

# CAHIER D'ACTIVITÉS



# INFORMATIONS EN VRAC SUR LA DÉFICIENCE INTELLECTUELLE

**Cette section a pour but de fournir des informations importantes et brèves sur la déficience intellectuelle.**

## DÉFINITION

Selon AAIDD (*American association on intellectual and developmental disabilities*), le retard mental est une incapacité caractérisée par des limitations significatives du fonctionnement intellectuel et du comportement adaptatif qui se manifeste dans les habiletés conceptuelles, sociales et pratiques. Cette incapacité survient avant l'âge de 18 ans.

## CONCRÈTEMENT...

De toute évidence, la lenteur du développement intellectuel est une des caractéristiques principales de cet état. La personne ayant une déficience intellectuelle est susceptible de présenter d'autres caractéristiques dont :

- Difficulté à résoudre des problèmes
- Difficulté de généraliser des concepts
- Difficulté de rétention à court terme de l'information
- Difficulté à centrer son attention sur les informations pertinentes
- Risque de construire une faible estime de soi
- Un faible degré d'exigence
- Difficulté à prévoir son avenir
- Limitations dans le comportement adaptatif

À noter que les caractéristiques énumérées ci haut varient selon chaque individu et l'importance de la déficience intellectuelle.

## LES CAUSES

Il y a plusieurs causes qui peuvent expliquer la présence d'une déficience intellectuelle chez un individu. Voici celles que l'on connaît :

- manque d'oxygène à la naissance
- trisomie 21
- syndrome du X fragile
- syndrome du cri du chat
- syndrome d'alcoolisation foetale
- traumatisme cranio-cérébral
- maladie contagieuse que la mère a contractée pendant la grossesse
- manque de stimulation

Dans près 50% des cas, la raison principale de la déficience intellectuelle est inconnue.

## PENSÉES RÉFLEXIVES

Voici quelques pensées de différents auteurs qui nous font réfléchir sur la différence.

- Et si l'on cessait de parler de nos différences pour ne parler que de nos ressemblances?
- Tout homme qui voit ses propres déficiences ne critique pas celles des autres.
- Chaque homme est une histoire qui n'est identique à aucune autre.
- Notre fragilité est ce qui nous rend unique.
- Il n'est jamais trop tard pour sonder l'inconnu. Il n'est jamais trop tard pour aller au-delà

## CE QU'ON EN DIT, MAIS CE N'EST PAS VRAI...

### Les personnes ayant des limitations intellectuelles :

- ... Ne peuvent pas faire grand-chose de leur vie.
- ... Resteront toujours des enfants.
- ... Sont des personnes agressives.
- ... Ne peuvent pas apprendre.
- ... N'ont pas d'émotion.
- ... Aiment être prises en pitié.
- ... Sont des personnes malades.
- ... Ne peuvent vivre avec leurs parents (surtout les enfants).
- ... Ne seront jamais capables de se faire des amis.
- ... Ne peuvent plus rien apprendre après l'âge de 15 ans.
- ... Sont nécessairement des personnes handicapées.
- ... Ne peuvent pas utiliser les jouets d'un autre enfant de leur classe.
- ... Ne peuvent pas ressentir du plaisir en jouant, en regardant la TV, en allant au cinéma.

Tout ceci ce n'est pas vrai parce que tout comme toi la personne ayant une déficience intellectuelle a les mêmes besoins et aussi les mêmes droits que tout le monde et c'est tant mieux puisque « *Je te découvre...tu me ressembles* »

## CAUSERIE ET MISE EN SITUATION

Tu te souviens sûrement d'avoir ressenti des sentiments plus ou moins agréables où tu étais différent des autres. Vivre avec une différence cela peut être :

- Savoir plein de choses que les autres élèves ne savent pas.
- Avoir des parents qui viennent d'un autre pays.
- Être d'une couleur, d'une culture qui ne ressemble pas aux autres.
- N'être pas du tout habile dans les sports alors que tes amis le sont.

Te rappelles-tu des amis qui ont accepté ta nouvelle situation et qui t'ont accepté malgré ta différence?

Tout comme toi, les personnes présentant une déficience intellectuelle apprécient quand on accepte sa différence en leur permettant de vivre des moments agréables avec les autres, avec ses amis.

# POINTS À RELIER

Découvre qui est la mascotte de la semaine en reliant les points.





Comme tu es bon! Tu as réussi à me découvrir.  
Hé oui, je suis le lapin Didier!

As-tu remarqué, je suis différent des autres?  
J'ai une déficience intellectuelle mais cela ne se voit peut-être pas?  
C'est un grand mot, mais ne t'en fais pas, tu auras l'occasion de découvrir  
ce que c'est tout au long de la semaine. Avant d'aller plus loin, j'aimerais  
que tu découvres pourquoi je suis avec toi du 9 au 15 mars.

