

Ressources de loisirs et de vie saine

Pour les familles d'enfants et de jeunes ayant des besoins spéciaux et les familles dont les barrières nuisent à leur participation



Les parents préparent le terrain à la santé et au bien-être de leurs enfants. Voici quelques points importants que les familles devraient envisager en choisissant un nouveau programme de loisirs.



Prenez un moment pour réfléchir à votre **enfant**. Envisagez...

- Des activités que votre enfant aime, ses points forts, ses expériences passées et les possibilités de loisirs, comme, les bibliothèques, les groupes religieux, les parcs, les clubs de sport, etc.
- L'importance de participer à un programme avec une connaissance ou un ami.
- Les caractéristiques uniques de votre enfant. Que peut-on prévoir pour lui assurer une expérience positive?
- Comment vous pouvez l'aider avec des suggestions, un entraînement, un coup de main, etc.? Vous connaissez votre enfant mieux que quiconque.



Prenez un moment pour réfléchir à la dotation en **personnel**. Envisagez...

- Le ratio personnel/enfants, en tenant compte des besoins de votre enfant et du cadre. Quand votre enfant a-t-il besoin de soutien supplémentaire – pendant les activités, les périodes de transition, les pauses-toilettes, les repas du midi, etc.? Comment ce soutien sera-t-il fourni – personnel du camp, travailleur de soutien, membre de la famille ou ami?
- Le besoin d'une formation individualisée pour le personnel afin de comprendre le handicap de votre enfant.
- La franchise et la volonté d'avoir une communication continue. Y a-t-il des occasions de partage entre le domicile et le programme?
- Qui peut vous aider? Y a-t-il un coordonnateur ou un employé que vous pouvez contacter?



Prenez un moment pour réfléchir aux **programmes/activités**. Envisagez...

- La nécessité d'adaptation des activités et des équipements (par exemple, dispositifs de flottaison).
- Les activités spéciales ou les excursions prévues. Quel mode de transport est-il prévu?
- Qu'attend-t-on de votre enfant dans le programme? Pensez aux objectifs du programme (participation, compétition, coopération...).



Prenez un moment pour réfléchir aux **installations**. Envisagez...

- L'accessibilité au transport, aux toilettes, aux bâtiments et au site du programme, au stationnement, aux vestiaires, aux ascenseurs, etc.
- Les possibilités de tenir une séance portes ouvertes. Amenez votre enfant avec vous et parlez avec d'autres parents.
- Les questions de sécurité : Comment les médicaments sont-ils stockés? L'aire est-elle clôturée? Près d'une route? À l'intérieur?



Vérifiez DEUX semaines avant le début du programme si les détails importants sur les besoins spéciaux de votre enfant sont compris (c.-à-d., allergies, pauses-toilettes, dispositifs de flottaison, problèmes de comportement). De cette façon, le programme communautaire est prêt à accueillir votre enfant et à rendre sa première journée amusante!

Le Réseau de l'enfance et de la jeunesse de London a dressé cette liste pour vous aider à explorer les loisirs et les modes de vie sains pour vous et votre famille. Cette liste n'inclut pas toutes les ressources et possibilités à votre disposition, étant donné que les besoins de chaque personne sont uniques. Si vous connaissez une ressource qui devrait être prise en considération dans cet outil, envoyez un courriel à cyn@london.ca. La meilleure façon de trouver le bon programme est de le demander! Renseignez-vous auprès des amis, des voisins, des enseignants, d'autres parents à l'école, de la bibliothèque, de la patinoire ou du centre communautaire.



Ressources de loisirs et de vie saine

Pour les familles d'enfants et de jeunes ayant des besoins spéciaux et les familles dont les barrières nuisent à leur participation



AIDE FINANCIÈRE (renseignez-vous sur les critères d'admissibilité)

Boys & Girls Club of London	www.bgclondon.ca/home.html	519-434-9114
Canadian Tire – Bon départ	www.canadiantire.ca/bondepart	1-877-616-6600
Programme d'allocations pour la garde d'enfants	www.london.ca/Child_Care/childcare.htm	519-661-4834
Programmes de loisirs de la ville de London	www.london.ca/spectrum	519-661-5575
Timbres de Pâques de l'Ontario	www.easterseals.org	1-800-668-6252 poste 383
SportJeunesse Canada	www.kidsportcanada.ca	1-866-641-7767
Les Amputés de guerre – Programme LES VAINQUEURS pour enfants amputés	www.waramps.ca/champ/home.html	1-800-267-4023
YMCA	www.ymcawo.ca	519-667-3300
Contactez votre club local de services (i.e. Rotary, Optimists, Kiwanis...)		

