

Développement et évaluation des effets d'un programme d'intervention favorisant la participation sociale des personnes présentant une déficience intellectuelle dans la société du numérique

Rapport de recherche déposé à l'Office des personnes handicapées du Québec Avril 2019









Développement et évaluation des effets d'un programme d'intervention favorisant la participation sociale des personnes présentant une déficience intellectuelle dans la société du numérique

RÉFÉRENCE SUGGÉRÉE

Lussier-Desrochers, D., Godin-Tremblay, V., Simonato, I., Lachapelle, Y., Normand, C. L. et Romero-Torres, A. (2019). Développement et évaluation des effets d'un programme d'intervention favorisant la participation sociale des personnes présentant une déficience intellectuelle (DI) dans la société du numérique [Rapport de recherche déposé à l'Office des personnes handicapées du Québec]. Trois-Rivières, QC: Centre de partage d'expertise en intervention technoclinique (CPEITC).

ÉDITION

Centre de partage d'expertise en intervention technoclinique (CPEITC)

Dépôt légal – Bibliothèque et Archives nationales du Québec, 2019.

ISBN 978-2-9816057-4-0 (PDF) ISBN 978-2-9816057-5-7 (imprimé)

© Centre de partage d'expertise en intervention technoclinique (CPEITC), 2019

COLLABORATEURS AU PROJET DE RECHERCHE

Yves Lachapelle, Ph. D.

Professeur au département de psychoéducation Université du Québec à Trois-Rivières

Claude L. Normand, Ph. D.

Professeure au département de psychoéducation et de psychologie Université du Québec en Outaouais

Alejandro Romero-Torres, Ph. D., PMP

Professeur au département de management et technologie École de Science et de la Gestion, Université du Québec à Montréal

Geneviève Labrecque

Directrice générale Regroupement pour la Trisomie 21

Célia Goodhue

Intervenante communautaire Regroupement pour la Trisomie 21

Sophie Duchesneau

Intervenante Regroupement pour la Trisomie 21

Marie-Ève Dupont

Doctorante en psychoéducation Université du Québec à Trois-Rivières

Laurence Pépin-Beauchesne

Doctorante en psychoéducation Université du Québec à Trois-Rivières

Maggie Leduc

Étudiante au baccalauréat en psychoéducation Université du Québec à Trois-Rivières

RÉSUMÉ

L'arrivée des technologies numériques a transformé plusieurs sphères de la vie quotidienne (communications interpersonnelles, divertissement, habitation, déplacement, etc.). Pour les personnes présentant une déficience intellectuelle (DI), cette transformation présente des exigences d'accessibilité, sensorimotrices, cognitives, techniques et de compréhension des codes et conventions, pouvant les placer en situation de handicap. Le Regroupement pour la Trisomie 21 (RT21), en partenariat avec le Centre de partage d'expertise en intervention technoclinique (CPEITC), a conçu et évalué un programme d'inclusion sociale encadré par des iPad pour des adultes présentant une trisomie 21. Ce programme vise à améliorer la transition entre l'école et la vie active en les préparant à une vie autonome par le biais de l'utilisation de technologies. Les activités se centrent sur l'utilisation de la tablette numérique afin de se déplacer dans la communauté, cuisiner, utiliser les courriels, faire des recherches sur le Web ou maintenir les acquis académiques (lecture et écriture) par exemple. Plus spécifiquement, la recherche poursuivait deux objectifs : 1) Identifier précisément les habitudes de vie et l'exercice des rôles sociaux affectés par le virage numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle; et 2) Développer un programme d'intervention ciblant spécifiquement l'inclusion et la participation numérique des personnes présentant une DI et en évaluer les effets sur l'évolution de leur trajectoire d'inclusion numérique ainsi que sur leur autodétermination, estime de soi et qualité de vie.

L'identification des habitudes de vie et rôles sociaux affectés par le virage numérique a d'abord été réalisée sur le plan théorique, en sollicitant l'aide d'un comité d'experts. Six experts dans les secteurs de la déficience intellectuelle et des technologies ont sélectionné les habitudes de vie qui pouvaient potentiellement être influencées par l'utilisation des technologies. Un questionnaire décrivant 58 actions concrètes a ensuite été créé en deux versions, une première pour les personnes présentant une DI et une autre pour les proches. La validation des habitudes de vie affectées par le virage numérique a été faite par 11 personnes présentant une DI et 11 proches. Les résultats obtenus démontrent que quatre habitudes de vie posent un défi particulier pour les personnes présentant une DI. Il s'agit du budget, de la gestion du temps, de l'habitation et de l'alimentation. La deuxième partie du questionnaire était en lien avec les défis rencontrés par les participants concernant les cinq dimensions du modèle d'accessibilité numérique (Lussier-Desrochers *et al.*, 2017). Les résultats révèlent que le plus grand défi est lié à l'accès aux technologies.

En ce qui a trait à l'évaluation de l'implantation du programme et des effets sur la trajectoire d'inclusion numérique des participants, diverses collectes des données ont été réalisées. D'une part, du côté de l'organisation, des entrevues individuelles ont été effectuées avec les gestionnaires à deux reprises (début et fin du programme) et avec les animatrices du

programme à trois reprises (début, milieu et fin du programme). De plus, un journal de bord a été complété par l'animatrice principale. D'autre part, des entrevues individuelles ont été réalisées auprès des participants et des proches à quatre occasions, soit au début du programme, à la mi-année, à la fin du programme et un suivi trois mois après la fin du programme (septembre 2017, décembre 2017, juin 2018 et septembre 2018). En complément, des grilles d'observation ont été complétées pour certains participants afin d'observer leurs comportements avec la technologie. Les résultats obtenus démontrent que ce type de programme répond aux besoins des adultes qui présentent une DI et de leurs proches en termes de stimulation, de développement de nouvelles compétences et de maintien de liens sociaux. Les gestionnaires et animatrices s'entendent pour dire que l'organisation qui implante ce programme doit avoir accès à du financement afin d'avoir des ressources humaines (animation et intervention) et matérielles (technologies, papeterie, etc.). L'équipe en place doit également être motivée et mobilisée envers le projet. De plus, la prise en compte des profils et habiletés technologiques variés des participants implique de privilégier des objectifs individualisés plutôt que des objectifs communs et recourir à l'utilisation de stratégies pédagogiques variées. En ce qui a trait à la trajectoire d'inclusion numérique des participants, il semble que leur participation à ce type de programme leur a permis de diversifier leur utilisation des technologies, développer des comportements plus sécuritaires et appropriés et a encouragé leur prise d'initiatives. La fréquentation de ce type de programme permet également, à certains égards, de maintenir les acquis académiques, d'avoir un réseau social, de développer l'autonomie et de favoriser la participation sociale et numérique.

Enfin, une version définitive du programme, intitulé Programme FU-T (formation à l'utilisation des technologies) a été développée. Ce programme a pour but de favoriser l'apprentissage et l'utilisation des technologies par les personnes présentant une déficience intellectuelle. Il s'adresse aux organismes sociaux et communautaires qui souhaitent développer les connaissances et les habiletés de leur clientèle en lien avec l'utilisation de l'iPad. Bien qu'il ait été implanté auprès d'une clientèle adulte présentant une déficience intellectuelle, il peut facilement être adapté à d'autres profils de participants dont on souhaite favoriser l'inclusion dans la société du numérique.

TABLE DES MATIÈRES

Résumé	.vi
Table des matières	ix
Liste des tableaux	.xv
Introduction	1
Problématique et cadre théorique	9
Transformations observées dans 5 sphères des habitudes de vie	8
Communication et relations interpersonnelles	8
Déplacements	9
Habitation	4
Divertissement	4
Travail	4
Exigences liées à la société du numérique	E
Accès aux dispositifs numériques	E
Exigences sensorimotrices.	E
Exigences cognitives	E
Exigences techniques	6
Exigences liées à la compréhension des codes et conventions associées au monde numérique	
Initiatives mises en place pour soutenir l'inclusion numérique des personnes présentant une DI	7
Le programme TASA : ses débuts	. 11
Les débuts du programme	. 1 1
Financement pour le développement d'un programme de formation à	
l'utilisation des technologies	. 19
Objectifs de la recherche	. 18

Phase 1. Identification des habitudes de vie	14
Méthode de construction du questionnaire	14
Validation par des experts	14
Recommandations des experts recueillies	15
Propositions de technologies selon les tâches	19
Phase 2. Validation des habitudes de vie identifiées	28
Participants	28
Procédure	29
Construction de la base des données	30
Analyse des données	32
Actions réalisées afin de transformer les échelles nominales et données continues	32
Résultats	34
Résultats en lien avec les habitudes de vie	34
Budget	36
Gestion du temps	37
Habitation	38
Alimentation	39
Hygiène	41
Déplacements	42
Santé	42
Communication	43
Travail et occupationnel	44
Sécurité	45
Loisirs	46
Principaux défis rencontrés par les personnes dans leur processus d'inclusion numérique	46
Phase 3. Évaluation de l'implantation et des effets du programme TASA	49

Participants	50
Outils de collecte des données	50
Entrevues avec les participants au programme TASA	50
Entrevues avec les proches des participants présentant une DI	51
Grille d'observation des participants	51
Entrevues avec les intervenants et les animateurs des activités	51
Journal de bord audio complété par l'animatrice	51
Entrevues avec les gestionnaires du programme TASA	51
Avant : année pilote, le développement du programme	53
Les étapes préliminaires à la concrétisation du programme	53
1. Aménagement des locaux	53
2. Recherche de financement	54
3. Constitution du parc informatique	54
4. Établissement de liens avec les partenaires et collaborateurs	55
Les premiers enjeux rencontrés	55
1. Rencontrer les exigences des partenaires	55
2. Assurer la rentabilité du programme	56
3. Arrimer le programme TASA aux autres services de la communauté	57
Évaluation de l'implantation du programme selon les gestionnaires et animatrices	58
Le plan d'action du programme	58
Clientèle	58
Raisons de s'inscrire au programme TASA	58
Processus d'intervention	59
Personnes qui implantent	59
Animation	60
Supervisions et travail d'équipe	60
Partenaires	61
Contexte écologique	62
Contexte organisationnel	62
Contexte social	69

L'utilisation des technologies pendant le programme	63
Accessibilité aux technologies	63
Le potentiel des technologies selon les activités du programme	64
Les capacités sensori-motrices	65
La dimension cognitive	66
La dimension technique	67
Les codes et conventions sociales	68
Le niveau d'atteinte des objectifs du programme	68
Conserver les acquis académiques	68
Développer l'autonomie dans la réalisation des tâches quotidiennes	69
Accroître le réseau social	69
Faciliter l'intégration à la vie active	69
Participer à la vie de communauté	69
Accroître l'inclusion sociale	69
La reformulation des objectifs pour le programme FU-T	70
Les perceptions des forces et limites du programme	70
Évolution de la trajectoire d'inclusion numérique des participants	72
Vignette de Roxanne : La prise d'initiatives au cœur de la trajectoire	74
Vignette d'Amélie : L'utilisation des technologies en cuisine	76
Vignette d'Arnaud : L'art d'une communication sécuritaire et appropriée	79
Vignette de Billy : La diversification de l'utilisation de la technologie au cœur de la trajectoire	81
Vignette de Louis : Une trajectoire de transfert des connaissances à la maison	84
Vignette de Judith : Une trajectoire d'utilisation diversifiée grâce aux fonctionnalités disponibles	86
Les impacts sur l'autodétermination, l'estime de soi et la qualité de vie	
Autodétermination	
Estime de soi	
Qualité de vie	
~	·

Phase 4. Développement du format définitif du programme FU-T : formation à l'utilisation des technologies	15
Quoi faire pour implanter le programme9	
L'implantation du programme FU-T : recommandations aux gestionnaires9	
L'animation du programme FU-T : recommandations pour les intervenants et animateurs	8
Recommandations pour les partenaires du programme FU-T9	9
Un programme qui s'adapte à la réalité de l'organisation qui l'implante10	О
Conclusion	1
Références	2
Appendice A. Charte pour des technologies inclusives (#CTI2016)11	0
Appendice B. Document de recrutement destiné aux intervenants	2
Appendice C. Document de recrutement destiné aux participants et leur proche11	5
Appendice D. Le virage numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle : identification des habitudes de vie et rôles sociaux affectés	
(Questionnaire pour les personnes présentant une déficience intellectuelle)11	8
Appendice E. Le virage numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle :	
identification des habitudes de vie et rôles sociaux affectés	
(Questionnaire pour les personnes présentant une déficience intellectuelle)15	2

LISTE DES TABLEAUX

16
20
34
36
37
48
74

INTRODUCTION

Le passage de l'école à la vie adulte représente une période de grands changements pour tout citoyen. Pour les personnes qui présentent une DI, cette transition est d'autant plus difficile en raison de leurs caractéristiques. Avec le soutien de leurs proches et de professionnels, elles doivent se trouver de nouvelles occupations, telles qu'un emploi, un stage et/ou des activités qui leur permettront de conserver les acquis académiques des dernières années. Certains souhaiteront même quitter la maison familiale, afin de demeurer seuls dans un logement. Toutefois, cette volonté d'autonomie exige des personnes qu'elles aient différentes habiletés afin d'être en mesure de réaliser les activités de la vie quotidienne et d'exercer leurs rôles sociaux. Qui plus est, une nouvelle exigence s'est ajoutée au cours des dernières années en raison de l'omniprésence des technologies dans notre société, soit les habiletés numériques. Malheureusement, il semble que peu d'adultes qui présentent une DI aient accès à des opportunités d'emploi ou de stage rémunérées et que les programmes de jour offerts ne permettent pas de conserver ou de poursuivre les apprentissages réalisés lors de la période scolaire.

Dans ce contexte, le RT21 a décidé de mettre en place un programme de formation pour sa clientèle adulte présentant une trisomie 21. Plus spécifiquement, le programme nommé TASA (technologie au service de l'autonomie) a été mis en place à l'automne 2016 pour une année pilote. Il visait à promouvoir la participation active des personnes présentant une DI dans la société du numérique. Ce projet pilote qu'est le programme TASA a été associé à un projet de recherche afin de développer un programme d'intervention favorisant la participation sociale des personnes présentant une DI dans la société du numérique et d'en évaluer les impacts sur la trajectoire d'inclusion numérique des participants ainsi que sur leur autodétermination, estime de soi et qualité de vie. Dans cette foulée, le rapport présente les résultats de la recherche longitudinale qui ont ultimement mené au développement du format définitif du programme de formation, le programme FU-T: programme de formation à l'utilisation des technologies publié en 2019.

