

Synthèse des résultats

recueillis auprès des membres

Continuer le Mouvement!



Une recherche en partenariat réalisée par la
Fédération des Mouvements Personne d'Abord
du Québec et l'Université Laval

Rapport en facile à lire et à comprendre (FALC)

FÉDÉRATION DES
MOUVEMENTS PERSONNE
D'ABORD DU QUÉBEC



UNIVERSITÉ
LAVAL

Faculté des sciences sociales
École de travail social
et de criminologie



Chaire
Autodétermination
et Handicap

Auteur.e.s

Lucie Leclerc-Côté, étudiante au baccalauréat en travail social, Université Laval

Bertille Marthouret, étudiante à la maîtrise en travail social, Université Laval

Sébastien Moisan, personne-ressource à la Fédération des Mouvements
Personne d'Abord du Québec

Élise Milot, professeure titulaire à l'École de travail social et de criminologie de
l'Université Laval et co-titulaire de la Chaire Autodétermination et Handicap

Remerciements

- Nous tenons à remercier tous les membres des Mouvements Personne d'Abord qui ont participé à l'étude pour leur précieuse contribution.
- Merci également au Conseil de recherche en sciences humaines du Canada et au Centre interdisciplinaire de recherche en réadaptation et intégration sociale pour le soutien financier nécessaire à la réalisation de ce projet de recherche.

Pour en savoir plus sur la recherche

<https://autodetermination.ca/projet/continuer-le-mouvement/>

Pour citer ce document

Leclerc-Côté, L., Marthouret, B., Milot, É. et Moisan, S. (2025). Synthèse des résultats recueillis auprès des membres (version en Facile à Lire et à Comprendre-FALC). Université Laval et Chaire Autodétermination et Handicap.

Table des matières

Introduction	4
Les thèmes abordés par les membres	7
1 Apport personnel à leur mouvement	8
2 Apport du Mouvement à la société	12
3 Apport de la société et des partenaires	16
4 Retombées personnelles de l'engagement	20
5 Choses à transmettre et avenir	26
Conclusion	30

Introduction

Ce rapport porte sur une partie des résultats de la recherche « Continuer le Mouvement » recueillis avec des membres de 4 Mouvements Personne d'Abord du Québec.

Les responsables de la recherche sont :

- La Fédération des Mouvements Personne d'Abord du Québec
- Une équipe de l'Université Laval.

Au sujet des Mouvements Personne d'Abord

Les Mouvements Personne d'Abord du Québec sont des organismes à but non lucratif. Ils sont là pour défendre les droits des personnes ayant une déficience intellectuelle. Ils utilisent le «Par et Pour ».

Le premier groupe « People First » a été créé en 1974, en Oregon, aux États-Unis. D'autres organismes se sont inspirés de ce Mouvement. Maintenant, il y a des organismes semblables dans plus de 40 pays.

Au Québec, les premiers Mouvements Personne d'Abord ont été créés en 1983. Maintenant, il y a 9 mouvements au Québec.



Les ateliers de discussion



Des membres des **4 mouvements** ont fait un atelier de discussion entre octobre 2024 et mars 2025.

Les 4 mouvements étaient ceux de Saint-Eustache, Saint-Jérôme, Québec et Joliette.

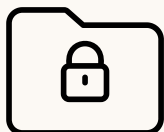
Il y avait 5 à 10 membres par atelier de discussion d'une durée d'une journée complète.

Les objectifs



Voici les objectifs des ateliers de discussion:

- Décrire **les expériences** des membres des mouvements
- Dire ce que les membres ont appris dans leur mouvement
- Nommer les **choses importantes à transmettre** aux prochaines générations



Les membres ont participé de façon **confidentielle**.

Ça veut dire qu'on ne veut pas qu'ils soient reconnus.

Pour respecter ça, on ne dira pas qui a dit quoi.

Au sujet du PAAS Action



Souvent, les membres d'un mouvement sont des bénévoles. C'est le cas dans deux mouvements ayant participé à la recherche.



Mais à Saint-Eustache et à Saint-Jérôme, certains membres reçoivent de l'argent du gouvernement pour leur participation à leur mouvement.

Ces membres participent au programme **PAAS Action***.

PAAS Action, c'est une aide financière du gouvernement du Québec.