Pour le savoir, ton éducatrice te remettra un message spécial  
que tu devras décoder. Es-tu prêt? Allons-y!



# MESSAGE CODÉ

A 30x30 grid of the number 6. The word "SOLUTION" is written in large red letters across the top right. A cartoon detective in a green coat and hat is on the right, with a thought bubble that says "je te découvre... tu me ressembles!". The word "MATHÉMATIQUES" is hidden in the grid, formed by red lines connecting the number 2s.

Pour trouver le message codé, colore, avec un crayon de la couleur de ton choix, toutes les cases où il y a le chiffre 2



# Trouve ton chemin

Tu te souviens sûrement d'avoir ressenti des sentiments plus ou moins agréables. Comme par exemple, avoir peur, être inquiet ou être gêné lorsque tu t'es retrouvé dans un nouvel endroit avec de nouvelles personnes que tu ne connaissais pas.

Tu te souviens peut-être aussi que des enfants ont fait des remarques sur un aspect de toi qui était différent d'eux, comme par exemple, avoir les yeux bridés, les cheveux roux, le visage rond, les dents séparées, etc...

**Vivre avec une différence, ça peut aussi être :**

- ⊙ Savoir plein de choses que les autres amis ne savent pas;
- ⊙ Avoir des parents qui viennent d'un autre pays;
- ⊙ N'être pas du tout habile dans les sports alors que tous tes amis le sont;
- ⊙ Et ainsi de suite ...

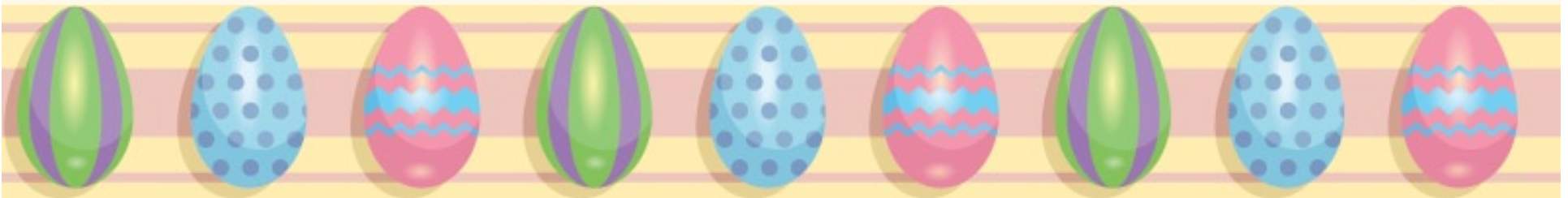
Lapin Didier, que tu retrouveras sur l'autre page, a une différence aussi.

On dit qu'il a une déficience intellectuelle.

**Qu'est-ce que cela veut dire ?**

Cela veut dire que Lapin Didier apprend plus lentement que toi. C'est sa différence à lui.

Tout comme toi et tes amis, Lapin Didier apprécie quand on accepte sa différence en lui permettant de partager tout ce qu'un ami de ton âge trouve bien agréable.





Tout comme toi, lapin Didier aime jouer avec des amis.