PROBLÉMATIQUE ET CADRE THÉORIQUE¹

Plusieurs études et enquêtes récentes confirment le passage de notre société à l'ère du numérique (Bernier, 2013; Centre facilitant la recherche et l'innovation dans les organisations [CEFRIO], 2015; Institut de la statistique du Québec [ISO], 2014; Schmidt et Cohen, 2013). Par définition, la société du numérique en est une dans laquelle les technologies de l'information et de la communication constituent la pierre angulaire de l'accès à l'information et des interactions entre les individus (Compiègne, 2011). Pour les personnes vivant des situations de handicap, ce virage transforme progressivement et radicalement l'environnement social dans lequel elles évoluent. En fait, le virage numérique vient plus précisément ajouter de nouvelles exigences environnementales auxquelles le citoyen doit répondre en mettant à profit de nouvelles connaissances et compétences. Toutefois, pour certaines personnes vivant une situation de handicap, comme les personnes présentant une déficience intellectuelle, le rythme de transformation de la société est actuellement plus rapide que leur processus d'adaptation. La déficience intellectuelle est une condition qui se caractérise « par des limitations significatives du fonctionnement intellectuel et du comportement adaptatif, lequel se manifeste dans les habiletés conceptuelles, sociales et pratiques. Cette condition origine avant l'äge de 18 ans.» (American Association on Intellectual and Developmental Disabilities 「AAIDD」, 2011). On estime la prévalence de la DI entre 1 % et 3 % ce qui représente entre 82 405 et 247 215 Québécois (Harris, 2006; McDermott, Durkin, Schupf et Stein, 2007). Plus précisément, on observe qu'une majorité de ces personnes n'est pas en mesure de réaliser une transition harmonieuse vers la société du numérique (Carey, Friedman et Bryen, 2005; Wainer, Vieira et Melguizo, 2015; Wei et Hindman, 2011; Zawisza, Kamiński, Jakuczun et Gł adysz, 2013). Ceci s'explique par des transformations majeures sur plusieurs dimensions des activités courantes de la vie quotidienne et l'exercice de rôles sociaux dans la société du numérique; deux dimensions qui influencent directement le niveau de participation sociale. Les prochaines sous-sections présentent : 1) les transformations dans cinq sphères d'habitudes de vie; 2) les exigences liées à la société numérique; et 3) les initiatives mises en place pour soutenir l'inclusion numérique des personnes présentant une DI.

Transformations observées dans 5 sphères des habitudes de vie

Communication et relations interpersonnelles. Au cours des dernières années, les institutions gouvernementales, municipales et les entreprises ont numérisé leur offre de services

¹ Cette section provient intégralement de la demande de financement déposée à l'Office des personnes handicapées du Québec (OPHQ)

aux citoyens et leur communication se réalise de plus en plus par le biais des sites Internet, des pages Facebook ou des fils Twitter. Malheureusement, la majorité de ces interfaces ne présentent souvent que des textes écrits. Par exemple, elles offrent des images, des vidéos, des formulaires, des interactions en temps réel, entre autres. Néanmoins, cette variété des services rend l'accès à l'information pratiquement impossible pour des personnes présentant une DI, car ils ne suivent pas forcément les règles d'accessibilité universelle. Même si certaines versions de documents sont adaptées, ces dernières sont souvent difficiles à repérer sur les sites Internet ou sur le Web. De plus, les demandes d'informations dans ces organisations se réalisent de plus en plus par le biais de formulaires ou de réquisitions électroniques qui exigent notamment des compétences en lien avec l'utilisation de la souris et du clavier. En somme, un nouvel intermédiaire numérique s'est installé entre le citoyen et les dispensateurs de services. Ce nouvel intermédiaire est également venu teinter la nature des relations interpersonnelles établies et maintenues avec le réseau social, soit les amis, la parenté et les institutions. En effet, les réseaux sociaux numériques, les courriels et les messages texte sont couramment utilisés pour communiquer et maintenir des liens avec les autres. Plusieurs utilisent également les logiciels de téléphonie par Internet (Skype, Facetime) ou de messagerie numérique (WhatsApp, Messenger) pour communiquer à distance. Enfin, le numérique a provoqué une onde de choc sur le secteur de l'édition et de la presse écrite. Les journaux et revues en format papier disparaissent graduellement pour laisser place à leurs formats numériques (p. ex., LaPresse+). Cette même tendance est suivie par l'industrie du livre, du cinéma et de la radio (p. ex., Netflix et YouTube). Ces quelques exemples ne représentent que quelques-unes des transformations dans la sphère de la communication, il est fort probable que cela ne représente qu'un début.

Déplacements. Le virage numérique affecte également les déplacements des citoyens et plus spécifiquement le secteur du transport en commun, fréquemment utilisé par les personnes présentant une DI. Dans plusieurs grandes villes, les horaires des autobus ne sont disponibles qu'en version électronique ou par le biais d'une application sur téléphone mobile. De plus, il est désormais possible de suivre, avec les systèmes de localisation GPS, la position précise des autobus de certains réseaux de transport en commun (p. ex., Nomade temps réel de la ville de Québec). À Montréal, plusieurs arrêts d'autobus sont maintenant munis d'écrans interactifs permettant aux usagers de voir les horaires en temps réel ou même de consulter l'actualité ou la météo. D'ailleurs, dans un communiqué récent, le Mouvement Personne d'Abord du Québec Métropolitain pressait le Réseau de transport de la Capitale de Québec à rendre de nouveau disponible les guides horaires papier afin que les personnes n'ayant pas accès aux technologies puissent quand même connaître les trajets et les horaires.

Habitation. La maison se numérise aussi notamment par l'entremise des appareils électroménagers. Par exemple, les fours micro-ondes, cuisinières, machines à laver et sécheuses intègrent de plus en plus de fonctions électroniques et les panneaux de contrôle sont devenus de

plus en plus difficiles à opérer. De plus, le paiement des loyers et des factures se réalise maintenant par le biais de virements bancaires et plusieurs compagnies de produits et services utilisent des systèmes de facturation virtuels.

Divertissement. Le secteur du divertissement est également bouleversé par l'arrivée du numérique. C'est dans le secteur de la musique que la plus grande transformation s'est opérée. Les ventes de CD et de DVD sont en chute libre et les consommateurs consomment désormais la musique sur leur téléphone intelligent, baladeur numérique, ordinateur ou tablette numérique, par le biais de téléchargements sur des boutiques en ligne (p. ex., iTunes) ou des sites de lecture en continu (p. ex. Spotify). Une transformation est également observée au niveau de la télévision où du système de câblodistribution analogique qui a été remplacé par le numérique. Cette nouvelle modalité exige l'utilisation d'un décodeur plus difficile à opérer et qui n'est pas nécessairement compatible avec les téléviseurs à écrans cathodiques ou les magnétoscopes exigeant ainsi des personnes qu'elles modernisent leur équipement audiovisuel.

Travail. Le monde du travail suit également cette tendance et les technologies tel que le télétravail y sont intégrées. Ainsi, plusieurs tâches sont réalisées par l'entremise d'appareils numériques. Même chose pour les systèmes de paie qui sont maintenant presque tous informatisés et les salaires versés directement dans les comptes des employés.

En somme, ces éléments font en sorte que pour les personnes présentant une DI, un nouvel obstacle d'ordre numérique s'est ajouté minant plusieurs des progrès jusqu'ici réalisés par ces personnes dans leur processus d'inclusion et de participation sociale (#CTI, 2016; Braddock, Hoehl, Tanis, Ablowitz et Haffer, 2013). Cet obstacle s'ajoute à ceux qu'ils rencontrent quotidiennement (milieu scolaire inadapté, accès restreint au marché de l'emploi, faible revenu, accès difficile à des milieux résidentiels autonomes, etc.). Au cours des dernières années, notre équipe a développé un modèle présentant les exigences liées à la société du numérique (voir Figure 1).

Exigences liées à la société du numérique

Accès aux dispositifs numériques. La participation à la société du numérique nécessite un investissement financier pour l'achat de matériel (ordinateurs et périphériques adaptés) et d'applications spécialisées. Or, les données en lien avec les revenus de la population « indiquent clairement que les personnes handicapées, tout comme les familles où elles vivent, sont fortement touchées par la pauvreté » (Office des personnes handicapées du Québec [OPHQ], 2013, p. 3). Près de la moitié d'entre elles gagnent moins de 15 000\$ annuellement et 75 % des adultes présentant une DI vivent sous le seuil de la pauvreté (Association canadienne pour l'intégration communautaire, 2013).

Exigences sensorimotrices. Pour utiliser les technologies efficacement, la personne doit nécessairement posséder un minimum de capacités sur les plans sensoriels (principalement aux plans tactile, visuel, auditif et proprioceptif) et moteurs (motricité fine et globale). Toutefois, les troubles de motricité affectent environ 50 % des personnes qui présentent une DI (Cleaver, Hunter et Ouellette-Kuntz, 2009; Cleaver, Ouellette-Kuntz et Hunter, 2009). Ces difficultés auront notamment des répercussions sur l'utilisation du clavier et de la souris (manque de coordination, de préhension ou de dextérité) (Eveno, 1998; Mari, Castiello, Marks, Marraffa et Prior, 2003; Wong, Chan, Li-Tsang et Lam, 2009).

Exigences cognitives. Compiègne (2011) mentionne que « les capacités cognitives initiales des personnes restent déterminantes et discriminantes » pour assurer une utilisation efficiente des technologies numériques (ex. raisonnement inductif, habiletés de résolution de problèmes, mémoire à court et à long terme, planification, réflexion, déduction, etc.) (Chevalier et Tricot, 2008; Tricot, 2007). Les limites intellectuelles des personnes présentant une DI complexifient alors largement l'atteinte des critères de base pour rencontrer ces exigences.

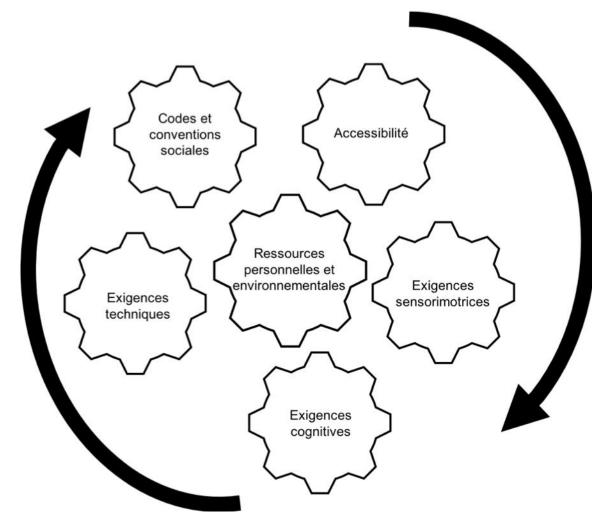


Figure 1. Modèle des dimensions d'inclusion numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle (Lussier-Desrochers et al., 2017).

Exigences techniques. L'utilisation plus régulière des technologies s'accompagne généralement de la manifestation de difficultés techniques devant être résolues (ex. fermeture inopinée d'une application, installation de nouveaux périphériques ou de modules d'extension, réparation de pannes logicielles) (Perriault, 2006). L'utilisateur doit aussi s'assurer de protéger son matériel informatique des attaques virtuelles et de le mettre à jour. Une inaction en ce sens pourrait entraîner des coûts de réparation. Dans le pire des cas, le matériel pourrait devenir inutilisable ce qui représente une conséquence majeure pour les personnes utilisant les technologies dans une visée de suppléance (compenser une limite fonctionnelle ou cognitive).

Exigences liées à la compréhension des codes et conventions associés au monde numérique. L'accès et la participation à la société du numérique nécessitent la compréhension de nouvelles conventions et règles d'interactions sociales. De plus, la prudence est de mise face à certaines formes de sollicitation. Une bonne compréhension de ces codes nécessite la

mobilisation de ressources cognitives de l'ordre de l'abstraction et du raisonnement, de même que certaines habiletés sociales (Perriault, 2006). Sans la compréhension de ces règles, la personne pourra cette fois-ci s'exposer à de nouvelles formes de victimisation, d'exclusion et de rejet (Gouvernement du Canada, 2015).

Des enjeux éthiques et psychosociaux sont aussi liés à l'accès à la société du numérique par les personnes présentant une DI. Sur le plan des enjeux éthiques, certains défis sont soulevés notamment au regard de la vulnérabilité des personnes, de l'équité et des risques de stigmatisation (Cook, 2009; Wright, 2011). De plus, les technologies établissent de nouveaux rapports sociaux qui suscitent aussi de nombreux questionnements (isolement social, diminution de l'engagement dans les relations, pauvreté des échanges, etc.) (Boyd, 2014; Harris, 2006; Turkle, 2011; Wolton, 1997). À cela s'ajoutent de nouvelles possibilités de surveillance et de contrôle qui « mettent en péril l'intimité, la vie privée et les libertés individuelles » (Compiègne, 2011). Tout cela se combine à l'apparition de nouvelles problématiques psychosociales. En effet, l'intégration des TIC dans la vie de tous les jours peut exacerber la victimisation (Gofin et Avitzour, 2012), l'isolement et le rejet social (Asselt-Goverts, Embregts, Hendriks, Wegman et Teunisse, 2015). Plusieurs se demandent si l'accès à ces technologies ne constitue pas un nouveau facteur de vulnérabilité pour ces personnes (Buijs, Boot, Shugar, Fung et Bassett, 2016; Charlotte, 2010; Dowdell, Burgess et Flores, 2011; Holmes et O'Loughlin, 2014; Normand et Sallafranque St-Louis, 2015).

