

Comprendre le capacitisme

Qu'est-ce que c'est et pourquoi c'est important



1

Bienvenue à la présentation « Comprendre le capacitisme ». Aujourd'hui, nous allons parler du capacitisme : ce que c'est et pourquoi c'est important, nous allons montrer des exemples de situations où il peut se manifester, et expliquer comment nous pouvons tous le repérer et agir pour le prévenir.

*Au début de la présentation, prenez le temps de reconnaître le territoire sur lequel vous travaillez et vivez, ainsi que les communautés culturelles historiques qui y ont contribué et continuent de le faire.

La diapositive montre une image d'un groupe de personnes présentant des handicaps visibles et invisibles dans un parc. Ces personnes sont de races, d'âges et de sexes différents, et certaines utilisent des aides à la mobilité. Une personne utilise un chien d'assistance.

Programme : Comprendre le capacitisme



- Présentations
- Contributions de première voix et vocabulaire utilisé
- Les handicaps et le contexte en Nouvelle-Écosse
- Le capacitisme et ses répercussions
- Des exemples concrets de capacitisme et des solutions pour le prévenir
- D'autres occasions d'apprentissage; ressources à consulter

2

Voici un aperçu de la présentation

- Nous prendrons le temps de faire de brèves présentations.
- Nous expliquerons la contribution des personnes en situation de handicap et le langage utilisé dans la présentation.
- Nous apprendrons ce que sont les handicaps et le contexte en Nouvelle-Écosse.
- Nous examinerons ce qu'est le capacitisme et ses répercussions.
- Nous examinerons des exemples concrets de capacitisme qui peuvent se produire sur nos lieux de travail, dans nos écoles, dans les espaces publics et dans nos collectivités.
- Ces exemples ont pour but de montrer comment certains comportements et certaines décisions ou politiques peuvent créer des expériences de capacitisme. Nous apprendrons également des solutions pour créer des environnements plus équitables, accueillants et respectueux afin d'éviter que le capacitisme ne se produise à l'avenir.
- Nous terminerons par des suggestions de documentation et d'approfondissement de notre apprentissage.

Présentations

- Nom et rôle
- Partagez tout ce que vous êtes à l'aise de partager. Par exemple, vos pronoms, votre expérience du handicap, une présentation visuelle de vous-même.



3

*Si vous avez le temps, demandez à tous les membres du groupe de se présenter. Sinon, seuls les animateurs pourraient le faire.

Présentations

- Présentez-vous en indiquant votre nom et votre fonction. Par exemple : « Je m'appelle Pam et je suis responsable des communications. »
- N'hésitez pas à partager toute autre information que vous souhaitez divulguer, y compris une présentation visuelle de vous-même et toute identité sociale que vous souhaitez partager, telle que vos pronoms, votre expérience du handicap. Cela permet d'inclure les personnes aveugles, malvoyantes ou qui ne disposent pas de vidéo. Cela donne aux gens une idée de qui parle et contribue à créer un espace plus accueillant et accessible.
- Par exemple, mes pronoms sont « il/lui », j'ai un handicap invisible, j'ai la peau pâle, les cheveux bruns et je porte des lunettes.

La diapositive montre l'image d'une personne à la peau foncée tenant un sac et un ordinateur portable.

Contributions de première voix et vocabulaire utilisé

- Des personnes en situation de handicap ont contribué à la préparation de la présentation.
- Le vocabulaire utilisé provient de la loi sur l'accessibilité de la Nouvelle-Écosse.
- Le vocabulaire change et évolue constamment.
- Le langage est axé sur la personne et l'identité.

4

- Avant d'aborder le contenu, il est important de noter que la présentation a été cocréée et révisée par des personnes ayant divers handicaps et provenant de toute la Nouvelle-Écosse.
- Le langage utilisé est basé sur les termes de la loi sur l'accessibilité de la Nouvelle-Écosse (*Nova Scotia Accessibility Act*).
- Cependant, il est important de reconnaître que le langage est en constante évolution.
- Il est plus courant d'utiliser un langage qui met l'accent sur la personne, comme dans « personne en situation de handicap ». Certaines personnes et communautés préfèrent toutefois un langage qui met l'accent sur l'identité, comme dans « une personne handicapée ». D'autres préfèrent ne pas utiliser du tout le mot « handicap » et peuvent simplement s'identifier comme neurodivergentes, sourdes ou autres.