À la cachette



Au ballon



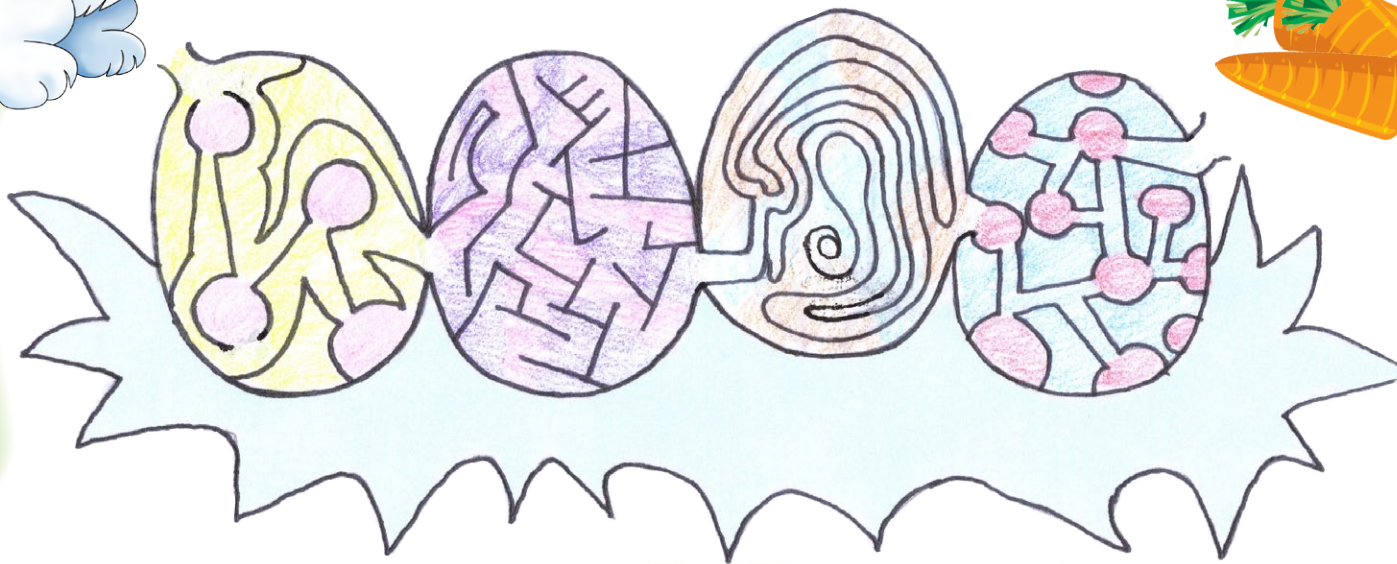
Faire la course



Avec ton crayon, suis l'une des courbes pour savoir quel est le jeu préféré de Lapin Didier.

# Jeu du labyrinthe

Tout comme toi, Lapin Didier a ses limites.  
Lui, il a de la difficulté à s'orienter tout seul.



Avec ton crayon, suis le bon chemin qui mènera Lapin Didier à ses carottes.

# Jeu des différences

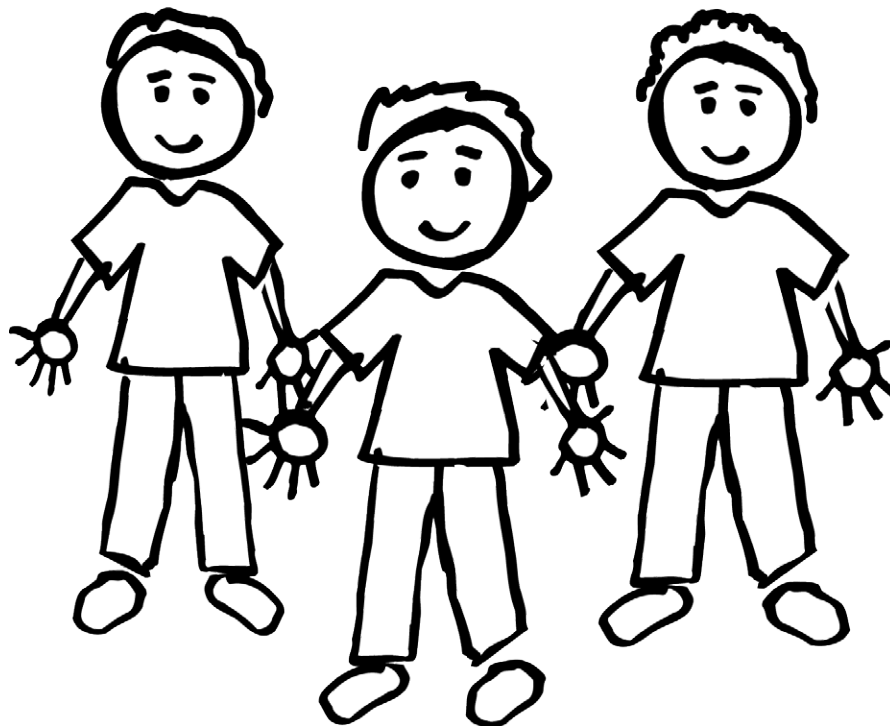
Trouve les sept différences.



# AH C'QU'ON EST BIEN QUAND ON JOUE TOUS ENSEMBLE

(l'air de : Ah c'qu'on est bien quand on est dans son bain)

Ah c'qu'on est bien quand on joue tous ensemble,  
Malgré nos différences, on s'amuse beaucoup,  
Ah c'qu'on est bien quand on joue tous ensemble,  
On échange plein de choses intéressantes.



# À LA GARDERIE

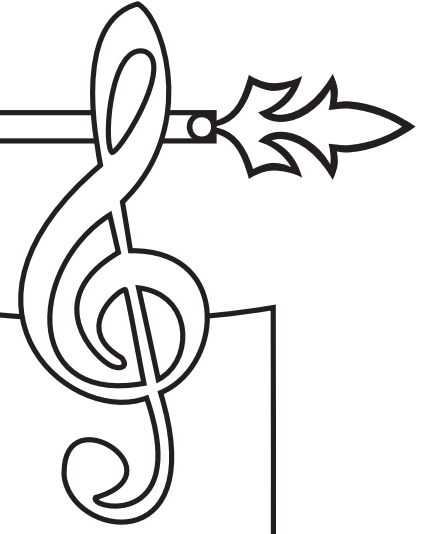
(air de : À la claire fontaine)



C'est à la garderie,  
M'en allant jouer dehors,  
J'ai invité Didier,  
à venir avec moi  
Il y a longtemps qu'on s'amuse  
Le temps a si vite passé.