Initiatives mises en place pour soutenir l'inclusion numérique des personnes présentant une DI

Bien que les sections précédentes décrivent une série d'enjeux associés au virage numérique pour les personnes présentant une DI, la littérature scientifique des dernières années suggère également que pour ces personnes, la promotion d'un accès aux technologies est bénéfique. Toutefois, pour soutenir une utilisation optimale des technologies par celles-ci, des modalités d'intervention spécifiques doivent être mises en place afin de : 1) favoriser le développement de nouvelles compétences numériques ou 2) adapter l'environnement pour qu'il réponde mieux à leurs besoins et capacités. Ces modalités leur permettront alors de rencontrer les exigences décrites dans la section précédente. Voici quelques-unes des actions qui ont jusqu'ici été mises en place afin de promouvoir la participation des personnes présentant une DI dans le monde du numérique :

a) Développement de programmes gouvernementaux et d'initiatives dans les municipalités afin de promouvoir l'accès aux technologies (OPHQ, 2011; Programme ministériel des aides techniques à la communication [PMATCOM], 2015; Ville de Trois-Rivières, 2015);

- b) Prêt de matériel aux personnes par le biais de programmes développés par des milieux associatifs (Regroupement pour la Trisomie 21 [RT21], 2016);
- c) Installation de périphériques adaptés sur les appareils (ordinateurs, tablettes) afin de compenser les difficultés sensorimotrices pouvant en restreindre leur utilisation (souris adaptées, écrans tactiles, commande vocale, etc.) (Abilities expo, 2015; Danial-Saad, Weiss et Schreuer, 2012; Dube et Wilkinson, 2014; Grace, Raghavendra, Newman, Wood et Connell, 2014; Hirano et al., 2010; Light et Mcnaughton, 2014; Trottier, Kamp et Mirenda, 2011);
- d) Développement d'applications ou de sites Internet spécifiquement adaptés aux besoins et capacités des personnes (Hall, Conboy-Hill et Taylor, 2011; Moisey et van de Keere, 2007; Perkins et LaMartin, 2012; Rocha *et al.*, 2012; Stock, Davies, Davies et Wehmeyer, 2006; Williams et Hennig, 2015);
- e) Développement de modalités de soutien afin d'accompagner les personnes dans la résolution des difficultés techniques qu'elles pourraient rencontrer (HabiloMédias, 2015);
- f) Développement de politiques ayant pour but d'augmenter la sécurité des données ou celle des usagers (Charlotte, 2010; Rice *et al.*, 2015);
- g) Développement de cadres d'analyse afin d'identifier précisément les enjeux éthiques associés à l'utilisation des technologies par les personnes présentant une DI (Caouette, Lussier-Desrochers et Pépin-Beauchesne, 2013);
- h) Sensibilisation des citoyens, fournisseurs technologiques et des promoteurs des technologies numériques sur les difficultés à surmonter par les personnes présentant des incapacités (Castro et Normand, 2007).

La littérature scientifique confirme que les actions jusqu'ici entreprises ont des effets bénéfiques pour les personnes présentant une DI. En effet, dans les études réalisées jusqu'à présent, plusieurs technologies numériques (tablettes, téléphones intelligents, ordinateurs, tableaux blancs interactifs, assistants à la communication, domotique, robot social, réalité virtuelle, etc.) ont été utilisées afin de développer différents types de compétences dont : 1) les compétences scolaires (le langage, l'écriture et le contenu académique) (Burton, Anderson, Prater et Dyches, 2013; Coyne, Pisha, Dalton, Zeph et Sith, 2012); 2) les activités de la vie quotidienne (hygiène et préparation des repas) (Näslungd et Gardelli, 2013; Shresta, Anderson et Moore, 2013); 3) la gestion du temps (Ford et Rabe, 2011); 4) les déplacements dans la communauté (Kelley, Test et Cooke, 2013; Lachapelle, Lussier-Desrochers, Caouette et Therrien-Bélec, 2011; Mechling et O'Brien, 2010; Mechling et Seid, 2011); et 5) les habiletés sociales (Mintz, Branch, March et Lerman, 2012; Yakubova et Taber-Doughty, 2013). Les premiers résultats montrent notamment que ces solutions technologiques : favorisent le développement les capacités attentionnelles; motivent et stimulent les utilisateurs; accélèrent le

développement de certaines compétences; contribuent à la diminution de l'anxiété; favorisent la participation et la coopération; et soutiennent l'expression des préférences.

En somme, ces premières données sont encourageantes et montrent que des interventions technologiques spécifiquement adaptées aux besoins et capacités des personnes présentant une DI peuvent non seulement avoir des effets bénéfiques, mais également soutenir le processus d'inclusion numérique de ces personnes. Récemment, plus de 150 acteurs-clés se sont réunis à Trois-Rivières afin d'identifier les actions à entreprendre pour soutenir l'inclusion numérique des personnes présentant une DI ou un trouble du spectre de l'autisme (TSA) au Québec. Ces actions ont été regroupées en une Charte pour des technologies inclusives (#CTI, 2016) présentant 10 grandes recommandations (voir Appendice A). Parmi les principes énoncés, on retrouve entre autres : (a) Faire de l'autodétermination un principe central du processus d'inclusion numérique; (b) Assurer une participation active des personnes présentant une DI ou un TSA dans les initiatives visant leur inclusion numérique; (c) Favoriser l'accès à des produits technologiques abordables, adaptés aux capacités de ces personnes et disponibles dans leurs divers milieux de vie; (d) Enrichir les politiques et cadres légaux actuels, notamment en matière de technologies; (e) Respecter assidument les critères d'accessibilité universelle pour le développement de ressources numériques; (f) Mettre en place les conditions matérielles, techniques, humaines et financières nécessaires afin de déployer, de manière optimale, les outils technologiques dans les programmes spécialisés en DI et TSA des centres intégrés de santé et de services sociaux (CISSS) et des centres intégrés universitaires de santé et de services sociaux (CIUSSS); (g) Réaliser des travaux de recherche interdisciplinaires et intersectoriels qui assurent la participation numérique des personnes présentant une DI ou un TSA; et (h) Sensibiliser la société aux enjeux associés au virage numérique et sur les impacts pour les personnes présentant une DI ou un TSA.

Cette Charte se distingue par le fait qu'elle est issue d'un processus consultatif réalisé auprès de l'ensemble des parties prenantes (intervenants, chercheurs, professionnels, parents, proches, milieux associatifs, informaticiens, éthiciens, gestionnaires, acteurs politiques, etc.), mais aussi et surtout par le fait qu'elle a inclus les personnes présentant une DI ou un TSA dans la consultation. D'ailleurs, la 10e recommandation de la Charte a été formulée par un groupe de personnes présentant une DI ou un TSA. Cette recommandation a été formulée comme suit :

Reconnaissez notre besoin d'avoir accès à la technologie par la mise en place de programmes de soutien couvrant les coûts liés à l'achat et à l'entretien des ressources numériques ainsi que la formation et les ressources nécessaires pour une utilisation optimale de la technologie soutenant notre autonomie. (#CTI, 2016)

En novembre 2016, le PDG du CIUSSS de la Mauricie et du Centre-du-Québec, M. Martin Beaumont, annonçait la mise en place d'un comité de travail ayant pour mandat de développer un plan d'action quinquennal précisant les actions à entreprendre pour soutenir la concrétisation de la Charte et ainsi favoriser l'inclusion numérique des personnes présentant une DI ou un TSA; plan qui était prévu d'être lancé le 15 juin 2017. Les membres du comité de travail proviennent de plusieurs milieux : universités, milieux associatifs, médias, ministère de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, Office des personnes handicapées du Québec, Commission éthique en sciences et technologies, centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec et informatique.

En somme, la période actuelle s'en veut une de mobilisation des acteurs sociétaux dans le but de combler le fossé numérique qui se creuse et d'assurer une participation pleine et entière des personnes présentant une DI dans cette nouvelle société du numérique. Toutefois, bien qu'au cours des dernières années les efforts se soient intensifiés, ils peinent à suivre les développements rapides de la société du numérique. Ainsi, plusieurs acteurs se sentent dépassés par l'ampleur des actions à entreprendre (Lussier-Desrochers, Guyot, Roux et Godin-Tremblay, 2016). Il semble alors nécessaire de mettre en place des initiatives concrètes soutenant l'inclusion numérique des personnes afin d'identifier des balises et des lignes directrices pouvant guider les initiatives futures dans ce secteur.

LE PROGRAMME TASA: SES DÉBUTS

Le programme TASA a été offert pour la première fois au Regroupement pour la Trisomie 21 au cours de l'année 2016-2017 dans le cadre d'une année pilote. Avant de se lancer dans cette aventure, la directrice générale du RT21 a communiqué avec l'équipe du CPEITC de l'Université du Québec à Trois-Rivières (UQTR), dirigée par le professeur Dany Lussier-Desrochers. Celle-ci souhaitait que le déploiement du programme soit associé à un projet de recherche, afin de réaliser l'évaluation de l'implantation du programme TASA. Plus spécifiquement, on souhaitait, avec l'aide d'entrevues semi-dirigées: 1) vérifier l'atteinte des objectifs du programme TASA; 2) identifier les facilitateurs et les obstacles liés à la réalisation du projet; et 3) évaluer la satisfaction des participants au projet.

Les débuts du programme

Les gestionnaires du RT21 ont dans un premier temps fait des contacts avec une équipe de recherche spécialisée dans le secteur de l'utilisation des technologies auprès des personnes présentant une déficience intellectuelle. Cette rencontre a agi comme un catalyseur pour la création d'un projet porteur pour le Regroupement. Parallèlement, le Centre de ressources éducatives et pédagogiques (CREP) de la Commission scolaire de Montréal a réalisé une approche auprès du Regroupement afin de développer un projet leur permettant de mener à bien leur mission d'enseignement auprès des adultes. Le CREP voulait développer un programme à temps plein destiné aux personnes présentant une trisomie 21. Évidemment, le projet devait être lié directement à la mission du Regroupement qui est de :

- 1. Promouvoir une participation active des personnes présentant une trisomie 21 dans leur communauté;
- 2. Développer l'autonomie des personnes;
- 3. Soutenir les familles.

Le nom du programme, TASA, est issu d'un remue-méninges comme en fait foi le verbatim suivant : « On voulait quelques choses qui se dit court [en un mot], et on a [brainstormé] par rapport à l'autonomie et les technologies et c'est comme cela qu'on a réussi à trouver ». (Gestionnaire 1, début du programme de l'année pilote). Concrètement, l'acronyme réfère à « Technologies Au Service de l'Autonomie ».

Les analyses ont permis d'identifier les réactions des différents partenaires face à la proposition du projet TASA. Un élément important qui ressort est l'enthousiasme des personnes informées du projet. Une des gestionnaires mentionne :

« Les gens avec qui on en parle sont tout le temps emballés [...] J'ai beaucoup de reconnaissance de la part de la communauté, des familles, il y a beaucoup de familles qui regardent le projet avec beaucoup d'attention. J'ai des familles qui n'habitent pas Montréal qui regardent et qui ont hâte de voir [...] si on peut l'implanter dans [leur] coin ». (Gestionnaire 1, début du programme de l'année pilote)

Une des gestionnaires du programme a également pu compter sur une confiance absolue de son conseil d'administration qui a rapidement appuyé l'idée du projet. D'ailleurs, le conseil d'administration de l'organisation voyait le projet comme le premier pas d'un projet de plus grande envergure qui se réaliserait sur plusieurs années consécutives. Ces premières réactions laissaient également présager que les partenaires des programmes spécialisés en déficience intellectuelle des CIUSSS de Montréal appuieraient une telle initiative. Toutefois, il semble qu'ils s'attendaient à ce que le programme en soit un à visée plus occupationnelle et que la tangente que prenait le projet ait déstabilisé les intervenants de ce réseau. Ces derniers n'ont pas relayé l'information dans l'organisation afin de réaliser la promotion de l'initiative auprès des personnes concernées.

Financement pour le développement d'un programme de formation à l'utilisation des technologies

Voyant l'engouement pour ce programme et qu'il semblait réellement répondre à un besoin de la clientèle, les équipes du Centre de partage d'expertise en intervention technoclinique et du Regroupement pour la Trisomie 21 se sont rassemblées au cours de l'année afin de présenter le projet TASA à l'OPHQ pour un financement dans le cadre du Programme de subventions à l'expérimentation. La demande « Développement et évaluation des impacts d'un programme d'intervention favorisant la participation sociale des personnes présentant une déficience intellectuelle (DI) dans la société du numérique » a reçu une réponse positive. Le programme TASA a ainsi été offert à nouveau au cours de l'année 2017-2018 dans une formule plus structurée. La rédaction du programme et l'évaluation de ses effets ont été faites parallèlement. Les méthodes utilisées et les résultats sont présentés dans les sections suivantes.

OBJECTIFS DE LA RECHERCHE

L'objectif général du projet est de développer un programme d'intervention favorisant la participation sociale des personnes présentant une DI dans la société du numérique et d'en évaluer les impacts sur la trajectoire d'inclusion numérique des participants ainsi que sur leur autodétermination et leur qualité de vie. Deux objectifs spécifiques découlent de cet objectif:

- Identifier précisément les habitudes de vie et l'exercice des rôles sociaux affectés par le virage numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle.
 - → Phase 1. Identification des habitudes de vie
 - → Phase 2. Validation des habitudes de vie identifiées.
- Développer un programme d'intervention ciblant spécifiquement l'inclusion et la participation numérique des personnes présentant une DI et en évaluer les effets sur l'évolution de la trajectoire d'inclusion numérique de personnes présentant une DI ainsi que sur l'autodétermination, l'estime de soi et la qualité de vie.
 - → Phase 3. Évaluation des effets du programme TASA sur l'évolution de la trajectoire d'inclusion numérique de personnes présentant une DI ainsi que sur l'autodétermination, l'estime de soi et la qualité de vie.
 - → Phase 4. Développement du format définitif du programme FU-T (Formation à l'Utilisation des Technologies)

Rappel

La recherche a été réalisée dans le cadre de l'implantation du projet pilote TASA (La technologie au service de l'autonomie) au Regroupement pour la Trisomie 21. La version finale du programme est disponible sous un autre nom, soit le «Programme FU-T: formation à l'utilisation des technologies».

PHASE 1

IDENTIFICATION DES HABITUDES DE VIE

En préambule au programme d'intervention TASA, l'équipe de recherche souhaitait procéder à l'identification des habitudes de vie affectées par le virage numérique selon la perspective de personnes présentant une déficience intellectuelle et de leurs proches. Pour ce faire, un questionnaire devait être créé.

