

Synthèse des résultats

recueillis auprès des personnes-ressources

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)



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.
- Un merci tout spécial à **Sylvie Gagné** et **François Bouchard** qui nous ont aidé à rendre ce document en facile à lire et à comprendre.
- 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 personnes-ressources (version en Facile à Lire et à Comprendre-FALC). Université Laval et Chaire Autodétermination et Handicap.

Introduction

Ce résumé porte sur les résultats de la recherche « Continuer le Mouvement » recueillis avec les personnes-ressources des mouvements du Québec.

Les responsables de la recherche sont :

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

Ces résultats portent sur :

- Les expériences de travail des personnes-ressources
- Les apprentissages et les compétences acquises dans leur travail
- Leurs souhaits pour le futur des mouvements
- Leurs messages à transmettre aux générations futures



C'est la Fédération des Mouvements Personne d'Abord du Québec qui a recruté des personnes-ressources qui avaient envie de participer à la recherche.



Une entrevue de recherche d'environ 75 minutes a été faite avec les personnes-ressources participantes. Après, elles ont participé à un groupe de discussion en ligne.

Les Mouvements Personne d'Abord du Québec

Les Mouvements Personne d'Abord du Québec sont des organismes à but non lucratif pour les personnes ayant une déficience intellectuelle. Leur but est d'aider les personnes à défendre leurs droits. Les personnes avec une déficience intellectuelle dirigent elles-mêmes ces groupes.

C'est « Par et Pour » elles.

Le premier groupe s'appelait « **People First** ».

Il a été créé en **1974**, en Oregon, aux États-Unis.

Ce groupe a donné l'idée à d'autres pays de créer des groupes pareils.



Maintenant, il y en a dans plus de **40 pays**.



Au Québec, les premiers Mouvements Personne d'Abord ont été créés en **1983** à Québec et Chicoutimi.

En **1991**, les mouvements se sont réunis pour former une **Fédération**.

FÉDÉRATION DES
MOUVEMENTS PERSONNE
D'ABORD DU QUÉBEC

En 2025, il y avait 9 mouvements au Québec.

Travail des personnes-ressources au Québec

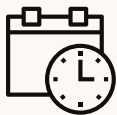
Les personnes-ressources font plusieurs tâches pour aider les membres. Par exemple :

- Donner de l'information aux membres de façon claire
- S'assurer que les besoins des membres sont respectés
- Soutenir les membres à bien comprendre les lois
- Aider les membres à partager leurs opinions pour que leurs droits soient respectés
- Prendre des décisions et faire des tâches si c'est nécessaire

Les personnes-ressources aident aussi les membres à faire différentes tâches importantes dans un mouvement. Par exemple :



Gérer l'argent du mouvement



Aider dans l'organisation d'activités



Rédiger des documents



Note. Ce rapport parle de la recherche sur les personnes-ressources. Nous avons aussi écrit un rapport sur la recherche auprès de membres de 4 mouvements du Québec. Ce rapport est facile à lire et à comprendre. Vous pouvez le voir en ligne ici: <https://autodetermination.ca/projet/continuer-le-mouvement/>

Personnes-ressources ayant participé à la recherche

- 7 personnes-ressources ont participé à la recherche.
- Leur âge était entre 30 et 69 ans.
- Elles avaient de 6 à 40 années d'expérience.

Points de vue des personnes-ressources

Les points de vue des personnes-ressources portent sur **4 thèmes**

- ❶ Comprendre son rôle de personne-ressource pour bien faire son travail
- ❷ Le quotidien au travail
- ❸ Des leçons à transmettre aux personnes-ressources
- ❹ Leurs souhaits pour le futur des mouvements

Nous avons changé le prénom des personnes-ressources qui ont participé à la recherche pour protéger la confidentialité.

.....

❶ Comprendre son rôle pour bien faire son travail

Les personnes-ressources ont parlé de leurs débuts au travail.