Définition selon la loi sur l'accessibilité de la N.-É.

Handicap : une déficience physique, mentale, intellectuelle, d'apprentissage ou sensorielle, y compris un handicap épisodique qui, **en interaction avec un obstacle**, empêche une personne de participer pleinement et efficacement à la société.



5

- Pour commencer, nous passerons en revue quelques définitions et termes clés. La loi sur l'accessibilité de la Nouvelle-Écosse définit le handicap comme « une déficience physique, mentale, intellectuelle, d'apprentissage ou sensorielle, y compris un handicap épisodique qui, en interaction avec un obstacle, empêche une personne de participer pleinement et efficacement à la société».
- Cette définition est conforme au modèle social du handicap, qui explique que les obstacles à l'accessibilité font partie de l'environnement et ne sont pas le résultat du handicap d'une personne.

La diapositive présente une illustration montrant un groupe de personnes d'âges et de handicaps divers, dont l'une tient un drapeau de la Nouvelle-Écosse.

Les handicaps peuvent être...

- physiques (douleur, souplesse ou mobilité)
- sensoriels (ouïe, vue)
- cognitifs (apprentissage, développement, neurodivergence)
- neurologiques (sclérose en plaques ou lésion cérébrale)
- liés à la santé mentale (anxiété ou dépression)
- des problèmes de santé chroniques (diabète ou maladie de Crohn)

*Certains handicaps peuvent être permanents, épisodiques ou les deux.

6

Il n'existe pas d'expérience unique du handicap, qui peut varier d'une personne à l'autre. Voici quelques exemples des types de handicaps dont une personne peut souffrir.

Les handicaps peuvent être :

- physiques, tels que la douleur et une souplesse ou une mobilité réduite;
- sensoriels, tels qu'une audition ou une vue réduite;
- cognitifs, tels que des différences dans l'apprentissage, le développement ou la neurodivergence;
- neurologiques, tels que la sclérose en plaques ou une lésion cérébrale;
- liés à la santé mentale, tels que l'anxiété ou la dépression;
- ou des maladies chroniques, telles que le diabète ou la maladie de Crohn.

Les personnes peuvent présenter un ou plusieurs handicaps, qui peuvent être permanents, épisodiques, ou les deux. Cela signifie que leurs expériences et les obstacles auxquels elles sont confrontées peuvent changer d'un jour à l'autre.

Les handicaps en Nouvelle-Écosse

Nous avons le taux le plus élevé au Canada, avec **37,9 %**, soit **2 personnes sur 5** qui déclarent vivre avec au moins un handicap.

- Certains handicaps sont visibles, d'autres non.
- Le handicap peut toucher n'importe qui, à tout âge.
- L'origine ethnique, la culture, le sexe, l'âge, le revenu et d'autres aspects de l'identité d'une personne influencent la façon dont elle vit avec un handicap.
- Le handicap peut avoir des répercussions sur la vie quotidienne d'une personne, y compris sur sa santé physique et émotionnelle.

7

Pour bien comprendre le contexte, il faut savoir que le capacisme touche une grande partie de notre population. D'après l'Enquête canadienne sur l'incapacité de 2022, nous avons le taux d'incapacité le plus élevé au Canada, puisque 2 personnes sur 5 en Nouvelle-Écosse déclarent vivre avec une incapacité.

- Certains handicaps sont visibles, d'autres non.
- Le handicap peut toucher n'importe qui, à tout âge.
- L'origine ethnique, la culture, le sexe, l'âge, le revenu et d'autres aspects de l'identité d'une personne influencent la façon dont elle vit avec un handicap.
- Le handicap peut avoir des répercussions sur la vie quotidienne d'une personne, y compris sur sa santé physique et émotionnelle.

Les handicaps sont beaucoup plus courants qu'on ne le pense.

Le capacitisme peut être...