Méthode de construction du questionnaire

Afin de développer le questionnaire, l'équipe de recherche du CPEITC a recensé quatre outils sur les habitudes de vie. Ces outils sont les suivants :

- I. Le questionnaire MHAVIE 4.0 (Fougeyrollas et Noreau, 2014)
- II. L'Inventaire des habiletés pour la vie en appartement (Corbeil, Marcotte et Trépanier, 2009)
- III. L'Inventaire des habiletés pour rester temporairement seul chez soi (Corbeil et Dufour, 2016)
- IV. Habileté à la vie communautaire : une taxonomie (Dever, 1988)

Par la suite, l'équipe a combiné les items de l'ensemble des questionnaires et outils pour donner un total de plus de 500 items. Puis, s'appuyant sur leur expertise sur les technologies, trois évaluateurs du CPEITC ont examiné et réalisé un premier tri des habitudes de vie pouvant potentiellement être influencées (positivement ou négativement) par le virage numérique. Éliminant les doublons et retenant uniquement les habitudes de vie les plus pertinentes, cette présélection a permis de retenir 130 items.

Enfin, un groupe de discussion a été réalisé avec ces trois évaluateurs afin qu'ils établissent un consensus sur les items à retenir pour l'évaluation auprès des experts. Cette procédure a permis de retenir 61 items regroupés en 11 grandes catégories d'habitudes de vie.

Validation par des experts. Au mois de novembre 2017, la liste a été transmise à des experts dans le secteur des technologies (n=3) et des experts en intervention dans le secteur de la déficience intellectuelle (n=3) afin qu'ils la valident et la commentent. Ceux-ci avaient également à émettre un avis sur les impacts du virage numérique sur la réalisation des habitudes de vie et l'exercice des rôles sociaux pour les personnes présentant une DI. Pour chacun des items, les experts avaient la consigne de répondre aux deux questions suivantes : 1) Selon vous, est-ce que la technologie pourrait influencer la réalisation de cette habitude de vie pour les

personnes qui présentent une DI ?; et 2) Devrait-on conserver cet item dans un questionnaire destiné aux personnes présentant une DI ou leurs proches ?

Recommandations des experts recueillies. Les données colligées auprès de ces experts étaient de nature qualitative et quantitative. Les données quantitatives ont fait l'objet d'analyses descriptives à l'aide du logiciel SPSS tandis que les commentaires écrits ont fait l'objet d'une analyse thématique à l'aide du logiciel NVivo. Ceux-ci concernaient entre autres, le format du questionnaire ou des propositions de technologies, tel que le démontre les extraits suivants :

- « Toutes les questions m'apparaissent pertinentes, mais je ne sais pas si elles sont essentielles pour un tel questionnaire (s'il risque d'être trop long ?). » (Expert 2)
- « Le fait de pouvoir utiliser la géolocalisation en temps réel peut aider grandement à développer l'autonomie. De plus, les Sociétés de transport développent de plus en plus d'applications, logiciels pour les personnes en perte d'autonomie ou ayant des besoins spécifiques. » (Expert 3)
- « Les agendas et les rappels sont de bonnes méthodes pour les aider en matière de sécurité. » (Expert 4)

Les items conservés devaient être appuyés par au moins quatre des six experts. Par la suite, l'équipe de chercheurs a fait un dernier tri. Le questionnaire final comportait ainsi 30 tâches liées aux activités de la vie courante (décortiquées en différents indicateurs) réparties selon 11 habitudes de vie (voir Tableau 1).

Tableau 1
Liste des habitudes de vie, tâches et indicateurs pouvant être influencés par le virage numérique

1. HABITATION	
Tâches	Indicateurs
Tâches domestiques	Entretien de la chambre
	Passer la balayeuse
Liste d'épicerie	Faire la liste d'épicerie
	Regarder les spéciaux
2. ALIMENTATION	
Tâches	Indicateurs
Cuisiner des recettes	Préparer le déjeuner
	Préparer le dîner ou le souper
	Faire des recettes
Avoir de saines habitudes	Avoir une alimentation variée
alimentaires	Manger trois repas par jour
Repérer et jeter les aliments avariés	Reconnaître la date de péremption
Utiliser les électroménagers	Utiliser le four à micro-ondes
	Utiliser un grille-pain
	Utiliser un petit four
	Utiliser la cuisinière
3. HYGIÈNE	
Tâches	Indicateurs
Hygiène buccale	Brosser ses dents tous les jours
Porter des vêtements de	Choisir ses vêtements en fonction des circonstances
circonstance	Choisir ses vêtements selon la température
	Choisir ses vêtements selon les circonstances
Prendre son bain et/ou sa douche	Prendre son bain
	Prendre sa douche
Entretien des vêtements et de la	Faire son lavage
lingerie de la maison	Utiliser la laveuse
	Utiliser la sécheuse
	Tableau 1 (suite)

Liste des habitudes de vie, tâches et indicateurs pouvant être influencés par numérique

le virage

4. DÉPLACEMENTS	
Tâches	Indicateurs
Utiliser des moyens de transport comme passager	Choisir le moyen de transport utilisé
Déplacements dans le quartier	Se déplacer seul.e ou trouver son chemin
5. TRAVAIL	
Tâches	Indicateurs
Réaliser ses tâches en milieu de travail	Faire les tâches demandées
	Suivre l'horaire de travail et respecter le temps
Suivre un horaire de travail	Identifier les journées de travail et de congé dans le calendrier
6. LOISIRS	
Tâches	Indicateurs
Choisir des activités de loisirs	Rechercher et choisir des activités/loisirs
	Utiliser la télévision
	Enregistrer une émission
Utiliser des appareils numériques	Mettre un film ou une série TV
pour le divertissement	Utiliser un ordinateur
	Utiliser une tablette électronique
	Jouer à des jeux vidéo
7. SANTÉ	
Tâches	Indicateurs
Utiliser les services de santé	Aller à la clinique médicale, dentiste, centre hospitalier
	Prendre des médicaments
Pratiquer des activités physiques	Pratiquer des activités physiques
8. COMMUNICATION	
Tâches	Indicateurs
Communication écrite	Envoyer des courriels
	Tableau 1 (suite)

Liste des habitudes de vie, tâches et indicateurs pouvant être influencés par le virage numérique

8. COMMUNICATION (SU	UTE)
Tâches	Indicateurs
Courrier électronique	Voir et lire ses courriels

B 1 1 1 . C	Faire des recherches pour trouver des informations
Rechercher des informations	Lire des informations sur Internet
Maintien de liens sociaux	Communiquer avec des amis et proches
9. BUDGET	
Tâches	Indicateurs
Payer ses achats	Payer ses achats soi-même
	Retirer de l'argent au guichet automatique
Payer ses factures	Payer ses factures soi-même
Planifier son budget	Planifier son budget selon ses revenus et dépenses
10. SÉCURITÉ	
Tâches	Indicateurs
	Regarder si les appareils sont éteints
Sécurité au domicile avant de	Fermer les fenêtres selon les circonstances
quitter	Fermer les robinets lorsqu'ils ne sont pas utilisés
	Barrer la porte de la maison
	Contacter les bonnes personnes en situation d'urgence
Contacter les services d'urgence	Savoir qui contacter en cas de feu
	Savoir qui contacter en cas de blessure
11. GESTION DU TEMPS	
Tâches	Indicateurs
Prise de rendez-vous	Noter les rendez-vous
r rise de rendez-vous	Appeler pour prendre les rendez-vous
Ponctualité aux rendez-vous	Arriver à l'heure aux rendez-vous
Planifier les tâches et activités	Planifier ses tâches et activités

Propositions de technologies selon les tâches. Misant sur son expertise dans ce secteur d'activités, l'équipe du CPEITC a listé des solutions technologiques pour chacune des tâches et indicateurs afin de finaliser le questionnaire (voir Tableau 2). Ainsi, les répondants devaient indiquer parmi les solutions proposées, si la personne présentant une DI aimerait utiliser ces technologies pour faire ses tâches. Les participants avaient également l'opportunité d'indiquer une autre technologie que celles proposées ou qu'aucune technologie n'était nécessaire en répondant « non ».

Tableau 2

Liste des solutions technologiques proposées pouvant soutenir la personne dans la réalisation de ses tâches

1. HABITATION		
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques
Tâches domestiques	Entretien de la chambre	Application pour l'aide à la réalisation de tâches
		Tablette / téléphone intelligent pour faire des rappels
	Passer la balayeuse	Balayeuse robot
		Tablette / téléphone intelligent pour faire des rappels
Liste d'épicerie	Faire la liste d'épicerie	Application ou site Web de l'épicerie
		Utiliser l'appareil photo d'un téléphone ou d'une tablette pour faire une liste imagée
		Site Web de recettes permettant de
		faire la liste des ingrédients pour l'épicerie
		Microsoft Word ou une application « Notes »
	Regarder les spéciaux	Application avec les circulaires en ligne ou site Web de l'épicerie
		Recevoir les spéciaux par courriel
2. ALIMENTATION	N	
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques
Cuisiner des recettes	Préparer le déjeuner	Application qui présente des photos et vidéos des étapes pour préparer le déjeuner
	Préparer le dîner ou le souper	Application qui présente des photos et vidéos des étapes pour préparer dîner ou le souper
	Faire des recettes	Site Web ou applications de recettes
		Vidéos (YouTube ou autre) de recettes
		Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui présente les étapes d'une recette
		Cadre photo numérique avec les photos des étapes d'une recette

Tableau 2 (suite)

Liste des solutions technologiques proposées pouvant soutenir la personne dans la réalisation de ses tâches

2. ALIMENTATION (SUITE)				
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques		
Avoir de saines habitudes alimentaires	Avoir une alimentation variée	Une application qui donne des idées de repas variés ou d'aliments à manger		
	Manger trois repas par jour	Rappel(s) pour dire les heures de repas (ex. : une montre qui vibre, un téléphone qui fait un bruit à l'heure des repas)		
Repérer et jeter les aliments avariés	Reconnaître la date de péremption	Un frigo qui dit quand jeter la nourriture qui n'est plus bonne		
		Une application qui rappelle quand jeter les aliments		
Utiliser les électroménagers	Utiliser le four à micro- ondes	Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui te rappelle comment utiliser un micro- ondes		
	Utiliser un grille-pain	Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappelle comment utiliser un grille-pain		
	Utiliser un petit four	Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappelle comment utiliser le petit four		
		Une lumière qui s'allume pour rappeler d'éteindre le petit four si oublié		
	Utiliser la cuisinière	Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappelle comment utiliser la cuisinière		
		Une lumière qui s'allume pour rappeler d'éteindre la cuisinière si oubliée		

Tableau 2 (suite)

Liste des solutions technologiques proposées pouvant soutenir la personne dans la réalisation de ses tâches

3. HYGIÈNE		
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques
Hygiène buccale	Brosser ses dents tous les jours	Rappel(s) pour brosser les dents (ex. une montre qui vibre, un téléphone qui fait un bruit à l'heure où il faut se brosser les dents)
		Une brosse à dents qui dit le temps qu'il faut prendre pour se laver les dents et qui fait un son quand les dents sont propres
Porter des vêtements de circonstance	Choisir ses vêtements en fonction des circonstances	Une application qui dit quels vêtements vont bien ensemble
	Choisir ses vêtements selon la température	Une application qui dit quels vêtements porter en fonction de la température à l'extérieur
	Choisir ses vêtements selon les circonstances	Une application qui dit quels vêtements porter en fonction des circonstances
Prendre son bain et/ou sa douche	Prendre son bain	Une technologie qui dit si l'eau est trop chaude ou trop froide (ex. eau rouge quand c'est chaud et eau bleue quand c'est froid)
		Une technologie qui dit quand ton bain est presque plein ou qui arrête l'eau pour ne pas qu'il déborde
	Prendre sa douche	Une technologie qui dit si l'eau est trop chaude ou trop froide (ex. eau rouge quand c'est chaud et eau bleue quand c'est froid)
Entretien des vêtements et de la lingerie de la maison	Faire son lavage	Rappel(s) pour rappeler de faire le lavage (ex. une montre qui vibre, un téléphone qui fait un bruit quand c'est le moment de faire le lavage)
		Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappelle les étapes pour faire le lavage

Tableau 2 (suite)

Liste des solutions technologiques proposées pouvant soutenir la personne dans la réalisation de ses tâches

3. HYGIÈNE (<i>SUITE</i>)			
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques	
		Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappelle comment utiliser la laveuse	
Entretien des vêtements et de la	Utiliser la laveuse	Rappel sur un téléphone ou une montre pour dire de sortir les vêtements de la laveuse pour le séchage	
lingerie de la maison <i>(suite)</i>		Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappelle comment utiliser la sécheuse	
	Utiliser la sécheuse	Rappel sur un téléphone ou une montre pour dire de sortir les vêtements de la sécheuse pour les plier et les ranger	
4. DÉPLACEMENT	CS .		
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques	
Utiliser des moyens de transport comme passager	Choisir le moyen de transport utilisé	Une application qui aide à choisir un moyen de transport pour les déplacements	
		Une application qui aide à communiquer avec les personnes qui aident à se déplacer	
		Utiliser un téléphone intelligent qui aide à utiliser les transports en commun	
Déplacements dans	Se déplacer seul.e ou trouver son chemin	Une montre qui donne les indications	
le quartier		Un téléphone qui aide à se déplacer et à trouver le chemin	
5. TRAVAIL			
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques	
Réaliser ses tâches en milieu de travail	Faire les tâches demandées	Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappelle comment faire les tâches demandées par l'employeur	
	Suivre l'horaire de travail et respecter le temps	Une montre qui rappelle quand faire les tâches qui sont demandées	
Suivre un horaire de travail		Des rappels sur un téléphone qu'il est possible de transporter sur soi au travail	
	Identifier les journées de travail et de congé dans le calendrier	Un calendrier sur un ordinateur ou un téléphone qui ferait des rappels	

Tableau 2 (suite)

Liste des solutions technologiques proposées pouvant soutenir la personne dans la réalisation de ses tâches