PAAS Action vise à soutenir la participation de certaines personnes à la vie de la société et à les aider à se préparer au travail.



Pour avoir PAAS Action, les membres doivent travailler 20 h par semaine dans leur mouvement.

*PAAS Action, c'est : Programme d'aide et d'accompagnement social

Thèmes abordés

Les membres ont parlé de 5 grands thèmes.
Voici ces thèmes:



- 1 Ce que les membres apportent au Mouvement
- 2 Ce que le Mouvement apporte à la société
- 3 Ce que la société et les partenaires apportent au Mouvement
- 4 Les effets personnels de leur implication
- 5 Les souhaits pour le futur du Mouvement et des éléments à transmettre aux prochaines générations





Ce que les membres apportent au Mouvement

Les membres ont parlé de ce qu'ils apportent au Mouvement.

Ils ont parlé de **deux choses importantes** :

Le partage

- Les membres partagent leurs forces, leurs qualités et leurs idées.
- Cela aide le groupe à grandir et à apprendre.



Le temps donné

- Les membres donnent du temps pour aider le Mouvement à avancer.
- Les membres s'impliquent pour que leur mouvement fonctionne bien.





Le partage

Les membres participent à la vie de leur mouvement de différentes façons.

Ils ont nommé plusieurs choses qu'ils apportent au Mouvement.

1. Forces et qualités

Des membres ont dit qu'ils aiment utiliser leurs qualités pour aider leur mouvement.



Un membre a dit que son mouvement est fort parce que les membres partagent leurs forces et leurs qualités différentes. Cela aide le groupe à bien fonctionner et à apprendre les uns des autres.

Voici ce que deux membres ont dit :



« Je suis très bonne en écriture. Fait que, comme pour bâtir le journal, notre journal, mettons, je peux aider les autres dans les écritures. »

« C'est la couleur de tout le monde. C'est la couleur de l'arc-en-ciel. C'est des idées, différentes idées, des soutiens. (...) Moi, je suis bon là-dedans. Il y a un autre qui est bon dans d'autres choses, c'est l'écoute, c'est le partage de bagage et c'est ça le Mouvement. »

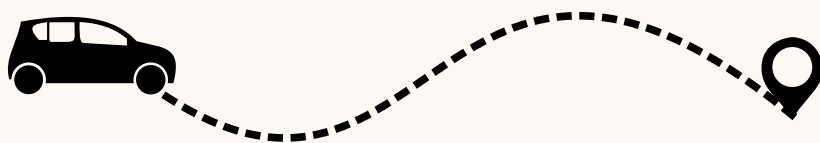


2. Idées de projets

Certains membres ont proposé des **idées de projets** qui ont été mis en place dans leur mouvement.

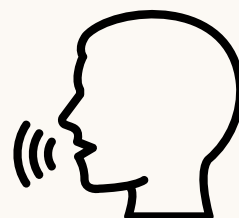
Un membre a dit que le Mouvement fonctionne comme une roue qui tourne et qui ferait rouler quelque chose comme une voiture.

Chaque membre aide le Mouvement à avancer avec ses idées et le temps qu'il donne.



Voici ce que ce membre a dit:

« Le Mouvement, c'est comme une roue, ça tourne. Chaque membre apporte ses propres projets au Mouvement. C'est ça qui fait que le Mouvement va toujours rouler. Nous autres, on fait partie des meubles, de l'ancienneté à aujourd'hui et d'aujourd'hui à demain. Autrement dit, ce qu'on apporte au Mouvement, demain, ce sera quelqu'un d'autre qui prendra notre place et qui aura sa place dans la société. »





Le temps donné par les membres pour faire avancer le Mouvement

Les membres donnent beaucoup de temps au Mouvement.

Plusieurs membres ont donné des exemples de ce qu'ils font pour leur mouvement. Voici les exemples:

- Offrir du **soutien** aux autres membres
- Participer à l'**organisation et au déroulement d'activités**, comme une soirée dansante
- Faire des **tâches variées au local** du mouvement comme répondre au téléphone, arroser les plantes ou compter l'argent de la cantine



Un membre a dit qu'il donnait son temps au Mouvement depuis 25 ans.



Il trouve ça important d'être là pour les autres membres, de s'engager et d'être fidèle au Mouvement.