# JE TE DÉCOUVRE, ... TU ME RESSEMBLES

(air de : tête, épaules, genoux, orteil)



Je découvre que tu m'ressembles ...  
Tu découvres que j'te ressemble...  
Malgré nos p'tites différences,  
On est bien ensemble.

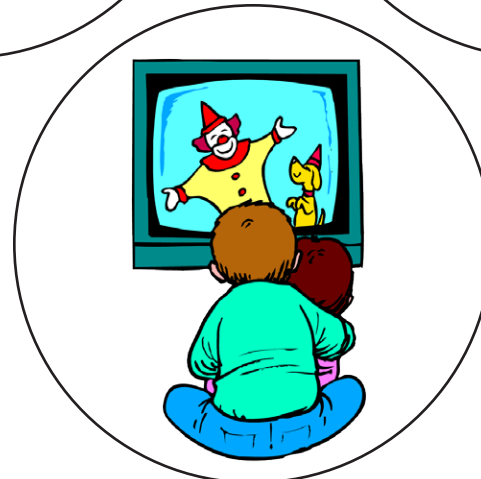
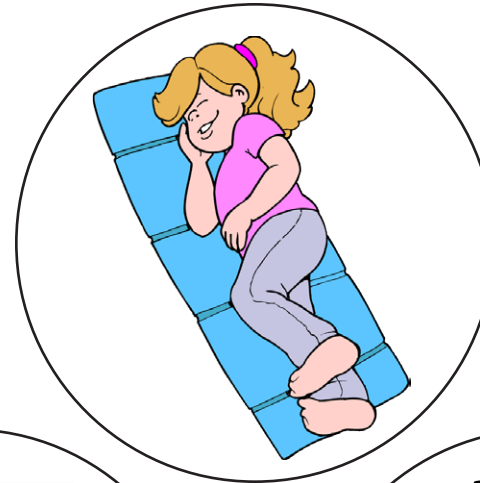
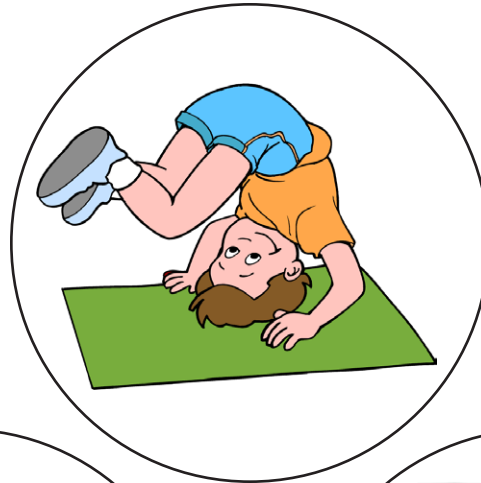
# Vos éduca-JEUX

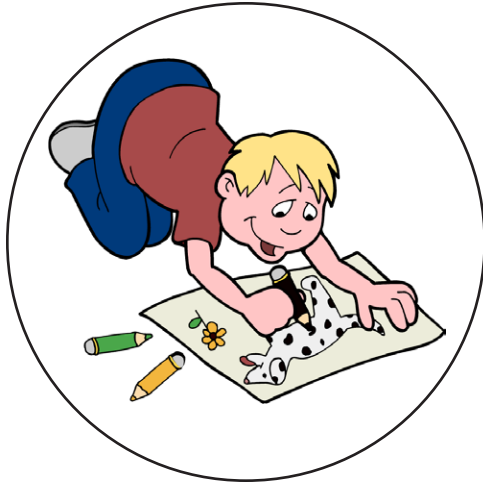
**Un jeu d'histoires** - Imprimez, découpez et plastifiez les images suivantes. Retournez les images au sol, les enfants pigent trois images et doivent inventer une histoire en rapport avec les images qu'ils ont pigées.

OU

**Un jeu de mémoire** - Imprimez deux fois, découpez et plastifiez les images suivantes. Retournez les images au sol et les enfants doivent trouver les deux images identiques.