- Un traitement injuste en raison d'un handicap.
- De la discrimination intentionnelle ou non intentionnelle envers les personnes en situation de handicap.
- Des gestes ou des obstacles qui nuisent à la vie quotidienne des personnes en situation de handicap.
- Des stéréotypes, des idées fausses et des généralisations préjudiciables sur le handicap.



8

Maintenant, essayons de comprendre le capacitisme. Le capacitisme peut être une ou plusieurs des choses suivantes :

- Un traitement injuste en raison d'un handicap.
- De la discrimination intentionnelle ou non intentionnelle envers les personnes en situation de handicap.
- Des gestes ou des obstacles qui nuisent à la vie quotidienne des personnes en situation de handicap.
- Des stéréotypes, des idées fausses et des généralisations préjudiciables sur le handicap.

Le capacitisme peut être comparable au racisme, au sexisme, à l'islamophobie et à l'hétérosexisme, car ses effets touchent tout un groupe de personnes. Cependant, tout comme les autres groupes identitaires sont diversifiés, les expériences du capacitisme et de ses effets sur les personnes en situation de handicap peuvent également varier.

La diapositive montre l'image d'une personne portant un foulard et une prothèse de jambe, appuyée sur une béquille.

Conséquence du capacitisme : il exclut les personnes en situation de handicap des activités et des occasions

- mène à une inégalité de traitement.
- favorise les personnes sans handicap.
- amène les gens à considérer le handicap comme quelque chose à « réparer ».
- fait faire des suppositions erronées sur ce que les gens peuvent ou ne peuvent pas faire.
- empêche les personnes en situation de handicap d'apporter leur contribution et de faire valoir leurs expériences uniques.



9

Le tort se trouve dans les répercussions du capacitisme qui exclut les personnes en situation de handicap des activités et des occasions.

Le capacitisme :

- mène à une inégalité de traitement.
- favorise les personnes sans handicap.
- amène les gens à considérer le handicap comme quelque chose à « réparer ».
- fait faire des suppositions erronées sur ce que les gens peuvent ou ne peuvent pas faire.
- empêche les personnes en situation de handicap d'apporter leur contribution et de faire valoir leurs expériences uniques.

La diapositive montre l'image d'une jeune personne qui tient un sac à dos.

Le capacitisme

- Peut limiter les possibilités
- Est tout autour de nous
- Est dans les mots que nous utilisons
- Découle d'un manque de sensibilisation
- Est profondément enraciné
- Passe souvent inaperçu
- Présente le handicap comme un problème
- Réduit au silence les personnes en situation de handicap

10

La prochaine partie de la présentation proposera huit moyens de mieux comprendre le capacitisme à travers des exemples et des solutions pour prévenir ce phénomène.

Le capacitisme :

- Peut limiter les possibilités
- Est tout autour de nous
- Est dans les mots que nous utilisons
- Découle d'un manque de sensibilisation
- Est profondément enraciné
- Passe souvent inaperçu
- Présente le handicap comme un problème,
- Réduit au silence les personnes en situation de handicap

Exemples de capacitisme



11

Examinons quelques exemples concrets illustrant comment le capacitisme se manifeste dans différents environnements, tout en approfondissant chaque message. Nous explorerons chacun d'entre eux individuellement à l'aide d'exemples concrets illustrant comment il peut se manifester dans différents environnements et comment le prévenir.

La photo sur la diapositive montre trois personnes assises à une table dans un bureau en train de discuter. L'une d'elles est devant un ordinateur portable, une autre porte un foulard et la troisième est dans un fauteuil roulant électrique.

Le capacitisme peut limiter les possibilités

Il peut empêcher les personnes en situation de handicap d'accéder à des services, de faire des activités et d'avoir des choix.

- Par exemple, un programme de financement peut n'accepter que les demandes sur papier.
- Cela peut compliquer la tâche des personnes ayant une déficience visuelle ou motrice.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

12

Le capacitisme peut limiter les possibilités qui s'offrent aux personnes en situation de handicap.

Il peut empêcher l'accès à des services, à des activités et à des choix.