Voici ce qu'il a dit :

« De donner mon temps depuis 25 ans, puis encore être là présentement. Mon leadership, c'est ça pour moi. C'est ma vie au mouvement. [...] Tout mon temps, je l'aurais donné pour vous autres de mon vivant. Je suis resté. »



2

Ce que le Mouvement apporte à la société

Les membres ont parlé de ce que le Mouvement apporte à la société. Les membres ont parlé de trois sujets:



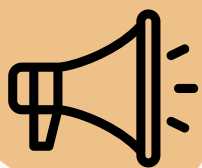
La sensibilisation



La défense des droits



La collaboration avec d'autres organismes



La sensibilisation

Plusieurs membres ont dit que la sensibilisation est très importante. Les membres ont dit qu'il y a encore des **préjugés** sur les personnes ayant une déficience intellectuelle.

Voici ce qu'un membre a dit :

« En fin de compte, j'ai compris qu'il y avait beaucoup de personnes, que ce soit des écoliers ou dans la société, qui ne connaissent pas la déficience intellectuelle. »

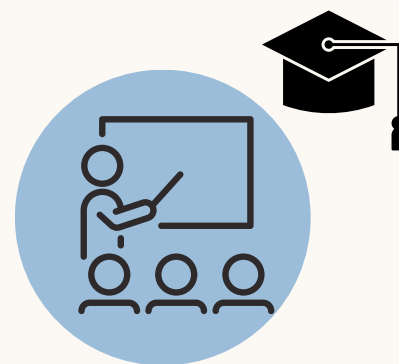


Plusieurs membres font des activités de sensibilisation.

Par exemple, des membres font des conférences pour des étudiants et étudiantes en relation d'aide.

Cette sensibilisation aide la population à mieux comprendre ce qu'est la déficience intellectuelle.

Ça aide la population à être plus ouverte et plus respectueuse.



Deux membres ont dit qu'il faut aussi faire de la sensibilisation auprès des personnes ayant une déficience intellectuelle.



Ça peut les aider à :

- ☐ S'accepter comme elles sont
- ☐ Se sentir capables et confiantes

Plusieurs membres ont dit que beaucoup de gens ne connaissent pas le Mouvement.

C'est important d'en parler pour que les gens comprennent mieux.

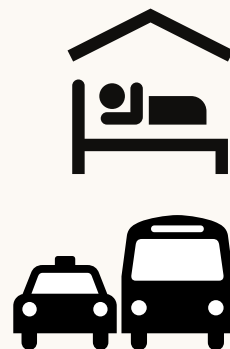
Cela pourrait aussi aider à trouver de nouveaux membres et des personnes-ressources de la relève.



Défense des droits

Pour parler de la défense des droits, les membres ont parlé de deux dossiers en particulier de leur mouvement :

- L'accès à des logements abordables
- L'amélioration des services de transport



Au sujet de la défense des droits...



Des membres disent que les **manifestations** sont importantes et nécessaires.

À Saint-Eustache et Saint-Jérôme, des membres ont parlé de l'importance de signer et de faire connaître les **pétitions**.



Pour ces membres, les pétitions sont importantes et nécessaires pour défendre des droits.



Collaboration avec d'autres organismes

Des membres disent que c'est important de faire connaître le Mouvement auprès d'autres organismes.

Ça permet de s'entraider et de devenir plus forts, ensemble.



Voici ce qu'un membre a dit :

« Tous les organismes ensemble, ça avance plus, plus vite que tout seul. »

Les mouvements collaborent avec d'autres organismes de leur région.



Cette collaboration aide à trouver les bonnes ressources pour répondre aux différents besoins des membres.

Les organismes peuvent aussi partager leurs outils aux mouvements. Les mouvements partagent aussi leurs outils aux organismes.

Cela rend le travail plus facile pour tout le monde. Ça aide aussi à faire avancer les projets plus vite.

3

Ce que la société et les partenaires apportent au Mouvement

Les mouvements reçoivent de l'aide de partenaires et de la société. Les membres ont parlé de différents types d'aide, comme:

- Du soutien financier, du soutien matériel et du temps
- Des connaissances et des outils
- Des savoirs professionnels
- De l'aide à la décision et à l'action collective



Du soutien financier, du soutien matériel et du temps

Des membres reconnaissent que le soutien financier de partenaires est nécessaire pour que leur mouvement reste en vie.