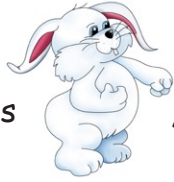
*Tout comme toi, Lapin Didier fait plusieurs activités dans une journée. En voici quelques-unes.*













BONJOUR,



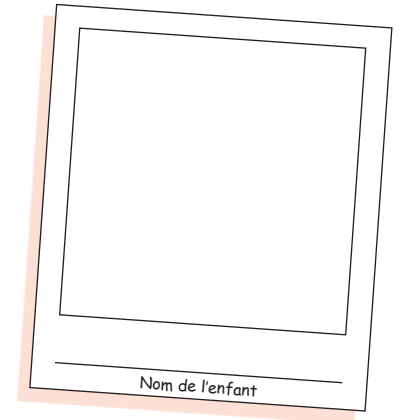
Je suis , le petit lapin sans malice. J'adore jouer et me faire de nouveaux amis mais quand mes amis me racontent des trucs, je plisse mes petits  et je laisse tomber mes  toutes molles. On dit aussi que parfois, je sors ma  . Tout ça parce que j'ai de la difficulté à comprendre les mots qu'on me dit. Mes parents m'expliquent que j'ai du talent mais qu'avec moi, c'est plus long à le démontrer. Et pour cause : je dois souvent demander de l'aide pour manger mes  , lisser mon pelage, ouvrir la  , etc. Mes copains je les aime bien : ils me font de gros câlins, chose que j'adore, mais quand ils crient fort après moi, ou rigolent entre eux cela me fâche beaucoup et parfois aussi je pleure. Quand on me demande trop de choses à faire et que je n'y parviens pas, cela me frustrer, je m'assois par terre et je ne fais plus rien. C'est à ce moment-là que j'ai besoin de l'aide des autres. Ils sont patients les gens (les voisins, l'épicier, le facteur) de comprendre que moi aussi j'ai mes limites, mes chagrins, mes colères mais qu'au fond je suis sensible aux regards que les autres portent sur moi parce que moi aussi j'ai un petit  comme tout le monde et que je suis capable d'aimer et d'être aimé. Si tu apprends à mieux me connaître avec mes difficultés et mes forces au cours de cette semaine qui parle de moi, toi aussi tu pourras dire « Je te découvre... tu me ressembles. »

Signé

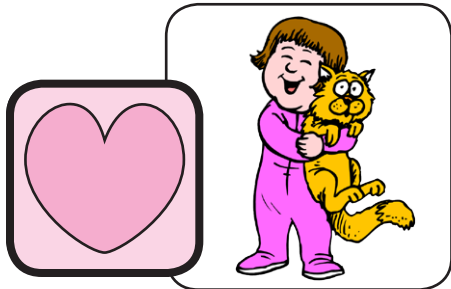




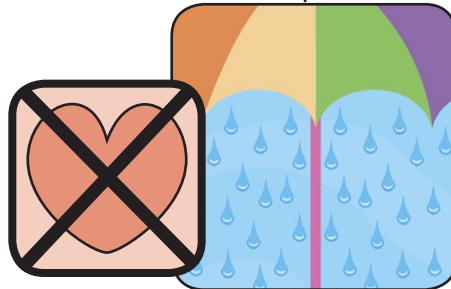
Je te découvre...  
Tu me ressembles.