6. LOISIRS

Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques	
Choisir des activités	Rechercher et choisir des	Site Internet pour trouver les activités	
de loisirs	activités/loisirs	Site Internet pour s'inscrire aux activités	
	Utiliser la télévision	Une télévision qui peut s'activer avec la voix	
	Enregistrer une émission	Une télévision qui peut s'activer avec la voix	
Utiliser des appareils	Mettre un film ou une série TV	n/a	
numériques pour le	Utiliser un ordinateur	n/a	
divertissement	Utiliser une tablette électronique	n/a	
	Jouer à des jeux vidéo	n/a	
7. SANTÉ			
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques	
	Aller à la clinique médicale, dentiste, centre hospitalier	Une application pour rappeler les rendez- vous	
Utiliser les services		Un rappel de rendez-vous sur un téléphone intelligent ou sur une montre	
de santé	Prendre des médicaments	Une application qui rappellerait quand prendre les médicaments	
		Une boîte de pilule électronique qui dirait quand prendre les médicaments et quelle dose prendre	
Pratiquer des activités physiques	Pratiquer des activités physiques	Une application pour rappeler de faire de l'activité	
		Une montre qui propose des activités physiques à faire	
		Une application qui encouragerait à faire des exercices	

Tableau 2 (suite)

Liste des solutions technologiques proposées pouvant soutenir la personne dans la réalisation de ses tâches

8. COMMUNICATION			
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques	
Communication écrite	Envoyer des courriels	Une application qui écrit le courriel à la place de la personne (en lui disant ce qu'on veut écrire)	
		Une application qui permettrait d'envoyer	

		une vidéo au lieu d'écrire le courriel	
Courrier électronique	Voir et lire ses courriels	Une technologie qui lirait les courriels	
n l l l	Faire des recherches pour trouver des informations	Une application qui permettrait de faire des recherches sur Internet en parlant à l'ordinateur	
Rechercher des informations		Une application qui permettrait de chercher sur Internet en utilisant des photos	
	Lire des informations sur Internet	Une application qui lit les pages Internet	
Maintien de liens sociaux	Communiquer avec des amis et proches	Une technologie qui permet de rejoindre un ami ou un proche sans avoir à retenir le numéro (appeler en appuyant sur une photo)	
		Une technologie qui permet de voir la personne avec qui on parle (ex. appel Skype).	
9. BUDGET			
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques	
Payer ses achats	Payer ses achats soi-même	Payer les achats dans un magasin avec une montre	
		Payer les achats dans un magasin avec un téléphone cellulaire	
	Retirer de l'argent au guichet automatique	Une technologie qui permettrait de retenir un mot de passe	

Tableau 2 (suite)

Liste des solutions technologiques proposées pouvant soutenir la personne dans la réalisation de ses tâches

9. BUDGET (SUITE)			
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques	
Power see features	D (, , , , ,	Une technologie qui aiderait à se rappeler quand payer les factures	
Payer ses factures	Payer ses factures soi-même	Une application qui aiderait à payer les factures	
		Une application qui permet de voir combien d'argent la personne possède	
Planifier son budget	Planifier son budget selon ses revenus et dépenses	Une application qui aiderait à savoir les dépenses faites	
		Une application qui calculerait le budget automatiquement	
10. SÉCURITÉ			
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques	
	Regarder si les appareils sont éteints	Une lumière rouge qui s'allumerait ou un son pour dire si la personne a oublié d'éteindre un appareil électroménager	
		Une montre qui vibre pour dire que la personne a oublié d'éteindre un appareil électroménager	
	Fermer les fenêtres selon les circonstances	Une lumière ou un son pour dire si la personne a oublié de fermer les fenêtres	
Sécurité au domicile		Une montre qui vibre pour dire de fermer les fenêtres	
avant de quitter	Fermer les robinets lorsqu'ils ne sont pas utilisés	Une lumière ou un son pour dire si la personne a oublié de fermer le robinet	
		Une montre qui vibre pour dire de fermer le robinet	
	Barrer la porte de la maison	Une porte qui peut se barrer et débarrer sans utiliser de clé (en appuyant sur un bouton sur le téléphone)	
		Une application qui permettrait de voir sur le téléphone si la porte de la maison est bien barrée	

Tableau 2 (suite)

Liste des solutions technologiques proposées pouvant soutenir la personne dans la réalisation de ses tâches

10. SÉCURITÉ (<i>SUITE</i>)				
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques		
	Contacter les bonnes personnes en situation d'urgence	Un téléphone qui permet d'appeler les bonnes personnes en appuyant sur une image (ne pas avoir à retenir le numéro)		
Contacter les services d'urgence	Savoir qui contacter en cas de feu	Une application qui appelle automatiquement les pompiers s'il y a un feu		
	Savoir qui contacter en cas de blessure	Un téléphone qui permet d'appeler les bonnes personnes en appuyant sur une image (ne pas avoir à retenir le numéro)		
11. GESTION DU TEMPS				
Tâches	Indicateurs	Solutions technologiques		
Prise de rendez- vous	Noter les rendez-vous	Un calendrier sur un ordinateur ou un téléphone		
	Appeler pour prendre les rendez-vous	Un calendrier sur un ordinateur ou un téléphone qui ferait des rappels pour prendre rendez-vous		
		Une technologie qui permet de rejoindre un intervenant, un professionnel (ex. : médecin) ou autres, sans avoir à retenir le numéro (appeler en appuyant sur une photo)		
Ponctualité aux rendez-vous	Arriver à l'heure aux rendez-vous	Un calendrier sur un ordinateur ou un téléphone qui ferait des rappels		
Planifier les tâches et activités	Planifier ses tâches et activités	Un calendrier sur un ordinateur ou un téléphone		

PHASE 2.

VALIDATION DES HABITUDES DE VIE IDENTIFIÉES

Le questionnaire étant créé, ce sont les personnes présentant une DI et leur proche qui ont été sollicités afin d'obtenir leur avis sur l'influence du virage numérique sur la réalisation des habitudes de vie et l'exercice des rôles sociaux pour les personnes présentant une DI.

Participants

Les participants prévus étaient initialement 20 personnes présentant une déficience intellectuelle légère (n = 10) et moyenne (n = 10). 20 proches devaient aussi être sollicités.

Pour être éligibles à l'étude, les personnes devaient être âgées de 18 ans ou plus et un proche de la personne devait également s'engager à remplir le questionnaire. Les personnes ont d'abord été sollicitées dans les programmes spécialisés en DI et TSA des CISSS et CIUSSS membres du CPEITC selon une stratégie de recrutement déterminée dans chacun des milieux. Il s'agit des organisations suivantes :

- 1. CIUSSS de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec (CIUSSS MCQ)
- 2. CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal (CIUSSS CSIM)
- 3. CISSS de l'Outaouais (CISSSO)

Au CIUSSS MCQ, le chercheur principal est allé rencontrer trois équipes d'intervenants auprès de la clientèle adulte présentant une DI et un courriel a été envoyé aux intervenants qui agissent à titre de pivot technoclinique. Des courriels de relance ont également été envoyés par la personne responsable des activités de recherche dans l'organisation. En ce qui a trait au CISSSO, une discussion téléphonique a été effectuée par une assistante de recherche avec la coordonnatrice des services aux adultes. Des courriels de relance ont également été envoyés. Finalement, le CIUSSS CSIM a déposé sa lettre d'acceptation pour participer au projet tard dans le processus. Malgré tout, un courriel a été envoyé à trois gestionnaires responsables de services aux personnes adultes présentant une DI afin de leur présenter la recherche et les participants recherchés. Malheureusement, compte tenu des délais, aucun participant n'a été recruté dans ce milieu. En complément, afin de faciliter la démarche de recrutement des participants, deux documents ont été développés: 1) document destiné aux intervenants présentant l'objectif de la recherche et ses retombées pour l'intervention clinique; et 2) document destiné aux participants présentant les objectifs de la recherche et permettant d'indiquer ses coordonnées et celles de son proche (voir Appendices B et C).

Bien que des efforts pour présenter la recherche et des relances aient été effectuées, un nombre restreint de participants a été recruté au sein de ces organisations. Rappelons également que pour procéder à la collecte des données, ce sont la personne et son proche qui devaient accepter de participer à l'étude. Ainsi, une demande de modification éthique a été réalisée afin d'élargir les endroits pour solliciter des participants. Les organisations suivantes ont également été ciblées :

- 1. Regroupement pour la Trisomie 21
- 2. Olympiques spéciaux Québec Haut Richelieu

Au final, ce sont 11 personnes présentant une DI et 12 proches qui ont complété le questionnaire. Compte tenu qu'un proche a répondu au questionnaire, mais que la personne qui présente une DI ne l'a pas fait, ses réponses ont été exclues des analyses.

Procédure

Les questionnaires pour les personnes présentant une DI et leur proche ont été construits de la même façon, de manière à pouvoir comparer les résultats entre les répondants (voir Appendices D et E). Pour chacun des 30 items, les personnes présentant une DI et leur proche ont été questionnés afin d'émettre leur avis en fonction des éléments suivants :

- Identifier si la technologie est utilisée pour la réalisation de tâches et si non, pour quelle(s) raison(s).
- Identifier si le virage numérique pourrait affecter la réalisation de l'habitude de vie et le niveau de satisfaction.
- Identifier le type d'aménagement qui devra être mis en place pour soutenir la réalisation de l'habitude de vie dans le nouveau contexte numérique (dimensions accessibilité, sensori-motrice, cognitive, technique et des codes et conventions).

Afin de faciliter sa complétion et dans le but de réduire les biais interprétatifs, le questionnaire a été complété sous la forme d'entrevues individuelles avec les participants, d'une durée approximative de 60 minutes. Les proches, quant à eux, pouvaient compléter le questionnaire à la maison au moment qui leur convenait le mieux. Le questionnaire se complétait en 30 minutes environ.

Construction de la base de données

Les données ont été entrées dans le logiciel *SPSS* pour des fins d'analyses quantitatives. Les données ont été codées par une assistante de recherche en psychoéducation. Pour chacun des questionnaires recueillis, un code d'identification a été assigné et le type de répondant était indiqué (Valeurs = 1 : personne présentant une DI; 2 : proche).

Pour chacune des 11 habitudes de vie, une variable dichotomique a été créée. Par exemple :

Dans la vie de tous les jours, est-ce que c'est facile ou difficile pour toi de faire des tâches dans la maison ?

 \rightarrow Valeurs : 1 = Facile; 2 = Difficile

Pour chaque déterminant des habitudes de vie exploré, quatre variables devaient être crées afin d'indiquer si la personne réalise ou non la tâche et les modalités d'aide. Le questionnaire comprenait 58 déterminants. Voici l'exemple pour une question :

Tâches domestiques: Est-ce que tu entretiens ta chambre (ex. : faire mon lit, ramasser, nettoyer)?

 \rightarrow Valeurs : 1 = Oui; 2 = Non

Entretien de la chambre : Modalité d'aide ou raison de ne pas faire la tâche

→ Valeurs: 1 = Seul(e), sans aide; 2 = Aide physique; 3 = Rappel verbal et/ou supervision; 4 = Technologie; 5 = Quelqu'un le fait pour moi; 6 = Je ne veux pas le faire; 7 = C'est trop compliqué; 8 = Autre

Entretien de la chambre : Technologie utilisée

→ Texte

Entretien de la chambre : Autre

→ Texte

Entretien de la chambre : Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche?

→ Valeur : 1 = Application pour l'aide à la réalisation de tâches

Entretien de la chambre : Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche?

→ Valeur : 1 = Tablette / téléphone intelligent pour faire des rappels

Entretien de la chambre : Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche?

 \rightarrow Valeur : 1 = Autre

Entretien de la chambre : Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche? (Autre)

→ Texte

Entretien de la chambre : Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche?

 \rightarrow Valeur : 1 = Non

Puis, pour chacune des tâches, des technologies qui pourraient potentiellement soutenir la personne étaient proposées. Les répondants devaient déterminer si celles-ci étaient intéressantes ou non. En voici un exemple :

Enfin, en ce qui a trait à la section concernant les cinq dimensions de l'accessibilité numérique, 25 variables ont été nécessaires. L'exemple suivant démontre comment la dimension de l'accessibilité aux technologies était intégrée dans la base de données :

Au niveau de l'accès aux technologies, est-ce qu'il est difficile ou serait difficile de...

→ Valeur : 1 = Faire l'achat d'une technologie

Au niveau de l'accès aux technologies, est-ce qu'il est difficile ou serait difficile de...

→ Valeur : 1 = Faire le paiement pour la connexion Internet

Au niveau de l'accès aux technologies, est-ce qu'il est difficile ou serait difficile de...

 \rightarrow Valeur : 1 = Autre

Au niveau de l'accès aux technologies, est-ce qu'il est difficile ou serait difficile de...

→ Texte (autre)

Au final, la base de données était composée de 528 variables.

Analyse des données

Des analyses descriptives furent réalisées afin d'établir un portrait d'ensemble des résultats obtenus pour chacune des grandes catégories d'habitudes de vie en fonction du type de participants (personnes présentant une DI et proches). Pour l'ensemble des questions, des tableaux de fréquences ont été créés afin d'obtenir les taux de réponses et ainsi identifier les premières conclusions possibles. Cette première analyse a également permis de convenir du mode de présentation des résultats. Ainsi, la nature des questions de même que la taille de l'échantillon nous ont mené à privilégier une analyse de nature descriptive réalisée pour chacune des 11 grandes catégories d'habitudes de vie. La taille de l'échantillon nous a également mené à privilégier une présentation en fonction des fréquences obtenues au lieu des pourcentages.

Un des objectifs de l'étude était également de réaliser une triangulation des points de vue colligés auprès des personnes présentant une DI et de leurs proches afin d'examiner les points de convergence et de divergence. C'est d'ailleurs pour cette raison que le même questionnaire a été utilisé auprès des deux catégories de participants. Le niveau d'accord entre les participants a d'abord été examiné de manière exploratoire à l'aide des données issues des analyses descriptives. Cet examen a permis de relever certaines tendances, mais limitait les interprétations quant au niveau de convergence ou de divergence des points de vue. Afin de démontrer statistiquement le niveau d'accord ou de désaccord, une analyse des données par une transformation des échelles nominales en données continues fut réalisée. Cette transformation a alors permis de réaliser des analyses descriptives (moyennes) et inférentielles afin d'examiner si des différences signitificatives existaient entre les résultats obtenus auprès des deux catégories de participants (test t). Ces analyses ont également permis de vérifier statistiquement si des catégories d'habitudes de vie représentaient un plus grand niveau de difficulté (analyse de variance et tests post hoc). Le processus de transformation des échelles est explicité dans la prochaine sous-section.