Elles ont parlé de **ce qui les avait aidées**



et des **obstacles rencontrés.**





Ce qui motive les personnes-ressources au travail

Les personnes-ressources ont parlé de ce qui les aide à rester motivées et engagées dans leur travail. Voici des exemples :

- Défendre les droits des membres
- Faire de l'éducation populaire
- Sensibiliser la société pour que tout le monde ait sa place
- Collaborer avec d'autres individus et partenaires
- Mettre en place l'approche «Par et Pour »



Avoir des expériences de vie qui donnent confiance

Des personnes-ressources ont dit que **leurs expériences passées** les ont beaucoup aidées à bien comprendre leur rôle et à se sentir plus à l'aise dans leur travail. Voici des exemples :

- Avoir déjà travaillé avec d'autres personnes ayant une déficience intellectuelle
- Avoir fait des études en relation d'aide
- Avoir déjà fait du bénévolat avec des personnes avec des besoins particuliers
- Connaître une personne ayant une déficience intellectuelle



Avoir un mentor qui inspire et qui aide

Un mentor, c'est une personne avec plus d'expérience.

Cette personne aide une autre personne à apprendre son travail.

Il y a des personnes-ressources qui ont eu un mentor quand elles ont commencé à travailler dans leur mouvement.

Elles ont beaucoup aimé le soutien d'un mentor.

Ce mentor donnait des conseils et partageait ses connaissances.



Voici ce qu'une personne-ressource a dit :

« Je l'ai rencontrée parce qu'elle m'a accueillie, elle m'a expliqué les choses, elle m'a beaucoup supportée, soutenue et appuyée. Tout de suite j'ai senti que j'avais un phare sur qui m'appuyer. » (Diane)





Avoir plus d'aide et d'outils pour mieux commencer

Les personnes-ressources ont trouvé certaines tâches plus difficiles à apprendre. C'était plus difficile quand elles n'avaient jamais fait ces tâches dans le passé. Voici des exemples de tâches qu'elles ont trouvé plus difficiles :



Travailler en équipe avec des partenaires



Gérer le budget de l'organisme



Faire de l'intervention individuelle

Plusieurs personnes-ressources ont dit qu'elles auraient aimé mieux comprendre leur rôle et se sentir plus prêtes au début de leur travail. Voici ce qu'elles auraient aimé avoir :

- Des formations et des guides pratiques pour savoir quoi faire dans différentes situations
- Des documents dans le langage « facile à lire et à comprendre » pour mieux accompagner les membres



Des débuts difficiles, mais des idées pour améliorer les choses

En pensant à leurs débuts dans leur travail, 2 personnes-ressources ont dit qu'elles ont dû apprendre tout sur leur travail de façon seule et rapide. Elles se sont alors senties moins efficaces dans leur travail.

Ainsi, il est important de mieux soutenir les nouvelles personnes-ressources, pour qu'elles se sentent accueillies, formées et prêtes à réussir. Selon les personnes-ressources, il faudrait leur offrir:



- Des outils simples et accessibles
- Un accompagnement d'un mentor dès le départ
- Des ressources adaptées à leurs besoins



2

Quotidien au travail

Les personnes-ressources ont parlé de leur travail dans la vie de tous les jours.



Elles ont parlé de ce qui les aide et



des obstacles rencontrés.



Des forces qui grandissent avec le temps

Les personnes-ressources ont développé des qualités personnelles et des compétences. Ça les aide pour bien faire leur travail.

Par exemple, elles ont parlé de la persévérance.

La persévérance, c'est de continuer même quand c'est difficile.

Grâce à cette qualité, elles ont pu :

- Apprendre de nouvelles choses
- Gagner de l'expérience
- Ne pas abandonner dans les moments plus compliqués



Voici ce qu'une personne-ressource a dit :

« L'expérience fait que des fois, des problèmes qui paraissent très très complexes peuvent se résoudre plus facilement qu'on pense. » (Stéphane)





S'entraider et s'écouter

Plusieurs personnes-ressources ont parlé de l'entraide.

L'entraide c'est quand des personnes s'aident entre elles pour avancer ensemble. Ça rend le travail plus plaisant et ça fait du bien.

À ce sujet, les personnes-ressources ont dit que l'entraide entre collègues et partenaires est très important. Ça aide à :

- Réussir des projets
- Apprendre des nouvelles choses
- Surmonter les difficultés et trouver des réponses à leurs questions



Elles ont aussi parlé de l'importance de l'écoute.

Elles ont dit qu'elles apprennent beaucoup en écoutant les membres.

Pour les personnes-ressources, la relation avec les membres est au centre de leur travail.