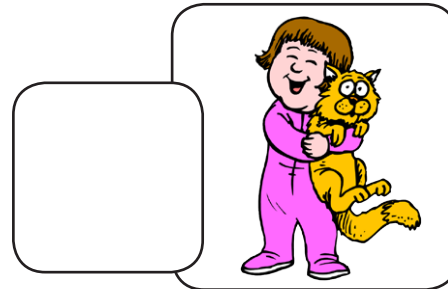
Des câlins



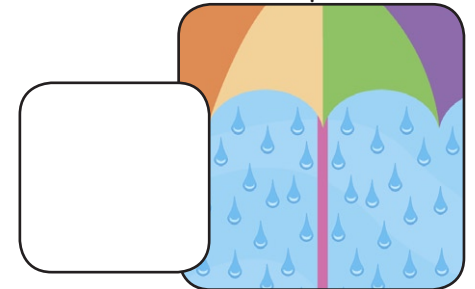
La pluie



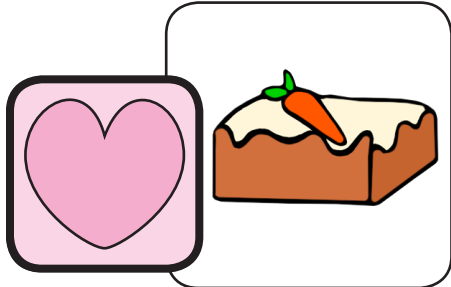
Des câlins



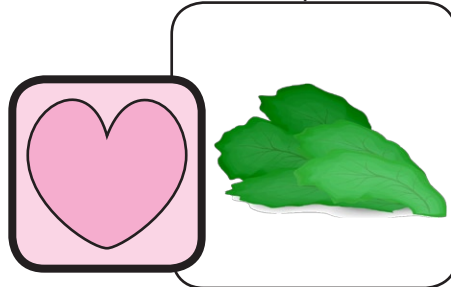
La pluie



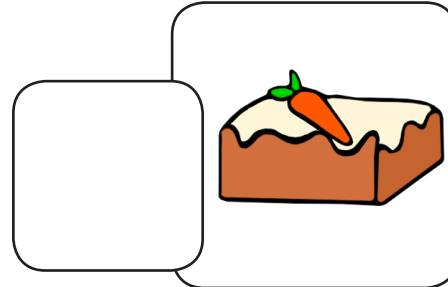
Gâteau aux carottes



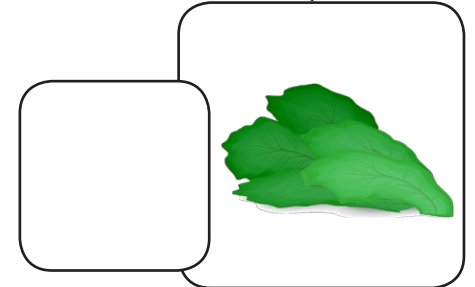
Des épinards



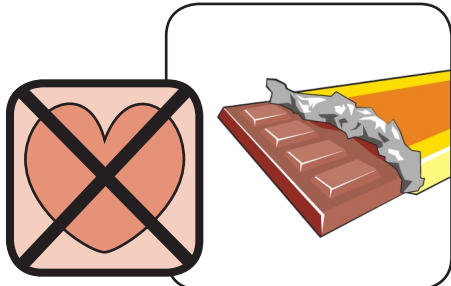
Gâteau aux carottes



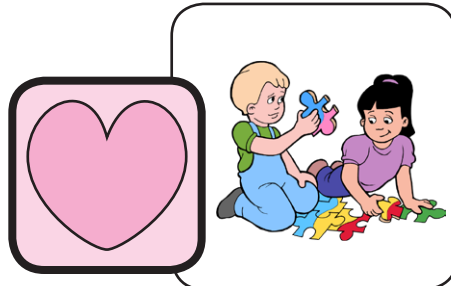
Des épinards



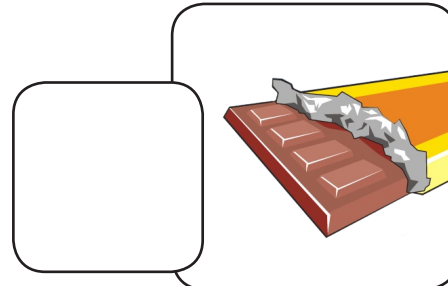
Du chocolat



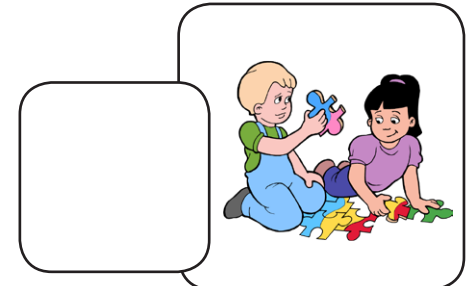
Jouer avec des amis



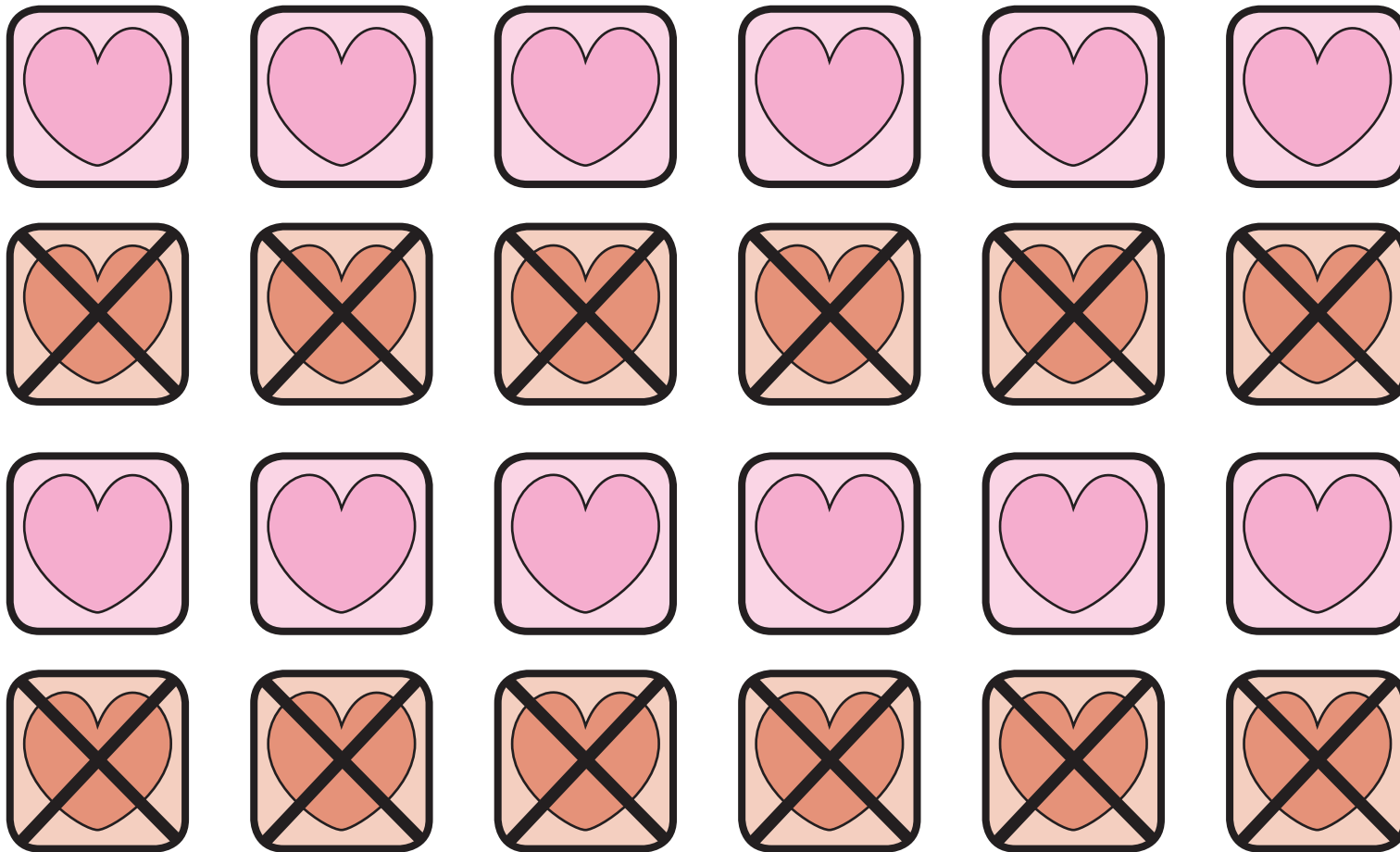
Du chocolat



Jouer avec des amis



**BUT** - Cette activité a pour but de faire découvrir à l'enfant que lapin Didier et lui ont des ressemblances et des différences dans les goûts.  
**CONSIGNES** - Comme Lapin Didier, dis-nous ce que tu aimes et ce que tu n'aimes pas. Colle à côté de chaque image, un des cœurs suivants



<p>ARRIVÉE</p> <p>20</p> 	<p>19</p> 	<p>18</p>	<p>17</p> 	<p>16</p> 
<p>11</p> 	<p>12</p> 	<p>13</p> 	<p>14</p>	<p>15</p>
<p>10</p> 	<p>9</p>	<p>8</p> 	<p>7</p> 	<p>6</p> 
<p>Départ</p>  <p>1</p>	<p>2</p>	<p>3</p> 	<p>4</p>	<p>5</p> 