Voici ce qu'un membre a dit :

« Sans les commanditaires, on serait dans... dans la schnoutte!
On n'aurait pas assez de budget pour tenir la route. »

Des membres de Saint-Eustache ont donné un exemple de soutien reçu par la ville.

La ville leur offre des locaux gratuitement.

D'autres membres ont parlé de l'importance des dons matériels de membres de la société et du soutien bénévole.



Des connaissances et des outils

Plusieurs membres ont dit que des partenaires et d'autres personnes apportaient aussi leurs idées et partageaient de nouveaux outils au Mouvement.

Cela aide le Mouvement à avancer.



Par exemple, des membres ont dit avoir découvert des outils en participant à des tables de concertation.

Ces membres ont ensuite partagé ces outils avec les autres membres de leur mouvement.



Des citoyennes et citoyens viennent aussi partager leurs idées aux membres. Cela aide à apprendre les uns des autres, ensemble.

Voici ce qu'un membre a dit :

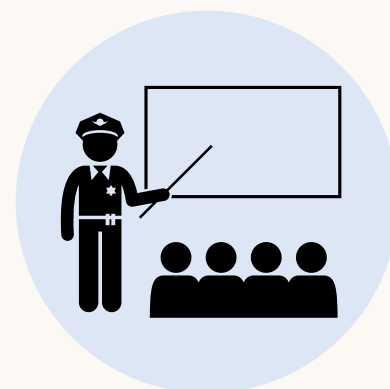


« Nous autres, on leur donne les informations, mais nous autres, il faut aller en chercher d'autres aussi qu'eux autres ils peuvent nous donner. Parce que les citoyens sont là. Ils ne sont pas là juste pour ça, ils sont là pour nous soutenir, [ils] nous donnent des opinions, ils nous donnent des idées. »

Des savoirs professionnels

D'autres partenaires partagent leurs savoirs professionnels. Ils donnent des ateliers de formation aux membres. Souvent, il s'agit de :

- Policiers et pompiers
- Personnes des services de transport adapté



Plusieurs membres trouvent ces ateliers très enrichissants.

De l'aide à la décision et à l'action collective

À Joliette, des membres ont dit que la société et les partenaires aident leur mouvement à faire plus d'actions collectives.



Plusieurs membres ont dit que leur mouvement reçoit de l'aide de partenaires quand c'est nécessaire.

Ces partenaires aident à mieux faire connaître les messages du Mouvement.

Par exemple, ils aident à avoir plus de signatures pour des pétitions.





Effets personnels de l'implication



Les membres ont aussi parlé des effets personnels de leur implication dans le Mouvement.

Les membres ont parlé de 6 effets personnels de leur implication:

- S'exprimer librement et se sentir à sa place
- Changer et gagner de la confiance en soi
- Être reconnu par les autres et créer des liens
- Apprendre de nouvelles choses et être fier de soi
- Rester impliqué longtemps pour continuer à aider le Mouvement
- Avoir le soutien des personnes-ressources



S'exprimer librement et se sentir à sa place

Des membres disent qu'ils se sentent bien dans leur mouvement parce qu'ils peuvent parler librement.

Plusieurs membres ont aussi dit que leur mouvement, c'est comme une deuxième famille.



Des membres disent que les gens de leur mouvement sont bienveillants. Ils se sentent écoutés, compris et acceptés tels qu'ils sont.

Deux membres ont aussi dit que leur mouvement était un endroit chaleureux où ils se sentaient en sécurité.

Faire partie du Mouvement aide plusieurs membres à avoir plus confiance en eux. Ils se sentent fiers et à leur place.

Cela leur donne envie de faire plus de choses qu'avant. Ils veulent prendre leur place dans la société.

Voici ce qu'un membre a dit :



« Qu'est-ce qui me rend à l'aise, c'est que le Mouvement, c'est une liberté d'expression. Les membres se respectent, chaque membre a son opinion, puis on évolue beaucoup. Le Mouvement grandit avec les membres. »

Changer et gagner de la confiance en soi

Des membres à Québec ont dit que leurs proches ont trouvé qu'ils avaient changé depuis qu'ils font partie du Mouvement.