Voici ce qu'une personne-ressource a dit :

« Oui j'ai été à l'université [...] mais quand je regarde [...] les membres avec qui je travaille, [...] ils ont un savoir-faire, un savoir-être qui ne s'apprend pas dans les livres. »
(Diane)





Solidarité entre personnes-ressources

Les personnes-ressources ont dit que la solidarité entre personnes-ressources est une vraie force dans les mouvements.

Une personne a dit que c'est enrichissant de pouvoir aider les autres personnes-ressources, mais aussi de recevoir de l'aide.

La solidarité, c'est quand des personnes s'unissent et s'entraident pour avancer ensemble.

Les personnes-ressources ont dit que la solidarité leur permet de se sentir bien et soutenues.

Voici ce qu'une personne-ressource a dit:

« Je ne me suis jamais sentie seule dans mon travail »
(Diane)



La solidarité entre les mouvements permet de faire entendre la voix des membres par les élus sur le plan provincial.

Cette solidarité est très précieuse. Elle aide à faire avancer les causes importantes et à donner une voix aux membres.



Tout le monde est égal

Les personnes-ressources ont aussi dit qu'il n'y a pas de hiérarchie dans les mouvements. Cela veut dire qu'il n'y a pas de personne plus importante qu'une autre. Elles trouvent que c'est très important et que ça rend le travail plus agréable.

Voici ce qu'une personne-ressource a dit:

« Le plus beau de notre aventure, c'est qu'on a des relations égalitaires » (Diane)



Les personnes-ressource ont aussi parlé du « **Par et Pour** ». Selon cette approche, les personnes concernées sont au coeur des décisions.

Cette approche centrale dans les mouvements vise à soutenir les membres à :

- Prendre des décisions et faire des choix
- Développer des nouvelles aptitudes
- Avoir une meilleure estime de soi



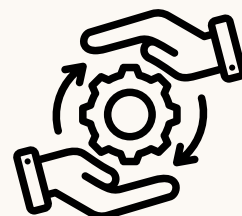
Bien faire le « Par et Pour »

Les personnes-ressources ont expliqué ce qu'il faut faire pour bien appliquer l'approche « Par et Pour ». Il faut:

- Résumer les informations importantes en langage clair
- Bien préparer les membres en avance pour prendre des décisions importantes
- S'adapter rapidement aux différentes situations
- Prendre le temps qu'il faut pour bien faire les choses
- S'assurer que chaque personne est entendue et respectée



Tout ça peut être complexe quand les choses changent rapidement.



Préjugés au sujet du « Par et Pour »

Les personnes-ressources disent que beaucoup de gens ont des préjugés car ils ne savent pas ce que c'est le « **Par et Pour** ».

Certains pensent que :

- Les mouvements offrent seulement des activités de loisirs
- Le travail de personne-ressource est incompris
- L'impact des mouvements n'est pas connu



Préjugés au sujet des membres

Les personnes-ressources disent qu'il y a aussi des préjugés sur les capacités des membres.

Des gens ne savent pas que les membres sont capables :

- De prendre des décisions importantes
- De participer activement à la vie de la société



Ainsi, les personnes-ressources disent qu'il faut sensibiliser les gens. Il faut leur permettre de connaître :

- Ce que c'est l'approche « Par et Pour »
- L'importance des dossiers menés par les Mouvements Personne d'Abord à travers le Québec

En sensibilisant ainsi la société, ça permettrait de:

- Valoriser le travail des personnes-ressources
- Reconnaître l'importance du travail fait dans les mouvements
- Montrer que les membres ont un rôle important dans la société



Des relations parfois difficiles, mais pouvant s'améliorer

Les personnes-ressources ont dit que parfois, il y a des défis dans les relations entre les membres, les personnes-ressources et les partenaires.

Cela arrive parce que les gens ont des opinions et des façons de travailler différentes. Ça peut créer des désaccords ou des conflits.



Mais en cherchant des solutions ensemble, il est possible de mieux se comprendre et de travailler en équipe.



Trouver l'argent nécessaire au fonctionnement du mouvement



Les personnes-ressources ont dit qu'il y a beaucoup de travail à faire pour trouver l'argent nécessaire au bon fonctionnement de leur mouvement.

Les personnes-ressources disent que l'argent sert à :

- Payer le loyer et les salaires
- Offrir de bonnes conditions de travail et attirer de nouvelles personnes-ressources



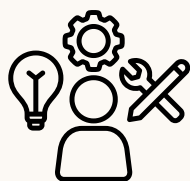
Recrutement de nouvelles personnes-ressources

Il y a aussi des défis liés au recrutement de nouvelles personnes-ressources. Parfois, il est difficile de trouver des personnes pour faire ce travail. Elles ont aussi l'impression qu'il faudrait plus de personnes-ressources dans leur mouvement pour faire tout le travail.