- Par exemple, un programme de financement peut n'accepter que les demandes sur papier.
- Cela peut compliquer la tâche des personnes ayant une déficience visuelle ou motrice, car le formulaire pourrait ne pas être dans un format qu'elles peuvent lire, et elles doivent soit envoyer leur demande par la poste, soit la soumettre en personne.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

Arrêtez-vous pour permettre une discussion.

Au lieu de cela, les responsables du programme pourraient

- Proposer différentes façons de postuler afin que les personnes puissent utiliser des outils technologiques adaptés.
- Aider les personnes qui en ont besoin à remplir leur demande.



13

Au lieu de cela, les responsables du programme pourraient

- Proposer différentes façons de postuler afin que les personnes puissent utiliser des outils technologiques adaptés à leurs besoins. Les options pourraient inclure des formulaires numériques accessibles aux lecteurs d'écran, la possibilité de postuler par téléphone ou par d'autres moyens. Proposer des informations sous plusieurs formats peut être utile à tout le monde.
- Il est également important d'apporter de l'aide à ceux qui en ont besoin, par exemple, en fournissant les coordonnées du personnel à ceux qui pourraient avoir besoin d'aide ou qui auraient des questions au moment de remplir leur demande.

L'image sur la diapositive montre une personne utilisant son téléphone pour communiquer avec quelqu'un assis derrière un bureau.

Le capacisme est tout autour de nous

Les organisations et les activités peuvent être capacistes sans qu'on s'en rende compte.

- Par exemple, une exposition d'art ne propose que des visites autoguidées audios.
- Cela signifie que les personnes Sourdes et malentendantes passent à côté de détails importants et n'ont pas accès aux mêmes renseignements que les autres visiteurs.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

14

Le capacisme est tout autour de nous

Les organisations et les activités peuvent être capacistes sans qu'on s'en rende compte.

- Par exemple, une exposition d'art ne propose que des visites autoguidées audios.
- Cela signifie que les personnes sourdes et malentendantes passent à côté de détails importants et n'ont pas accès aux mêmes renseignements que les autres visiteurs.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

Arrêtez-vous pour permettre une discussion.

Au lieu de cela, les organisateurs de l'exposition pourraient

- Diffuser l'information sous différents formats afin que tout le monde puisse accéder au contenu.
- Il peut s'agir de panneaux, d'informations numériques ou de vidéos en langue des signes américaine.



15

Au lieu de cela, les organisateurs de l'exposition pourraient

- Diffuser l'information sous différents formats afin que tout le monde puisse accéder au contenu.
- Il peut s'agir de panneaux, d'informations numériques (au moyen d'un site web ou d'une appli) ou de vidéos en langue des signes américaine.

Il est important de fournir des informations sous plusieurs formats, tels que des documents imprimés ou numériques accessibles. En tenant compte des différentes façons dont les gens accèdent à l'information et en planifiant en conséquence, tout le monde aura les mêmes chances.

L'image sur la diapositive montre un groupe de personnes dans un musée d'art. Une personne utilise un déambulateur à côté d'une autre qui tient un dépliant. À l'arrière-plan, trois personnes regardent un tableau accroché au mur.

Le capacitisme est dans les mots que nous utilisons

Certains mots ou certaines expressions peuvent faire en sorte que les personnes en situation de handicap se sentent mal accueillies ou méprisées.

- Par exemple, le personnel scolaire discute d'un changement de politique et l'appelle « fou »..
- Cela peut offenser les personnes en situation de handicap, car le mot « fou » est souvent utilisé pour désigner un désavantage lié à la santé mentale.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

16

Le capacitisme est dans les mots que nous utilisons

Certains mots ou certaines expressions peuvent faire en sorte que les personnes en situation de handicap se sentent mal accueillies ou méprisées.

- Par exemple, le personnel scolaire discute d'un changement de politique et l'appelle « fou ».
- Cela peut offenser les personnes en situation de handicap, car le mot « fou » est souvent utilisé pour désigner un désavantage lié à la santé mentale.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?
Arrêtez-vous pour permettre une discussion.