Voici les changements que les proches ont remarqué chez ces membres:

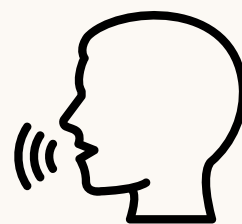
- Ils s'acceptent davantage et se sentent à leur place
- Ils comprennent mieux les problèmes de société
- Ils parlent davantage en leur nom
- Ils s'affirment plus et s'expriment davantage
- Ils ont plus d'amis et un réseau social plus grand
- Ils contribuent plus à la vie de la société



Un membre a aussi dit que c'est grâce aux encouragements des autres membres qu'il a pris confiance. Il a osé parler davantage et a surmonté sa timidité.

Voici ce qu'un membre a dit :

« Le fait que je sois chez moi et à ma place, fait que... Ça fait en sorte que je suis confiant. Je me sens chez moi et je me sens à l'aise de faire des affaires et en sorte que je me sens à l'aise de manipuler des choses. »

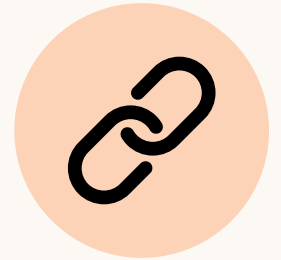


Être reconnu par les autres et créer des liens

Des membres ont dit qu'ils trouvent ça important d'être reconnus et acceptés comme ils sont.

C'est parce qu'ils sont écoutés, respectés et valorisés, qu'ils se sentent bien dans leur mouvement.

Ils se sentent à leur place. Ça leur donne un sentiment d'appartenance. Ils sentent qu'ils font vraiment partie du Mouvement.



Apprendre des nouvelles choses et être fier de soi

Des membres ont dit qu'ils ont appris beaucoup de choses qu'ils ne pensaient pas pouvoir apprendre dans leur mouvement. Par exemple:

- Faire des entrevues
- Faire du montage
- Prendre la parole publiquement
- Donner des conférences



Ces choses apprises les rendent très fiers. Plusieurs sont aussi fiers de participer à des activités comme des manifestations et des assemblées générales.

Voici ce qu'un membre de Joliette a dit :

« Je suis fière d'aller à notre AGA parce que c'est nous, c'est nous qui décidons. C'est nous qui décidons où est-ce qu'on veut aller. C'est nous qui... C'est le CA, c'est les membres, c'est nous, c'est notre AGA. »



Rester impliqué longtemps pour continuer d'aider

Il y a plusieurs raisons qui donnent envie de rester longtemps dans le Mouvement.

- Les membres veulent continuer à participer.
- Ils posent des actions concrètes.
- Ils trouvent que ce qu'ils font est important et utile.



Cela leur donne envie de rester engagés.

Un membre a dit que c'est important que les membres choisissent les activités qu'ils veulent faire.

Cela permet à chacun de participer selon ses envies et ses capacités.

Les membres se sentent ainsi plus libres et respectés.

À Joliette, trois membres ont dit qu'ils voulaient continuer de s'impliquer parce que ça leur fait du bien d'être solidaires.

À Saint-Eustache et Saint-Jérôme, des membres ont dit qu'ils veulent continuer à aider parce que ça les motive de soutenir les autres.



Avoir le soutien des personnes-ressources

Le soutien apporté par les personnes-ressources est très important. Plusieurs membres ont dit que dès qu'ils ont besoin de quelque chose, ils consultent les personnes-ressources. Ils disent qu'elles sont des personnes de confiance qui sont bienveillantes.

Des membres de Saint-Eustache et Saint-Jérôme ont dit que ce soutien leur donne envie de rester impliqués.



5

Choses à transmettre et avenir

Plusieurs membres ont dit qu'il est important de laisser une trace de ce qu'ils ont fait dans leur mouvement.

Ils disent que c'est important de montrer les actions qui ont été faites dans le passé.

Un membre de Québec a dit que l'histoire de son mouvement devrait être transmise aux prochaines générations.

Il dit que cette histoire pourrait être utile.

Des membres ont dit qu'ils voudraient que l'histoire du Mouvement soit montrée à toute la population.



Ils voudraient faire connaître leur histoire.
Ils voudraient qu'elle soit dans les journaux ou à la télévision.