Actions réalisées afin de transformer les échelles nominales et données continues.

Le format du questionnaire et les échelles de cotation privilégiées ne permettaient pas de réaliser des analyses inférentielles. Pour réaliser ces analyses, les chercheurs ont dû procéder à une transformation des données sous la forme de scores. La première étape fut alors de créer une grille de cotation afin d'attribuer un score pour certains choix de réponses proposés dans le questionnaire. Ainsi, pour chacune des activités, les participants devaient identifier si elle pouvait être réalisée seule ou nécessitait un niveau d'assistance particulier. Le choix de réponse seul(e) ou sans aide s'est vu attribuer le maximum de points (score de 4) et témoigne de la capacité de la personne à réaliser l'activité de manière autonome. Pour ce qui est des deux choix de réponses suivants (soutien technologique et rappel verbal ou supervision), ils ont été traités sur le même pied d'égalité avec un score attribué de « 3 ». Ceci s'explique par le fait que les

technologies sont utilisées comme des modalités de rappel ou d'accompagnement de la personne. Ces rappels laissent à la personne la liberté de réaliser la tâche à sa convenance et de manière relativement autonome. L'aide de la part de l'entourage obtient un nombre de points moins élevé (2 points), car elle implique qu'une personne réalise une partie de la tâche pour la personne présentant une DI. Enfin, aucun point n'est attribué si la personne ne fait pas ou ne peut pas réaliser la tâche proposée. Le Tableau 3 présente les scores attribués à chacune des réponses lors de la conversion des échelles utilisées dans le questionnaire.

Tableau 3

Modalités de cotation utilisées pour la transformation des échelles nominales en échelles continues

Choix de réponses dans le questionnaire	Score attribué pour la réponse	
Seul(e), sans aide	4 points	
Soutien technologique	3 points	
Rappel verbal ou supervision	3 points	
Aide de la part de l'entourage	2 points	
Quelqu'un le fait pour la personne	0 point	
La personne ne peut pas le faire	0 point	
La tâche est trop compliquée	0 point	

À la suite de cette première conversion des données, l'équipe a procédé à une analyse descriptive afin d'identifier les données manquantes et les remplacer. Les analyses inférentielles ont ensuite été réalisées.

Avant de présenter les résultats obtenus, rappelons le caractère exploratoire de cette démarche et que l'équipe de recherche n'avait aucune prétention de généralisation des résultats. L'objectif était de mener une première étude sur le sujet afin de (d'): 1) dresser un portrait général de la situation; 2) développer le programme d'activités proposé dans le programme d'intervention sur l'inclusion numérique; et 3) évaluer la pertinence d'approfondir cet aspect dans le cadre d'études ultérieures.

Résultats

Les résultats sont présentés en deux parties. D'abord, les données relatives aux habitudes de vie et dans un deuxième temps, les résultats liés aux cinq dimensions de

l'accessibilité numérique. Avant de le présenter, notons que 22 personnes ont paricipé au projet (11 adultes présentant une DI et 11 proches)².

Résultats en lien avec les habitudes de vie. Afin de bien situer le lecteur, les résultats des analyses de scores sur les habitudes de vie seront d'abord présentés. Ils permettront d'avoir une première idée des habitudes de vie pouvant constituer un plus grand défi pour les personnes présentant une DI.

Le Tableau 4 présente les scores obtenus par habitude de vie pour chacune des catégories de participants. Rappelons que des test t ont été réalisés afin d'examiner si les scores liés aux habitudes de vie étaient significativement différents pour les personnes présentant une DI et leurs proches. Ce processus de triangulation des points de vue révèle que de manière globale (pour l'ensemble des habitudes de vie), il n'existe aucune différence significative entre le point de vue des personnes présentant une DI et leurs proches t(20) = 0.57; p = 0.576. Ainsi, les deux évaluent de manière similaire les défis rencontrés dans la réalisation des habitudes de vie. Ce même constat s'applique lorsque des analyses sont réalisées sur chacun des groupes d'habitudes de vie.

Tableau 4
Scores moyens obtenus pour chacune des habitudes de vie

Habitudes de vie	Moyenne scores des personnes présentant une DI $(n = 11)$	Moyenne scores des proches $(n = 11)$	Résultat test t
Habitation	2,12	2,36	t(20) = 0,480; p = 0,639

² Malheureusement, les questionnaires ne comprenaient pas de sections sur les données sociodémographiques. C'est pour cette raison que le profil précis des participants n'est pas présenté. Cet élément constitue une limite de l'étude et ne permet par de réaliser une généralisation ou un transfert des résultats.

Alimentation	2,81	2,84	t(20) = 0.068; p = 0.947
Hygiène	3,08	2,82	t(20) = 0.734; p = 0.472
Déplacements	2,71	3,53	t(20) = 1,910; p = 0,071
Travail	3,13	3,51	t(20) = 1,325; p = 0,200
Loisirs	3,60	3,57	t(20) = 0.127; p = 0.900
Santé	3,12	3,26	t(20) = 0.628; p = 0.537
Communication	2,97	3,40	t(20) = 0,929; p = 0,364
Budget	1,82	1,78	t(20) = 0.080; p = 0.937
Sécurité	3,42	3,35	t(20) = 0.169; p = 0.868
Gestion du temps	2,23	2,14	t(20) = 0.187; p = 0.854

Étant donné qu'il n'existait aucune différence significative entre les scores des personnes présentant une DI et leurs proches, une moyenne des scores a été calculée pour chacune des grandes catégories d'habitudes de vie afin d'identifier celles posant le plus de difficultés aux personnes (score faible) et celles jugées les plus faciles (score élevé). Le Tableau 5 présente les scores liés aux habitudes de vie en ordre croissant. Rappelons que le score minimum possible est de 0 et le maximum possible est de 4 selon la cotation précédemment présentée dans le Tableau 3.

Le score global moyen pour l'ensemble des habitudes de vie est de 2,89. Ce score révèle globalement que les personnes ont besoin d'une assistance, d'un rappel verbal ou d'une supervision pour la réalisation des habitudes de vie présentées dans le questionnaire. Un examen plus précis des données du Tableau 5 montre que pour nos participants, les activités nécessitant le moins de soutien sont les loisirs, la sécurité, le travail, la communication, la santé et les déplacements. Ces activités obtiennent des scores supérieurs à « 3 ». Par contre, le budget représente un défi pour la majorité des participants (score de 1,80) suivis par la gestion du temps, l'habitation, l'alimentation et l'hygiène.

Tableau 5
Scores liés aux habitudes de vie en ordre croissant

Habitude de vie	Moyenne score $(n = 11)$
Budget	1,80
Gestion du temps	2,18
Habitation	2,24
Alimentation	2,83
Hygiène	2,95
Déplacements	3,11

Santé	3,19
Communication	3,19
Travail	3,32
Sécurité	3,38
Loisirs	3,59

Une analyse de variance à 1 facteur a été réalisée afin d'examiner si des habitudes de vie se révélaient significativement plus complexes que d'autres à réaliser par les personnes présentant une DI. L'analyse de variance à 1 facteur montre qu'il existe effectivement une différence significative des scores entre les habitudes de vie F(10,231) = 8,178; p < 0,001. Afin de voir précisément où se situait les différences, un test post hoc de Scheffé a été réalisé. Les résultats montrent que quatre habitudes de vie semblent particulièrement poser un défi pour les personnes présentant une DI soit le budget, la gestion du temps, l'habitation et l'alimentation. Les scores sur ces habitudes de vie présentées dans le questionnaire.

Afin d'avoir une meilleure idée des défis associés à ces habitudes de vie, les réponses de tous les participants ont été examinées individuellement. Ces analyses de nature descriptives permettent de mieux comprendre en quoi les habitudes de vie peuvent représenter un certain niveau de complexité de même que l'intérêt des personnes pour des technologies qui pourraient les soutenir quotidiennement. Ces résultats sont présentés dans les prochaines sous-sections et en ordre décroissant de complexité.

Budget. La gestion des ressources financières et du budget constitue un défi pour plusieurs participants. D'ailleurs, c'est cette habitude de vie qui obtient le score le plus faible (1,80) et suggère qu'elle est exigeante et complexe pour la majorité des personnes. Lorsque l'on examine plus en détail les résultats, il semble que ce soit plus spécifiquement la planification du budget qui représente le plus grand défi. En effet, la majorité des participants (6 sur 11) mentionnent que cette tâche est trop compliquée ou qu'une personne réalise cette tâche pour eux. Un seul participant mentionne qu'il ne veut pas réaliser cette tâche bien qu'il soit en mesure de la faire sans aide. Le paiement des factures semble également représenter un défi pour les participants à l'étude. Cinq mentionnent qu'une personne réalise cette tâche pour eux. Fait intéressant, deux personnes utilisent des moyens technologiques pour les aider soit le paiement automatique des factures sur Internet. Seulement deux participants disent réaliser cette tâche sans aide.

Notons que dans cette catégorie, le paiement des achats dans les magasins et le retrait d'argent au guichet automatique semblent maîtrisés par une majorité. Pour les achats, certains participants mentionnent utiliser une carte de crédit ou de débit. En ce qui a trait aux retraits

bancaires, une personne mentionne avoir besoin d'aide et aller au comptoir plutôt qu'au guichet. Cinq personnes disent réaliser cette tâche seules.

Lorsqu'interrogées sur les moyens technologiques que les personnes présentant une DI aimeraient utiliser pour les aider à réaliser cette tâche³, les participants mentionnent un(e): 1) technologie qui permettrait de connaître précisément les dépenses réalisées (n = 7); 2) montre ou téléphone intelligent pour payer les achats (n = 6); 3) technologie permettant à la personne de savoir précisément combien d'argent elle possède (n = 4); 4) technologie ou application pour faire des rappels ou pour aider à payer les factures (n = 5); et 5) application qui calculerait le budget automatiquement (n = 5). Élément intéressant, deux participants précisent qu'ils aimeraient posséder une technologie qui les aiderait à retenir les mots de passe.

Gestion du temps. L'analyse des scores en lien avec les habitudes de vie révèle que la gestion du temps est la seconde habitude de vie qui représente le plus grand défi pour les personnes présentant une DI. Le score de 2,18 montre qu'à l'instar du budget, les personnes ont généralement besoin d'une assistance de la part de leur entourage pour réaliser cette habitude de vie. L'analyse plus approfondie des modalités d'assistance nécessaire pour réaliser la tâche montre que plusieurs personnes présentant une DI ont besoin qu'une personne de l'entourage prenne les rendez-vous à leur place (n=7) ou qu'elle note les rendez-vous pour eux (n=4). Un seul participant réalise ces tâches sans aide d'un proche et utilise plus précisément le calendrier sur son téléphone intelligent pour gérer ses rendez-vous.

Il est intéressant de constater que tous les participants mentionnent arriver à l'heure à leurs rendez-vous. Toutefois, l'analyse plus précise des données révèle que les personnes sont assistées pour réaliser cette tâche. En effet, dans la presque totalité des cas un proche conduit la personne à ses rendez-vous ce qui assure la ponctualité.

Pour ce qui est de la planification quotidienne de différentes activités, 4 personnes sur 11 mentionnent qu'elles réalisent cette habitude de vie de manière autonome. Les autres participants mentionnent qu'ils ont besoin d'un rappel ou qu'une personne de l'entourage réalise cette activité pour eux.

Plusieurs solutions technologiques ont également été présentées afin d'aider à la gestion du temps. En ordre de préférence, les éléments suivants ont suscité un intérêt chez les participants : 1) une technologie permettant de rejoindre un intervenant ou professionnel sans

³ Précisons que dans la section du questionnaire abordant les soutiens technologiques, les participants pouvaient cocher un ou plusieurs des choix proposés.

avoir à retenir le numéro de téléphone (bottin imagé) (n = 6); 2) un calendrier sur un ordinateur ou téléphone intelligent qui ferait des rappels pour la prise de rendez-vous (n = 6).

Habitation. La catégorie habitation regroupe les activités en lien avec les tâches domestiques et la planification de la liste d'épicerie. Rappelons que l'habitation fait partie des quatre habitudes de vie représentant un défi pour les personnes présentant une DI. Ainsi, le score global (2,24) suggère que les personnes auraient besoin d'un certain niveau d'assistance pour réaliser ces tâches.

Bien qu'une majorité de participants mentionnent qu'ils entretiennent leur chambre, l'analyse approfondie des résultats montre qu'un rappel verbal ou une supervision est généralement nécessaire pour cinq personnes. Trois participants réalisent, quant à eux, cette tâche de manière autonome. Par contre, un proche mentionne que la personne fait son lit, mais pas les autres tâches. Ce justificatif nous permet de croire que d'autres personnes auraient pu avoir cette interprétation sans l'avoir précisé. Ainsi, il est difficile de savoir précisément ce que l'action « faire la chambre » implique pour les personnes (faire le lit, nettoyer, ranger). Ce manque de précision relatif au questionnaire constitue une faiblesse limitant l'interprétation. En ce qui a trait à l'aspirateur, trois personnes mentionnent qu'une personne le fait pour eux et une personne le fait sans aide.

Enfin, trois personnes disent réaliser leur liste d'épicerie sans aide et trois autres réalisent actuellement cette tâche avec l'assistance d'une technologie (p. ex. prendre en photo les aliments à acheter, faire la liste sur le téléphone intelligent ou à l'aide d'une application comme *Softlist*).

Pour les habitudes de vie relatives à l'habitation, les technologies suscitant un intérêt sont : 1) balayeuse robot (n = 6); 2) application offrant de l'aide pour la réalisation de tâches comme présenter les étapes (n = 3); 3) tablette ou téléphone intelligent pour faire des rappels (n = 3); et 4) faire la liste d'épicerie à partir d'une application ou site Web de l'épicerie (n = 2). Il est intéressant de mentionner que deux solutions proposées n'ont suscité aucun intérêt de la part des participants soit utiliser une application de « notes » pour écrire la liste d'épicerie et utiliser l'appareil photo pour faire une liste imagée. Toutefois, comme il a été mentionné dans le paragraphe précédent, il est possible que les participants n'aient pas choisi l'option de l'appareil photo pour la liste imagée compte tenu qu'ils fonctionnent déjà de cette manière.