Au lieu de cela, le personnel de l'école pourrait



- Sensibiliser le personnel aux raisons pour lesquelles le langage peut être blessant et à l'importance de faire attention aux mots qu'il choisit.
- Poser des affiches sur le langage inclusif dans l'établissement.
- Inviter un intervenant issu de la communauté des personnes en situation de handicap à venir parler de son expérience.



17

Au lieu de cela, le personnel de l'école pourrait

- Sensibiliser le personnel aux raisons pour lesquelles le langage peut être blessant et à l'importance de faire attention aux mots qu'il choisit.
- Poser des affiches sur le langage inclusif dans l'établissement.
- Inviter un intervenant issu de la communauté des personnes en situation de handicap à venir parler de son expérience.

Les mots que nous utilisons ont leur importance. Utiliser un langage respectueux et inclusif témoigne d'une certaine attention et évite de blesser les autres. Cela rappelle également à chacun la signification de ses mots et l'effet qu'ils peuvent avoir sur ceux qui nous entourent.

L'image sur la diapositive montre un jeune enfant jouant avec des livres à une table. Un enseignant est assis à côté de lui et lui parle.

Le capacisme découle d'un manque de sensibilisation

Beaucoup de gens ne comprennent pas ce que signifie vivre avec un handicap. Par conséquent, les besoins des personnes en situation de handicap peuvent être oubliés.

- Par exemple, des employés de la municipalité invitent un conférencier à faire une présentation publique. Il n'y a pas de rampe d'accès à la scène et le conférencier, qui se déplace en fauteuil roulant, doit faire sa présentation depuis le sol.
- Cela crée des difficultés tant pour le conférencier que pour le public.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

18

Le capacisme découle d'un manque de sensibilisation

Beaucoup de gens ne comprennent pas ce que signifie vivre avec un handicap. Par conséquent, les besoins des personnes en situation de handicap peuvent être oubliés.

- Par exemple, des employés de la municipalité invitent un conférencier à faire une présentation publique. Il n'y a pas de rampe d'accès à la scène et le conférencier, qui se déplace en fauteuil roulant, doit faire sa présentation depuis le sol.
- Cela crée des difficultés tant pour le conférencier que pour le public.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

Arrêtez-vous pour permettre une discussion.

Au lieu de cela, les employés de la municipalité pourraient

- Se renseigner à l'avance sur les besoins en matière d'accessibilité tant du conférencier que du public, et planifier en conséquence.
- Diffuser les informations fournies par les conférenciers de différentes manières, par exemple sous forme de sous-titres codés, en langue des signes américaine ou d'images accompagnées d'une description audio.



19

Au lieu de cela, les employés de la municipalité pourraient

- Se renseigner à l'avance sur les besoins en matière d'accessibilité tant du conférencier que du public, et planifier en conséquence.
- Diffuser les informations fournies par les conférenciers de différentes manières, par exemple sous forme de sous-titres codés, en langue des signes américaine ou d'images accompagnées d'une description audio.

L'accessibilité doit faire partie intégrante de chaque plan d'activité afin que tout le monde soit traité équitablement et se sente bienvenu. Cela peut nécessiter de trouver et de proposer différentes solutions pour que chacun puisse participer et comprendre. Les organisateurs d'activités ne se rendent pas toujours compte que leurs actions peuvent être discriminatoires, car ils ne tiennent pas compte de l'expérience des personnes en situation de handicap.

La diapositive montre une photo d'un groupe de personnes assises dans un théâtre. Plusieurs personnes dans le public utilisent des appareils d'aide à la mobilité, plusieurs portent également des masques. À l'avant, une personne assure l'interprétation en langue

des signes.

Le capacitisme est profondément enraciné



Le fait de ne pas tenir compte des personnes en situation de handicap fait partie de notre histoire. Ce fait se retrouve partout dans la société, il influence notre façon de penser et d'agir.

- Par exemple, un club de loisirs organise des réunions publiques afin de recueillir des commentaires sur un nouveau sentier communautaire. Ces réunions sont prévues les après-midis en semaine dans des lieux qui ne sont pas accessibles.
- Cette organisation complique la participation et la contribution de certaines personnes.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

20

Le capacitisme est profondément enraciné

Le fait de ne pas tenir compte des personnes en situation de handicap fait partie de notre histoire. On le retrouve partout dans la société, il influence notre façon de penser et d'agir.