# FICHE D'EXPÉRIMENTATION



Tout comme toi, j'ai des habiletés et j'arrive à faire plein de choses. Quelques fois, je prends plus de temps pour y arriver. Pour t'aider à comprendre ce que je vis, je te propose de faire ce petit exercice.

## NOTE À L'ÉDUCATRICE :

But de l'activité : faire comprendre que le rythme d'apprentissage d'une personne ayant une déficience intellectuelle est différent.

## MATÉRIEL NÉCESSAIRE :

### OPTION 1 :

confettis, brosse à dents, petit balai, balai avec un manche, aspirateur

OU

### OPTION 2 :

nourriture liquide (ex : compote de pommes), couteau en plastique, petite cuillère, bâton de pop sicle, cuillère à soupe

## INSTRUCTIONS :

1. Choisir une option (option 1 ou option 2) et rassembler le matériel nécessaire pour l'activité.
2. Distribuer à chaque enfant du groupe un accessoire différent pour exécuter la tâche.
3. Chaque enfant exécute la tâche (soit de manger ou de ramasser) en utilisant l'accessoire qu'il a.

4. L'activité prend fin lorsque le groupe en entier a terminé (pas de temps limite) la tâche.
5. Variante à l'activité : Chaque enfant pourrait expérimenter chaque accessoire pour exécuter la tâche demandée.

## RETOUR SUR L'ACTIVITÉ :

Causerie avec les enfants pour leur expliquer que la personne ayant une déficience intellectuelle arrive à faire la même tâche qu'eux, mais dans un délai plus long.