Alimentation. L'habitude de vie alimentation présente quatre sous-catégories de tâches à réaliser soit cuisiner des recettes, avoir de saines habitudes alimentaires, repérer et jeter les aliments avariés et utiliser les électroménagers. Comme mentionné précédemment, cette habitude de vie a obtenu un score global de 2,83 la classifiant au 4^e rang des habitudes de vie jugées les plus difficiles à réaliser. Ce score suggère que pour réaliser cette habitude de vie, les

personnes ont généralement besoin d'aide, de supervision ou de rappel. L'analyse plus approfondie montre que pour 7 des 11 participants, la préparation du petit déjeuner ne pose pas de défi particulier et mentionne pouvoir réaliser cette tâche seule et sans aide. Toutefois, concernant le dîner ou le souper, ce nombre tend à diminuer. Ainsi, trois personnes disent réaliser le dîner ou le souper seules. Les participants mentionnent que cette tâche peut être facilitée si le repas est déjà préparé et qu'il suffit de le réchauffer au micro-ondes. Il reste que pour un nombre important de participants à l'étude, la préparation du dîner ou du souper doit être réalisée par quelqu'un d'autre ou nécessite une aide physique ou une supervision. Lorsqu'on interroge plus spécifiquement les participants sur la préparation de recettes, une personne réalise ce type de tâche sans aide. Bien que deux personnes mentionnent trouver des recettes sur Internet, la majorité mentionne que c'est compliqué, qu'elles ont besoin d'une aide physique ou qu'une personne de l'entourage réalise cette tâche pour eux. Pour la préparation des repas et la réalisation de recettes, la majorité des participants (n = 6) mentionnent qu'ils aimeraient pouvoir compter sur une assistance technologique qui pourrait prendre la forme d'une présentation visuelle (photos, vidéos) des étapes de la préparation d'un repas sur un téléphone intelligent ou un cadre photo numérique. Certains ajoutent qu'ils aimeraient également utiliser les sites Internet ou applications de recette (n = 2) ou consulter des vidéos YouTube présentant des recettes (n = 2). Évidemment, ce type de solution technologique a suscité un moindre intérêt pour le déjeuner. Ainsi, sept participants mentionnent ne pas vouloir de soutien technologique pour la préparation du déjeuner. Toutefois, les personnes pour qui cette tâche représente un défi croient que la présentation visuelle des étapes pourrait être aidante.

En ce qui a trait aux saines habitudes alimentaires, notons qu'une seule personne qu'elle peut choisir des repas variés sans aide. Fait intéressant, trois participants mentionnent qu'ils ne veulent tout simplement pas avoir une alimentation saine et variée. Par contre, sept participants indiquent qu'ils aimeraient avoir accès à une application qui donnerait des idées de repas variés. Pour ce qui est de l'identification des dates de péremption, deux personnes mentionnent le faire seules. Toutefois, pour cette tâche, nous observons un écart entre le besoin d'assistance nommé par les personnes et leurs proches. Néanmoins, une tendance se dessine dans les résultats et montre que pour ces tâches, les personnes ont généralement besoin de rappels ou qu'un proche réalise cette tâche pour eux. Certains mentionnent que leur proche présentant une DI ne pense tout simplement pas à réaliser cette tâche. Malgré les difficultés recensées, l'intérêt pour les technologies d'assistance présentées n'est pas aussi important qu'on aurait pu le penser. Ainsi, le frigo intelligent qui indique quand jeter la nourriture est le plus souvent retenu (n = 5), suivi de l'application qui rappelle quand jeter les aliments (n = 4). Six personnes mentionnent ne pas vouloir de technologie pour les aider à réaliser cette tâche.

Enfin, pour l'utilisation des petits électroménagers, l'utilisation du micro-ondes est réalisée de manière autonome par un grand nombre de participants (n = 8) et seulement deux

personnes demandent une supervision et pour une personne, cette tâche est réalisée par un proche. Même chose pour l'utilisation du grille-pain où dix personnes réalisent cette tâche seules. Conséquemment, la presque totalité des personnes (neuf pour le micro-ondes et dix pour le grille-pain) ne veut pas de technologies pour les soutenir dans l'utilisation de ces appareils. Pour ce qui est de la cuisinière, trois personnes l'utilisent sans aide et trois autres disent qu'une personne de leur entourage fait cette tâche pour eux. Pour les autres participants, une supervision est nécessaire et certains d'entre eux précisent qu'ils utilisent seulement les ronds de la cuisinière ou que la cuisinière est utilisée pour réaliser une tâche spécifique par exemple faire cuire des œufs. Parmi les solutions technologiques proposées pour soutenir la réalisation de cette tâche, l'utilisation d'un assistant à la réalisation de tâches montrant en photos et en vidéos comment utiliser la cuisinière et un rappel lumineux pour éteindre la cuisinière oubliée suscitent un intérêt pour quatre participants.

Hygiène. L'habitude de vie liée à l'hygiène arrive au quatrième rang au niveau des scores. Cette habitude est constituée, selon nous, de deux composantes distinctes soit : 1) les activités liées à l'hygiène corporelle et buccale et 2) le choix et l'entretien des vêtements. Toutefois, la réflexion de notre équipe nous porte à croire que les tâches relatives au choix et à l'entretien des vêtements auraient dû être intégrées à l'habitude de vie « habitation ». Afin de ne pas générer de confusion avec les items présentés dans l'outil de collecte de données, nous avons décidé de ne pas faire de changement et de présenter les données telles que consignées dans le questionnaire. Par contre, dans la présente section, les deux thèmes seront traités distinctement.

D'abord, au niveau de l'hygiène corporelle et buccale, nous observons qu'elles ne posent pas nécessairement de grandes difficultés pour les participants à notre étude. Huit participants disent réaliser cette activité sans aide, deux ont besoin de rappel et une personne nécessite une assistance physique. Pour l'activité du brossage de dents, les personnes ne réalisant pas cette activité mentionnent qu'elles n'aiment pas la pâte à dents, oublient de réaliser l'activité ou que le brossage de dents leur donne le goût de vomir.

Pour l'hygiène corporelle et buccale, peu de personnes manifestent un intérêt pour les solutions technologiques présentées. Pour le bain, trois participants mentionnent qu'elles aimeraient avoir une technologie qui signale lorsque le bain est plein et coupe l'eau au besoin et une seule personne trouve intéressante l'idée d'utiliser une technologie indiquant par une coloration de l'eau si elle est froide (bleue) ou chaude (rouge). Pour le brossage des dents, sept participants se sont montrés intéressés par une brosse à dents électrique qui s'arrête automatiquement lorsque le temps de brossage est adéquat. Près de la moitié des participants (n = 5) aimerait avoir un rappel du moment pour se brosser les dents sur une montre ou un téléphone intelligent.

Ce sont les activités en lien avec les vêtements qui semblent poser plus de difficultés dans cette catégorie d'habitudes de vie et plus spécifiquement l'entretien des vêtements. L'analyse approfondie montre que huit personnes mentionnent réaliser cette tâche sans aide et les trois autres personnes ont besoin de rappel ou de supervision. D'ailleurs, un participant présentant une DI mentionne que cette tâche est compliquée à réaliser.

Dans le questionnaire, des propositions de solutions technologiques étaient présentées pour soutenir le choix des vêtements en fonction de la température et des circonstances. Toutefois, peu de personnes ont montré un intérêt pour les solutions présentées. La solution ayant suscité le plus d'intérêt dans cette catégorie est l'application indiquant quels vêtements porter en fonction de la température (n = 4).

Pour les solutions technologiques liées au lavage, seulement trois personnes ont manifesté un intérêt pour des technologies comme : un rappel sur une montre ou téléphone intelligent pour indiquer le moment de faire le lavage, la fin du cycle de lavage et le moment de fin du séchage. Un même nombre de répondants aimerait aussi avoir un assistant à la réalisation de tâche qui leur indiquerait, par le biais de la photo et du vidéo, les différentes étapes pour réaliser le lavage.

Déplacements. Pour les déplacements, la majorité des personnes mentionne qu'elles peuvent se déplacer seules sans aide (n = 8) et deux personnes mentionnent qu'elles utilisent la technologie GPS sur leur téléphone intelligent pour réaliser leurs déplacements. D'ailleurs, dans les choix technologiques proposés, six participants aimeraient que leur téléphone intelligent les aide dans leurs déplacements et cinq voudraient posséder une montre donnant les indications sur le trajet. Pour le choix du moyen de transport à utiliser pour réaliser des déplacements comme passagers, plusieurs participants (n = 6) mentionnent qu'une personne de l'entourage le fait pour eux et la presque totalité des participants (n = 10) disent qu'ils ne veulent pas de soutien technologique pour ce volet spécifique associé à cette habitude de vie.

Santé. Les activités liées à la santé montrent des niveaux variables de difficulté. Pour les participants, la pratique d'activités physiques est réalisée sans aide pour la majorité (n=6). D'autres personnes (n=2) mentionnent avoir besoin de rappel et deux autres personnes mentionnent tout simplement ne pas vouloir faire ces activités physiques. Parmi les modalités de soutien technologique proposées, les personnes démontrent un intérêt pour : une montre qui propose des activités physiques à réaliser (n=4); une application rappelant le moment de réaliser des activités physiques (n=3) ou une application qui encourage à faire des activités (n=2).

Pour quatre personnes, la prise de médicaments nécessite également un rappel. Parmi les modalités d'assistance utilisées, les personnes mentionnent qu'elles possèdent un pilulier. Cinq participants mentionnent toutefois ne pas avoir besoin d'aide pour la réalisation de cette activité. Bien que la majorité des participants (n=7) mentionnent ne pas vouloir utiliser de technologies pour réaliser cette tâche, quatre participants montrent un intérêt pour un pilulier électronique qui indiquerait quand prendre le médicament et à quelle dose. Trois personnes ont également indiqué qu'elles aimeraient avoir une application qui rappellerait quand prendre les médicaments.

Enfin, nous observons une certaine correspondance entre les réponses émises en lien avec la fréquentation des cliniques médicales et les items sur les déplacements à titre de passagers et la gestion du temps. Cet élément est logique étant donné que la fréquentation des cliniques médicales implique une prise de rendez-vous et un déplacement. Ainsi, comme pour les déplacements et la gestion du temps, plusieurs personnes mentionnent que les rendez-vous sont planifiés par une personne de l'entourage et qu'un proche les conduit à leurs rendez-vous médicaux. Seulement deux personnes mentionnent réaliser cette activité sans aide. Une solution technologique suscite un intérêt de la part des participants soit l'application sur téléphone intelligent qui rappelle les rendez-vous (n=5).

Communication. L'habitude de vie liée à la communication inclut des éléments relatifs à l'utilisation de l'ordinateur (courriels, recherches sur Internet) et le maintien des liens sociaux (communications diverses avec les amis ou les proches qui n'habitent pas dans le même lieu de résidence). Notons toutefois que dans le questionnaire proposé, la communication par courriels et l'utilisation de l'ordinateur et de la tablette faisaient partie de deux habitudes de vie distinctes (communication et loisirs). Ainsi, pour faciliter la compréhension et l'analyse des résultats, il a été convenu de rapporter ici les données relatives à l'utilisation de l'ordinateur et de la tablette de la section loisirs.

En ce qui a trait à l'utilisation de l'ordinateur, on observe une différence entre la réponse des proches et celle des personnes présentant une DI pour près de la moitié des participants (5 sur 11). Pour quatre participants, le proche mentionne que la personne est en mesure d'utiliser l'ordinateur tandis que la personne mentionne qu'elle n'a pas accès à cette technologie dans son milieu de vie. Pour une personne la situation inverse s'est produite (le participant présentant une DI mentionne qu'il peut utiliser l'ordinateur tandis que le proche rapporte que la personne n'a pas accès). Pour ce qui est de la tablette électronique, le même phénomène se produit, quatre personnes disent ne pas en posséder à cause des couts relatifs à l'achat. Il est intéressant de noter qu'un participant mentionne utiliser la tablette de manière autonome, mais précise avoir besoin d'aide pour résoudre les difficultés techniques. Ces questions font alors ressortir plusieurs enjeux relatifs à l'accessibilité à ces technologies qui sont nommés dans la dernière

section du questionnaire. D'ailleurs, des explications plus précises en lien avec ce phénomène observé sont rapportées plus loin dans le présent chapitre (voir « Principaux défis rencontrés par les personnes dans leur processus d'inclusion numérique »).

Pour le courriel (consultation et envoi), plusieurs données manquantes sont présentes et cette situation s'explique notamment par le fait que les personnes ne possèdent pas d'adresse courriel (n=4), une personne mentionne avoir déjà eu une adresse qui a été piratée et qui est, par conséquent, inutilisable et une personne mentionne qu'elle ne pense pas aller consulter sa boîte de courriels pour voir si elle a reçu des messages.

En somme, les items relatifs à l'utilisation de l'ordinateur, la tablette, l'Internet et le courriel ne permettent pas de tirer des conclusions claires. Pour ce qui est des technologies pouvant aider les personnes dans l'utilisation de l'Internet ou du courriel, plusieurs choix proposés misaient sur des systèmes de synthèse et de reconnaissance vocale. Voici par ordre d'importance les technologies ayant suscitées le plus grand intérêt : 1) Une application qui lit les pages Internet (n = 5); 2) une application permettant d'utiliser des photos dans les moteurs de recherche (n = 4); 3) une application qui rédigerait les courriels qui seraient dictés; 4) une application permettant de réaliser des recherches sur Internet en parlant à l'ordinateur (n = 3); 5) une technologie qui lirait les courriels (n = 3); et 6) une application permettant d'envoyer des enregistrements vidéo au lieu de courriels (n = 2).

Enfin, pour la catégorie générale sur le maintien des liens sociaux et la communication avec les amis et les proches, la presque totalité des participants à l'étude réalise cette activité de manière indépendante (n=10). Fait intéressant à mentionner, trois personnes précisent qu'elles utilisent des modalités technologiques pour communiquer (SMS, FaceTime, Facebook, Messenger). Par conséquent, plusieurs personnes (n=8) mentionnent ne pas vouloir utiliser des solutions technologiques pour ce volet précis des habitudes de vie.