Mais malgré ces défis, les personnes-ressources restent motivées et partagent leurs leçons apprises à travers leur expérience.

3 Leçons à transmettre

Les personnes-ressources ont nommé des leçons qu'elles souhaitent transmettre aux futures personnes-ressources.



Elles ont parlé des compétences à développer



Elles ont aussi parlé d'outils et de pratiques pour bien faire le travail.



Des compétences pour soutenir un mouvement

Les personnes-ressources disent que pour exercer leur rôle dans un mouvement, il est important de :

- Savoir faire un budget et bien gérer l'argent
- Connaître les lois s'appliquant aux organismes communautaires

Ces compétences sont très utiles. Elles soutiennent un mouvement à bien fonctionner et à respecter les règles.

Ces compétences donnent aussi de la force aux membres. Elles les aident à prendre des décisions, à faire entendre leur voix et à construire un monde plus juste, ensemble.

Certaines qualités sont aussi nécessaires.

Voici des exemples :

- L'écoute et l'empathie
- La curiosité
- Le respect de la diversité et le non-jugement
- Le respect du rythme des membres



Voici ce qu'une personne-ressource a dit:



« L'accueil, être capable d'accueillir quelqu'un dans ce qu'il est et comme il est. » (Diane)



Donner les bons outils

Les personnes participantes ont dit qu'il est important de donner des outils aux nouvelles personnes-ressources quand elles commencent leur travail dans un mouvement. Ça peut les aider à rester engagées longtemps. Voici leurs suggestions d'outils :



- Un organigramme pour savoir qui fait quoi dans le mouvement
- Des informations sur le conseil d'administration
- Des outils administratifs pour gagner du temps et éviter de recommencer le travail déjà fait par d'autres
- Des documents pour comprendre comment fonctionne le mouvement



Il faut aussi leur parler de **sujets importants**, comme :

L'éthique au travail :

pour avoir des pratiques justes et respectueuses

La transparence :

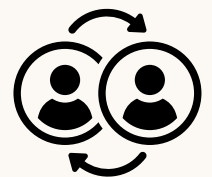
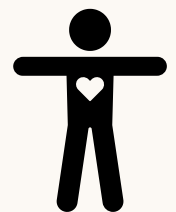
il faut être honnête et clair

La gestion des relations entre les membres :

pour bien travailler ensemble

Des stratégies pour éviter l'épuisement professionnel:

pour prendre soin de soi



4 Futur des mouvements

Les personnes-ressources ont partagé leurs souhaits pour le futur des mouvements.



Souhaits

Que les mouvements se sentent en sécurité financière



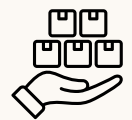
Que le travail des mouvements soit davantage reconnu des bailleurs de fonds qui donnent l'argent nécessaire à leur bon fonctionnement



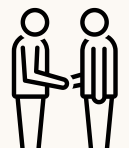
Que les mouvements s'ouvrent à plus de personnes de la communauté



Que les mouvements puissent faire plus de projets pour permettre à plus de membres de participer



Que les nouvelles personnes-ressources se sentent bien accueillies et incluses dans la grande équipe des mouvements





Souhaits

Que la collaboration entre les mouvements soit renforcée



Que les personnes qui s'engagent aujourd'hui puissent connaître l'histoire des membres d'avant, pour s'en inspirer dans les luttes à venir



Connaître notre histoire pour avancer ensemble

Des personnes-ressources ont dit qu'il est très important de connaître l'histoire du Mouvement pour :

- Comprendre d'où l'on vient
- Honorer les personnes du Mouvement avant nous
- S'inspirer de leurs luttes pour continuer à avancer



Une personne-ressource a donné plusieurs exemples de gains de personnes militantes dont les mouvements doivent se souvenir. Par exemple : le bulletin de vote avec photo.

Voici ce qu'une personne-ressource a dit:

« Il faut savoir d'où on part et où on va (...), je pense qu'aujourd'hui en 2025, il faut prendre un recul pour voir toute l'histoire que les militants ont vécu ». (Madeleine)