Voici ce qu'un membre a dit:



« Parce que, vu qu'on ne sera pas là, on ne pourra pas leur dire quoi faire. Tandis qu'avec la capsule temporelle, on peut leur dire. Ils pourraient dire : ah, ils ont fait ça, ils ont fait ça, ils ont fait ça, ils ont fait ça. »

À Québec, des membres veulent que les jeunes membres continuent les projets commencés.

Ils souhaitent que les jeunes aient envie de s'impliquer.

Deux membres disent que c'est important de continuer les luttes et les sujets d'aujourd'hui.

Voici ce qu'un membre a dit :

« Si les gens du futur ne continuent pas notre travail, ils vont tout perdre. Il ne faut pas que ça arrive. »



Préparer la relève

À Québec, plusieurs membres ont eu des idées pour préparer la relève. Un membre a dit qu'il faudrait parler plus dans les écoles. Ça aide les jeunes à comprendre et à vouloir s'impliquer.

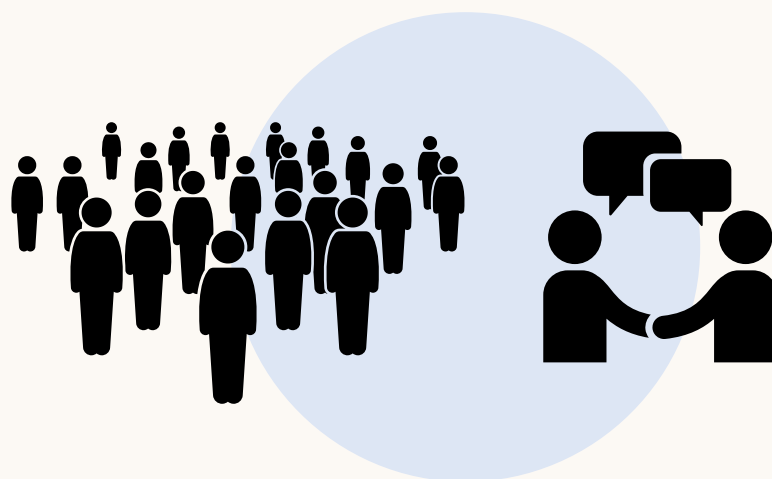
Ce membre a dit :

« C'est de parler de ma vie, comment est-ce que j'ai développé, comment j'ai connu le Mouvement, pourquoi je suis allé là, pourquoi le Mouvement ça m'a intéressé, pourquoi j'ai brisé mes chaînes. »



D'autres membres ont dit que c'est important de faire des rencontres entre les anciens et les nouveaux membres.

Ils veulent partager leurs connaissances et aider les nouveaux membres à se sentir bien dans leur mouvement.



Conclusion

Les témoignages présentés dans ce rapport montrent que les membres des mouvements sont très impliqués.

Dans les mouvements, les membres :

- Prennent leur place
- Changent les choses
- Donnent de leur temps et partagent leurs idées



Aussi, les membres créent des endroits où il y a :

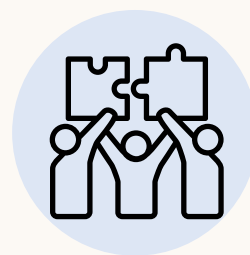
- De l'entraide
- De la solidarité
- De la mobilisation



La mobilisation, c'est le fait de se rassembler et d'agir pour défendre ses droits.

Leur implication aide à :

- Faire reconnaître leurs droits et leur dignité
- Construire une société plus inclusive



Le travail des membres des mouvements est souvent invisible.
Il est important de montrer que ce travail a beaucoup de valeur.

Les actions des membres aident la société à avancer. Par exemple, leurs actions politiques peuvent améliorer les lois et les services.



Il faut agir maintenant !

Quand on soutient les Mouvements Personne d'Abord, on dit :

- **Chaque personne compte**
Tout le monde a une place dans la société
- **Chaque personne doit pouvoir décider pour elle-même**
Chaque personne peut faire ses propres choix
- **Chaque personne doit pouvoir parler pour elle-même**
Chaque personne a le droit de s'exprimer
- **Chaque personne peut aider la société à avancer**
Ensemble, on peut construire un monde meilleur !

Et vous? Que faites-vous pour soutenir ces droits?
Que faites-vous pour **Continuer le Mouvement?**