GROUPES DE HANDICAPS PARTICULIERS

Autisme Ontario (London)	www.autismontario.com/london	519-433-3390
Association canadienne de la surdicécité	www.cdbaontario.com/index_f.php	1-877-760-7439
INCA	www.cnib.ca/fr/	519-685-8420
Community Living London	www.cll.on.ca	519-686-3000
Association canadienne des troubles d'apprentissage – région de London	www.ldalondon.ca	519-438-6213
Association du syndrome de Down de London	www.ldsa.ca	519-672-2147
Thames Valley Children's Centre	www.tvcc.on.ca	519-685-8680

SPORTS ET LOISIRS SPÉCIALISÉS (renseignez-vous sur les critères d'admissibilité)

A League of Our Own (soccer)	www.kensalparksoccer.ca	519-681-4969
Accessible Sports Council London and Area	www.asclondon.ca	
Boys & Girls Club of London	www.bgclondon.ca/home.html	519-434-9114
Challenge Baseball	www.byronbaseball.ca	519-685-0820
Programmes de loisirs de la ville de London	www.london.ca/spectrum	519-661-5575
Community Living London	www.cll.on.ca	519-686-3000
Timbres de Pâques de l'Ontario	www.easterseals.org	1-800-668-6252 poste 325
George Bray Sports Association	www.georgebraysports.ca	519-434-5284
Hutton House	www.huttonhouse.com	519-472-6381
Intro to ParaSwim	introtoparaswim@gmail.com	519-494-0628
London Blizzard Sledge Hockey	www.londonblizzard.com	519-660-1705
London Cannon Balls Boccia Club	www.londoncannonballs.ca	
Association de basketball en fauteuil roulant de London	www.lwba.ca	519-281-4337
Making Waves	www.makingwaveslondon.org	
N'Amerind Friendship Centre	www.namerind.on.ca	519-672-0131
SARI (équitation)	www.sari.ca	519-666-1123
Olympiques spéciaux	www.osolondon.com	519-455-3323
Thames Valley Children's Centre	www.tvcc.on.ca/recreation-and-leisure	519-685-8680
Track 3 Ski School	www.londontrack3.ca	519-657-2554

AUTRES RESSOURCES ET PROGRAMMES POUR UNE MODE DE VIE SAIN

Guide alimentaire canadien	www.hc-sc.gc.ca/fn-an/food-guide-aliment/index-fra.php	1-866-225-0709
Programmes de loisirs de la ville de London	www.london.ca/spectrum	519-661-5575
London-Middlesex <i>In Motion</i>	www.inmotion4life.ca	519-663-5317 poste 2220
Bibliothèque municipale de London	www.londonpubliclibrary.ca	519-661-4600
Bureau de santé de Middlesex London	www.healthunit.com	519-663-5317 poste 2220
Centres de la petite enfance de l'Ontario - Ouest	www.ontarioearlyyears.ca	519-473-2825
Centres de la petite enfance de l'Ontario - North Centre	www.ontarioearlyyears.ca	519-434-3644
Centres de la petite enfance de l'Ontario - Fanshawe	www.ontarioearlyyears.ca	519-455-2791
Autres – Consultez <i>The Health Line</i>	www.thehealthline.ca/listCategories.aspx?id=19	

RÉPIT ET INCLUSION (renseignez-vous sur les critères d'admissibilité)

All Kids Belong	www.merrymount.on.ca	519-434-8247
Boys and Girls Club of London	www.bgclondon.ca/home.html	519-434-9114
Children's Mental Health Crisis and Intake Team		519-433-0334
Ville de London	www.london.ca/spectrum	519-661-5575
Community Living London	www.cll.on.ca	519-686-3000
Partenaires de répit communautaire	www.respiteservices.com	
Kids Country Club	www.ptdc.on.ca	519-473-1598
Merrymount Children's Centre	www.merrymount.on.ca	519-434-6848
Reach for the Rainbow	www.reachfortherainbow.ca	416-503-0088
Armée du Salut - London Village	srowland@on.aibn.com	519-455-4810
Thames Valley Children's Centre	www.tvcc.on.ca	519-685-8680
Vanier Children's Services	www.vanier.com	519-433-3101
Soutiens familiaux – Infirmières de l'Ordre de Victoria	www.vonmiddlesexelgin.com	519-657-4570
YMCA	www.ymcawo.ca/DAYCAMP/campinfo.html	519-913-0061