- Par exemple, un club de loisirs organise des réunions publiques afin de recueillir des commentaires sur un nouveau sentier communautaire. Ces réunions sont prévues les après-midis en semaine dans des lieux qui ne sont pas accessibles.
- Cette organisation complique la participation et la contribution de certaines personnes.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

Arrêtez-vous pour permettre une discussion

Au lieu de cela, les employés du club de loisirs pourraient

- Proposer davantage de moyens de donner son avis, notamment des réunions en ligne, des groupes de discussion ou des enquêtes.
- Organiser des réunions en personne dans des lieux accessibles à différents moments de la journée et de la semaine. Cela devrait inclure des informations sur les options de transport accessible.



21

Au lieu de cela, les employés du club de loisirs pourraient

- Proposer davantage de moyens de donner son avis, notamment des réunions en ligne, des groupes de discussion ou des enquêtes.
- Organiser des réunions en personne dans des lieux accessibles à différents moments de la journée et de la semaine. Cela devrait inclure des informations sur les options de transport accessible.

Pour obtenir des commentaires issus de divers points de vue, nous devons prendre conscience que les processus que nous utilisons auront une incidence sur les personnes qui peuvent participer. Lorsque nous proposons différentes façons de contribuer, il est plus facile pour tout le monde de donner son avis, ce qui permet d'inclure davantage de personnes ayant des expériences de vie différentes.

À côté, on voit une photo de deux personnes assises à une table de conférence avec des stylos et des cahiers.

Le capacitisme passe souvent inaperçu

Cela peut compliquer la vie des personnes en situation de handicap dans leur quotidien à l'école, au travail et dans les lieux publics.

- Par exemple, un centre de soins de santé dispose de bornes d'enregistrement pour les rendez-vous; elles comportent de nombreuses étapes à suivre sur un écran tactile.
- Ces bornes peuvent être difficiles à utiliser pour les personnes malvoyantes, souffrant d'un handicap cognitif ou qui ne peuvent pas utiliser leurs mains.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

22

Le capacitisme passe souvent inaperçu

Cela peut compliquer la vie des personnes en situation de handicap dans leur quotidien à l'école, au travail et dans les lieux publics.

- Par exemple, un centre de soins de santé dispose de bornes d'enregistrement pour les rendez-vous; elles comportent de nombreuses étapes à suivre sur un écran tactile.
- Ces bornes peuvent être difficiles à utiliser pour les personnes malvoyantes, souffrant d'un handicap cognitif ou qui ne peuvent pas utiliser leurs mains. Parfois, les outils et les appareils sont conçus pour l'utilisateur « moyen » et peuvent ignorer les besoins de ceux qui ne sont pas en mesure de les utiliser de la même manière.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

Arrêtez-vous pour permettre une discussion.

Au lieu de cela, le personnel du centre de soins de santé pourrait

- Veiller à ce que les bornes fournissent des informations sous différents formats, y compris d'autres moyens de s'enregistrer pour les rendez-vous.
- Cela pourrait inclure des gros caractères, des signaux audio et l'aide du personnel au besoin.
- Faire tester les bornes par des utilisateurs avant de les mettre à la disposition du public.



23

Au lieu de cela, le personnel du centre de soins de santé pourrait :

- Veiller à ce que les bornes fournissent des informations sous différents formats, y compris d'autres moyens de s'enregistrer pour les rendez-vous.
- Cela pourrait inclure des gros caractères, des signaux audio et l'aide du personnel au besoin.
- Faire tester les bornes par des utilisateurs avant de les mettre à la disposition du public.

Nous devons reconnaître que tout le monde n'est pas capable d'utiliser les outils et les services de la même manière. Il est important de réfléchir à la manière de faciliter l'utilisation des services et des appareils publics lors de leur conception et de leur planification.

L'image sur la diapositive montre deux personnes communiquant en langue des signes près d'un guichet. À l'arrière-plan, une personne se tient derrière le guichet pour

les aider.

Le capacitisme présente le handicap comme un problème

Les actualités, les réseaux sociaux, les films et les blagues peuvent présenter les handicaps sous un jour négatif.

