance avec ses désirs et aspirations, tout en lui permettant d'utiliser d'une façon optimale son potentiel et en lui procurant l'opportunité de développer des liens significatifs réciproques avec les autres participants. Toutefois, la mise en place de cette gamme d'expériences de loisir inclusives ne saurait se faire sans le développement de partenariats entre les municipalités et leurs mandataires, les organismes spécialisés dans le soutien à la clientèle et les personnes ayant des incapacités elles-mêmes.



#### Références

Carbonneau, H. (2015). Pour une expérience de loisir inclusive. *Observatoire québécois de loisir*, 12 (11),1-4.  
Conseil québécois du loisir (2007). *Guide pour l'analyse de l'accessibilité au loisir : cadre de référence pour l'accessibilité au loisir*.  
Canada, Montréal : Conseil québécois du loisir.