Exemple du déroulement de l'activité avec l'option 2 :

- J'ai rassemblé tout le matériel nécessaire pour l'activité soit de la compote de pommes pour chaque enfant et les accessoires suivants : couteau en plastique, cuillère à soupe, petite cuillère et bâton de pop sicle.
- Je remets à chaque enfant un accessoire différent.
- L'enfant exécute la tâche « manger » avec l'accessoire qu'il a. Donc il y a des enfants qui mangeront la compote avec un bâton de pop sicle, d'autres avec une petite cuillère, d'autres avec un couteau de plastique, etc. jusqu'à ce qu'ils aient terminé leur portion.
- Quand tous les enfants ont terminé de manger la compote, on explique le parallèle entre la lenteur de la personne ayant une déficience intellectuelle et la vitesse de manger selon l'accessoire qu'on a.

# RESSOURCES UTILES

(en référence avec la déficience intellectuelle)

## ORGANISMES PROVINCIAUX

Fédération québécoise des Centres de réadaptation en déficience intellectuelle : [www.fqcrdi.qc.ca](http://www.fqcrdi.qc.ca)

Centre de santé et des services sociaux (CLSC) :  
[www.msss.gouv.qc.ca/reseau/rls/](http://www.msss.gouv.qc.ca/reseau/rls/)

Parrainage civique : [www.parrainmarraine.com](http://www.parrainmarraine.com)

Association québécoise pour l'intégration sociale :  
[www.aqis-iqdi.qc.ca](http://www.aqis-iqdi.qc.ca)

Office des personnes handicapées du Québec : [www.ophq.gouv.qc.ca](http://www.ophq.gouv.qc.ca)

Société pour les enfants handicapés du Québec :  
[www.enfantshandicapes.com](http://www.enfantshandicapes.com)

L'accompagnateur - site d'aide pour parents d'enfants handicapés :  
[www.laccompagnateur.org](http://www.laccompagnateur.org)

ADAPTSO – site de l'adaptation scolaire francophone :  
[www.adaptationscolaire.org](http://www.adaptationscolaire.org)

L'Inclusif – la veille des personnes ayant des incapacités :  
[www.inclusif.ca](http://www.inclusif.ca)

Revue francophone de la déficience intellectuelle : [www.rfdi.org](http://www.rfdi.org)

## LITTÉRATURE

JACQUES, L., Major, P., G. Tremblay. *À moi de jouer!* Lithographie SB inc., 82 p., ISBN – 2-9806106-3-1

JUHEL, J.C, *La déficience intellectuelle : connaître, comprendre, intervenir*, Les Presses de l'Université Laval, 1997, 395 p., ISBN-2-7637-7524-1

MARTIN, J.F., *La déficience intellectuelle : concepts de base*, Montréal, Les Éditions St-Martin, 2002, 187 p., ISBN-2-89035-352-4

ST-LAURENT, L., *L'éducation intégrée à la communauté : en déficience intellectuelle*, Montréal, Les Éditions logiques, 1994, 281 p.

TASSÉ, M., MORIN, D., *La déficience intellectuelle*, Boucherville, Les Éditions Gaétan Morin, 2003, 430 p., ISBN -2-89105-840-2

TÉTRAULT, S., Beupré, S., J-C. Kalubi & B. Michallet. *Famille et situation de handicap*, Éditions du CRP, 2002, 202 p., ISBN-2-89474-036-0

## DOCUMENTS AUDIO-VISUELS

*APPRENDRE ENSEMBLE À L'ÉCOLE DU QUARTIER : DES STRATÉGIES DE SOUTIEN À L'INCLUSION*. Blainville. Fondation Le Verdier, 1997. 32 min. VHS

*ARJUNA*. Montréal. Office national du film, 1999. 52 min. VHS

*AUX YEUX DES AUTRES*. Montréal. Université du Québec à Montréal, 1994. 51 min. 30 sec. VHS

*COMME JE SUIS*. Montréal, Services de réadaptation l'Intégrale, 2004. 34 min. 30 sec. VHS

*ENTRE L'OMBRE ET LA LUMIÈRE*. Montréal. Société Radio-Canada, 1993. 30 min. VHS

*L'AUTRE SŒUR*. Burbank. Buena Vista Pictures Distribution, 1999. 130 min. VHS

*LES FIANCÉS DE LA TOUR EIFFEL*, Montréal. Office national du film, 1993. 71 min. 25 sec. VHS

*TRISTESSE MODÈLE RÉDUIT*, Montréal. CINÉ 360, (ONF) 1987. 80 min. VHS

*UN RÔLE, UN LIEN. ÊTRE GRAND-PARENT D'UN PETIT-ENFANT AYANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE*, Université du Québec, 2002, 32 m 23s.