- Par exemple, un festival de cinéma fait la promotion d'un film dans lequel le personnage principal, atteint d'une maladie mentale, est présenté comme le méchant.
- Cette histoire peut être préjudiciable et renforcer des stéréotypes négatifs ou faux sur la santé mentale qui ne reflètent pas les expériences vécues.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

24

Le capacitisme présente le handicap comme un problème
Les actualités, les réseaux sociaux, les films et les blagues peuvent présenter les handicaps sous un jour négatif.

- Par exemple, un festival de cinéma fait la promotion d'un film dans lequel le personnage principal, atteint d'une maladie mentale, est présenté comme le méchant.
- Cette histoire peut être préjudiciale et renforcer des stéréotypes négatifs ou faux sur la santé mentale qui ne reflètent pas les expériences vécues.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

Arrêtez-vous pour permettre une discussion.

Au lieu de cela, les organisateurs du festival de cinéma pourraient



- Encourager et promouvoir les histoires réelles de personnes en situation de handicap à travers leurs choix cinématographiques.
- Faire participer les personnes en situation de handicap à la prise de décision. Cela peut se faire par le biais de projections de films, de mentorat et de programmes de création.



25

Au lieu de cela, les organisateurs du festival de cinéma pourraient

- Encourager et promouvoir les histoires réelles de personnes en situation de handicap à travers leurs choix cinématographiques.
- Faire participer les personnes en situation de handicap à la prise de décision. Cela peut se faire par le biais de projections de films, de mentorat et de programmes de création.

Le capacitisme façonne ce que nous considérons comme « normal » ou « valorisé » et traite les handicaps comme quelque chose à corriger, plutôt que comme une partie intégrante de la diversité humaine. Lorsque des personnes en situation de handicap sont incluses, cela modifie les récits et les idées qui sont partagés. Les handicaps seront représentés au-delà des stéréotypes, et les expériences des personnes en situation de handicap seront acceptées comme une partie naturelle de la diversité humaine.

L'image sur la diapositive montre un groupe de personnes dans un petit théâtre avec des sièges rouges. Une personne utilise un fauteuil roulant électrique. Une personne âgée utilise des écouteurs. Une jeune personne.

Le capacitisme réduit au silence les personnes en situation de handicap

Cela se produit lorsque les gens supposent qu'une personne en situation de handicap ne peut pas communiquer ou a toujours besoin d'aide.

- Lors d'une réunion du personnel, une personne souffrant d'un trouble de la parole commence à répondre à une question. Son collègue l'interrompt et tente de finir sa phrase, pensant ainsi lui rendre service.
- En conséquence, le membre du personnel en situation de handicap n'a pas la possibilité de s'exprimer et se retrouve exclu de la discussion.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

26

Le capacitisme réduit au silence les personnes en situation de handicap

Cela se produit lorsque les gens supposent qu'une personne en situation de handicap ne peut pas communiquer ou a toujours besoin d'aide.

- Lors d'une réunion du personnel, une personne souffrant d'un trouble de la parole commence à répondre à une question. Son collègue l'interrompt et tente de finir sa phrase, pensant ainsi lui rendre service.
- En conséquence, le membre du personnel en situation de handicap n'a pas la possibilité de s'exprimer et se retrouve exclu de la discussion.

Pouvez-vous imaginer une meilleure approche ou solution?

Arrêtez-vous pour permettre une discussion.

Au lieu de cela, la direction du bureau pourrait

- Veiller à ce que chacun dispose du temps et de l'espace nécessaires pour s'exprimer lors des réunions du personnel.
- Rappeler à tous les membres du personnel qu'ils ne doivent pas présumer que les autres ont besoin d'aide, à moins que ces personnes ne la demandent.



27

Au lieu de cela, la direction du bureau pourrait

- Veiller à ce que chacun dispose du temps et de l'espace nécessaires pour s'exprimer lors des réunions du personnel.
- Rappeler à tous les membres du personnel qu'ils ne doivent pas présumer que les autres ont besoin d'aide, à moins que ces personnes ne la demandent.

Donnez toujours aux personnes en situation de handicap la possibilité de s'exprimer et de participer à part entière aux conversations, cela témoigne de votre respect et favorise leur indépendance. Les comportements capacitatistes peuvent nous empêcher d'apprécier à leur juste valeur les personnes en situation de handicap et d'apprendre d'elles.

La diapositive montre une personne communiquant en langue des signes.

Réfléchissons : Pouvez-vous penser à d'autres exemples de capacitisme?



28

Y a-t-il eu des moments dans votre vie où vous avez été victime ou témoin de capacitisme, que ce soit au travail, dans votre collectivité ou dans les lieux publics? Si vous le souhaitez, pourquoi ne pas parler de ces anecdotes ou exemples.

La photo sur la diapositive montre une personne debout qui explique à une autre personne assise comment utiliser un appareil fonctionnel.

Nous pouvons prévenir le capacitisme

Le capacitisme découle d'un manque de compréhension et d'action.

Tout le monde peut :

- s'informer sur les handicaps et demander aux personnes concernées ce dont elles ont besoin.
- réagir avec respect face à des manifestations de capacitisme.
- être ouvert aux commentaires et aux changements.
- rendre nos collectivités et nos espaces plus accessibles à tous.



29

Tous les exemples examinés aujourd'hui montrent à quel point le capacitisme peut faire partie de nos pensées, de notre langage et même être intégré dans les milieux où nous travaillons et vivons. Nous avons également examiné certaines façons de prévenir le capacitisme.

Comme nous l'avons vu, le capacitisme découle d'un manque de compréhension et d'action.

Tout le monde peut :

- s'informer sur les handicaps et demander aux personnes concernées ce dont elles ont besoin;
- réagir avec respect face à des manifestations de capacitisme;
- être ouvert aux commentaires et aux changements;
- rendre nos collectivités et nos espaces plus accessibles à tous.

La diapositive montre l'image d'une personne portant une jupe à rubans, souriante et saluant de la main.

Agir contre le capacitisme



Nommez une chose que vous ferez ou que vous allez changer?



30

Le capacitisme passe souvent inaperçu, mais nous pouvons tous contribuer à changer cela.

Nous aimerais maintenant apprendre de vous. Comment allez-vous mettre en pratique ce que vous avez appris aujourd'hui dans votre milieu de travail ou votre collectivité? Prenez une minute pour réfléchir à cette question, puis dites-nous une chose que vous ferez différemment ou que vous changerez après la séance.

Merci d'avoir participé à cette conversation. Continuons à observer, à apprendre et à agir.

La diapositive montre une image d'un groupe de personnes présentant des handicaps visibles et invisibles dans un parc. Ces personnes sont de races, d'âges et de sexes différents, et certaines utilisent des aides à la mobilité. Une personne utilise un chien d'assistance.

Pour en savoir plus : accessible.novascotia.ca (site en anglais seulement)



Vidéos, documents et données, notamment :

- Introduction au handicap
- Introduction aux obstacles à l'accessibilité et solutions
- Interagir avec les personnes en situation de handicap
- Enquête canadienne sur l'incapacité, données de la Nouvelle-Écosse
- Affiches, images pour les médias sociaux, etc.
- Guide de ressources en langage clair
- Plans d'accessibilité des organismes du secteur public en Nouvelle-Écosse



31

Poursuivez votre apprentissage en consultant notre centre de ressources en ligne à l'adresse accessible.novascotia.ca. On y trouve des vidéos, des documents et des données, notamment :

- Introduction au handicap
- Introduction aux obstacles à l'accessibilité et solutions
- Interagir avec les personnes en situation de handicap
- Enquête canadienne sur l'incapacité, données de la Nouvelle-Écosse
- Affiches, images pour les médias sociaux, etc.
- Guide de ressources en langage clair
- Plans d'accessibilité des organismes du secteur public en Nouvelle-Écosse

Quelques documents sont disponibles en français

La diapositive montre une image de trois enfants souriants jouant à des jeux vidéo, dont un utilisant une manette adaptée. Il y a un texte qui dit « L'accès inclut tout le monde » et le logo du gouvernement