Travail et occupationnel. Dans notre échantillon, nous remarquons que plusieurs participants semblent avoir inclus dans la catégorie travail, les activités de nature occupationnelles (p. ex. programme d'activité de jour). Notons aussi que dans le calcul des scores, cette activité obtient un score de 3,32 et se retrouve alors dans les habitudes nécessitant une assistance de plus faible intensité. Plus précisément, dans cette catégorie, il semble que de réaliser les tâches demandées en milieu de travail ou occupationnel soit l'activité demandant le plus de supervision ou de rappel. Seulement trois personnes mentionnent réaliser cette tâche seul et sans aide. Par contre, il semble plus facile pour les participants d'identifier les journées de travail et de congé dans le calendrier. D'ailleurs, trois participants mentionnent utiliser le calendrier présent sur leur téléphone intelligent afin de les aider. Près de la moitié des participants présentant une DI mentionnent qu'ils n'ont pas besoin d'assistance afin de suivre

l'horaire de travail (arriver à l'heure et respecter les pauses) et respecter le temps de travail. Les résultats en provenance des proches semblent confirmer cette réalité.

Pour le volet travail et activités occupationnelles, nous constatons que la majorité ne désire pas utiliser de soutien technologique pour cette tâche. Deux personnes aimeraient avoir des rappels (photos, vidéos) sur une montre ou un téléphone intelligent pour soutenir la réalisation des tâches en milieu de travail ou pour les activités de nature occupationnelles.

Sécurité. La catégorie sécurité inclut des activités en lien avec la sécurité du domicile et la prise de contact avec les services d'urgence. L'examen des données révèle que la majorité des personnes disent réaliser plusieurs des tâches seules (fermer les robinets lorsqu'ils ne sont pas utilisés, verrouiller les portes de la maison, regarder si les appareils ménagers sont éteints après usage, contacter les bonnes personnes en situation d'urgence, savoir qui contacter en cas de feu et savoir qui contacter en cas de blessure). Par contre, un participant identifie un défi en lien avec le virage technologique pour la tâche de verrouiller les portes. En effet, il doit activer un système d'alarme ce qui vient compliquer la tâche et fait en sorte qu'il ne peut pas réaliser la tâche seul.

La seule tâche qui semble nécessiter un plus haut taux d'assistance est de fermer les fenêtres selon les circonstances (pluie, froid, vent, départ de la maison, etc.). Pour cette tâche spécifique, quatre personnes mentionnent qu'une personne le fait pour eux. Bien que les personnes semblent avoir un plus haut niveau d'autonomie pour les tâches proposées en lien avec cette habitude de vie, elles ont manifesté un certain intérêt pour les solutions technologiques proposées dont : 1) une porte qu'il est possible de verrouiller à l'aide d'une application sur téléphone intelligent (n = 8); 2) une lumière rouge qui s'allumerait ou un signal sonore pour indiquer qu'un électroménager est toujours allumé (n = 6) ou 3) une application qui appellerait automatiquement les pompiers en cas d'incendie (n = 5).

Loisirs. Les activités liées à l'habitude de vie « loisirs » sont celles nécessitant le moins d'assistance pour l'ensemble des habitudes de vie présentées dans le questionnaire. L'utilisation de la télévision est la seule activité présentée dans le questionnaire qui obtient une réponse unanime. Tous mentionnent réaliser cette activité seuls. Toutefois, six personnes mentionnent qu'elles aimeraient posséder une télévision qu'il est possible d'activer avec la voix. Pour la planification des activités de loisirs, cinq personnes réalisent cette activité seules. Une personne précise qu'elle utilise Internet pour trouver les horaires des films à l'affiche. Une personne mentionne aussi qu'elle a besoin de l'aide d'un proche si l'activité nécessite une inscription formelle.

Principaux défis rencontrés par les personnes dans leur processus d'inclusion numérique. La dernière section du questionnaire permettait d'examiner les défis rencontrés par les participants en lien avec les cinq dimensions du modèle d'accessibilité numérique développé par l'équipe de recherche. Ces questions ont fait l'objet d'analyses de nature descriptives. Étant donné la nature des échelles de mesure, il ne fut possible de réaliser des analyses inférentielles. La synthèse des résultats est présentée dans le Tableau 6.

Les résultats de l'analyse montrent que le plus grand défi des participants en lien avec leur inclusion numérique est l'accès aux technologies. En effet, 8 personnes sur 11 mentionnent que faire l'achat de technologies et payer les frais pour la connexion Internet est difficile. Ces données sont également appuyées par des observations réalisées lors de la passation des entrevues dans les milieux de vie des personnes. Plusieurs personnes vivaient dans des situations précaires et certains participants ont souligné ne pas avoir les ressources financières nécessaires pour avoir accès aux technologies. Cette situation est d'autant plus problématique que l'accès influencera directement les possibilités d'utilisation des technologies et d'en tirer des bénéfices.

Tableau 6

Identification des tâches qui sont difficiles ou seraient difficiles selon les cinq dimensions du modèle d'accessibilité numérique

	Personne présentant une DI	Proche
Accessibilité aux technologies		
Faire l'achat d'une technologie	8	9
Faire le paiement pour la connexion Internet	8	7
Sensorimoteur		
Utiliser un écran de petite taille	1	1
Lire le contenu d'un site internet	3	4
Utiliser l'écran tactile	1	1
Cognitif		

Comprendre les informations écrites sur un site Internet	4	8
Écrire pour faire une recherche sur Internet ou envoyer un courriel	2	4
Comprendre comment fonctionne la technologie	2	1
Technique		
Se connecter à Internet	6	1
Installer les applications que tu veux	2	3
Régler des bogues	4	9
Codes et conventions		
Savoir identifier les personnes avec qui je peux parler ou ne pas parler	1	6
Savoir quel genre de photo je peux partager ou ne pas partager	1	4
Comprendre ce que je peux dire ou ne pas dire dans un espace public sur les réseaux sociaux	1	8

À ces difficultés d'accès s'ajoute la difficulté à résoudre les problèmes techniques qui pourrait se présenter. La connexion à Internet et le réglage des bogues informatiques semblent constituer un défi pour les personnes. D'ailleurs, il est intéressant de constater une différence des points de vue entre les personnes présentant une DI et leurs proches quant aux difficultés liées à la résolution de bogues techniques. En effet, les proches considèrent que cette dimension constitue un défi important tandis que les personnes présentant une DI identifient cette problématique à une plus faible fréquence. Au niveau des dimensions cognitives, c'est la compréhension des informations écrites sur les sites Internet qui est identifiée comme le principal défi. Ici aussi, nous observons une différence entre l'opinion des personnes présentant une DI et celles des proches. Les proches considèrent que cet élément constitue un défi relativement important pour les personnes.

Au niveau sensorimoteur, l'utilisation des écrans des téléphones intelligents ou des tablettes ne semble pas poser une difficulté majeure. Toutefois, les personnes mentionnent avoir de la difficulté à lire l'information présentée sur ces dernières.

Enfin, nous observons également une différence des points de vue entre les personnes présentant une DI et leurs proches pour les éléments relatifs à la compréhension des codes et conventions. Une seule personne rapporte rencontrer des difficultés en lien avec les éléments associés à cette dimension (savoir identifier les personnes avec qui il est possible de discuter ou non, savoir les types de photos qu'il est possible de partager ou non et comprendre ce qui est possible de dire ou de ne pas dire sur les réseaux sociaux). Par contre, lorsque nous examinons les réponses des proches, ces derniers semblent considérer que la compréhension de ces

conventions constitue un défi pour une majorité. D'ailleurs, huit proches mentionnent que le principal défi dans cette dimension est de bien comprendre ce qu'il est possible de dire ou non sur les réseaux sociaux. La majorité (n=6) mentionne également que plusieurs personnes ont de la difficulté à bien identifier les personnes avec qui il est possible d'établir une communication. Enfin, quatre proches mentionnent qu'il est difficile pour la personne présentant une DI de savoir quel type de photos partager sur les réseaux sociaux.

PHASE 3.

ÉVALUATION DE L'IMPLANTATION ET DES EFFETS DU PROGRAMME TASA

Au cours de l'année 2017-2018, un suivi rigoureux de l'implantation du programme TASA au RT21 a permis de documenter scientifiquement les effets des interventions sur la trajectoire d'inclusion numérique des participants. La trajectoire d'inclusion numérique représente l'évolution à travers le temps, des connaissances, des compétences et des habiletés des personnes présentant une DI pour utiliser le numérique (Lussier-Desrochers et al., 2016; Lussier-Desrochers et al., 2017). L'évaluation d'implantation, quant à elle, représente l'« ensemble des approches, stratégies ou méthodes utilisées pour évaluer un programme pendant sa phase d'implantation. » (Joly, Touchette et Pauzé, 2009, p. 119). Celle-ci a deux fonctions, soit d'offrir une rétroaction aux décideurs et de jouer un rôle complémentaire à l'évaluation des résultats (Rossi et al., 2004, cité dans Joly et al., 2009). Ainsi, l'évaluateur doit se centrer sur certaines composantes du programme, et ce, en deux temps distincts, soit à l'implantation initiale (premiers cycles d'intervention, au début du programme) et à l'implantation mature (à la suite de quelques corrections, à la fin du programme). Plus précisément, Chen (2005) cible les critères définissant six composantes à évaluer dans le plan d'action du programme. Il s'agit de : 1) la clientèle ciblée; 2) les protocoles d'intervention et de services; 3) les personnes qui implantent; 4) l'organisation responsable de l'implantation; 5) les partenaires; et 6) le contexte écologique. Ces informations peuvent être recueillies sous forme de questions ou autres stratégies qui permettent de faire l'évaluation (entrevues, questionnaires, journal de bord, etc.). Au final, elles permettent principalement d'informer les gestionnaires du programme quant au contexte d'implantation, à la clientèle, aux ressources nécessaires; bref au processus global de l'intervention (Werner, 2004, cité dans Joly et al., 2009).

Certains de ces éléments ont été observés lors de l'année pilote réalisée en 2016-2017, mais de manière sommaire uniquement. Les informations recueillies auront contribué à documenter la période avant l'implantation. Il s'agissait ainsi d'une phase de « mise à l'essai » du programme pendant laquelle l'équipe du RT21 a fait une première implantation du programme, en vue de son évaluation l'année suivante (Potvin, 2009). Dans le cadre du présent projet, un suivi longitudinal rigoureux a été réalisé afin d'évaluer le processus d'implantation de la version définitive du programme FU-T (nom officiel du programme). Ainsi, des collectes de données ont été réalisées auprès des participants pendant un an (septembre 2017 à septembre 2018). Le processus de collecte de données est présenté dans les prochaines sous-sections.

Participants

Quatre catégories de participants ont été sollicitées pour la recherche.

- 1) Les participants du programme TASA qui présentent une déficience intellectuelle (trisomie 21) (n = 14)
- 2) Un proche répondant (par exemple un parent) de chaque participant présentant une DI (n = 20)
- 3) Les gestionnaires du programme TASA (n = 2)
- 4) L'intervenante et co-animatrice des activités (n = 2)

Outils de collecte des données

Afin d'assurer une triangulation des informations obtenues, nous avons veillé à ce qu'une variété de perspectives soit représentée.

Entrevues avec les participants du programme TASA. Pour les participants présentant une DI, c'est l'entrevue individuelle qui a été privilégiée. Les entrevues ont été réalisées lors de l'implantation du programme (septembre 2017, décembre 2017 et juin 2018). Toutefois, pour examiner le maintien et le transfert à la maison des compétences développées dans le programme, une dernière entrevue a été effectuée 3 mois après la fin du programme (septembre 2018). L'entrevue a été guidée par un canevas d'entretien semi-structuré construit à partir de la modélisation des exigences associées à l'inclusion numérique des personnes présentant une DI (Lussier-Desrochers et al., 2016). Les canevas utilisés ont permis de documenter la trajectoire d'inclusion numérique de chacun des participants et d'en suivre l'évolution sur près d'un an. Ceci permettait d'identifier les facilitateurs et les obstacles d'ordre personnel et environnemental et de faire le suivi des impacts du programme d'intervention sur la réalisation des habitudes de vie, des rôles sociaux, de l'estime de soi et de l'autodétermination. Les entrevues ont également abordé des dimensions liées au programme TASA dont le niveau de satisfaction en lien avec les activités.

Entrevues avec les proches des participants présentant une DI. Ces entrevues réalisées avec les proches visaient à documenter la trajectoire de participation numérique des personnes présentant une DI par le biais de la triangulation des données. Ces entrevues ont aussi été réalisées à quatre reprises (septembre, décembre, juin et septembre). Le canevas permettrait de compléter les informations recueillies auprès des participants.

Grille d'observation des participants. Pour chacune des thématiques (multimédia, cuisine et vie sportive), l'animatrice principale a choisi trois participants représentant une catégorie d'utilisateur des technologies (débutant, intermédiaire et avancé). Ainsi, un total de neuf participants ont été observés quotidiennement. Pour chacune des activités effectuées, les

animatrices colligeaient des observations quant au niveau d'atteinte de l'objectif de l'activité réalisée, le type de soutien demandé par le participant et l'intensité du soutien requis.

Entrevues avec l'intervenante et la co-animatrice des activités. Ces entrevues ont été réalisées avec les deux personnes chargées de la réalisation des activités avec les participants, soit l'intervenante, aussi animatrice principale des activités (ci-après nommée « animatrice ») et de sa co-animatrice. L'objectif était de connaître leurs attentes en lien avec le projet, les défis rencontrés et les facilitateurs. Ces personnes ont également discuté du niveau d'atteinte des objectifs du programme TASA (conserver les acquis académiques, développer l'autonomie dans la réalisation de tâches quotidiennes, accroître le réseau social, faciliter l'intégration de la vie active, participer à la vie de la communauté). Ces entrevues ont été réalisées à trois reprises (septembre 2017, décembre 2017 et juin 2018).

Journal de bord audio complété par l'animatrice. Un journal de bord audio a été complété par l'animatrice du programme sur une base quotidienne. Ce journal de bord a permis de réaliser le suivi de la réalisation du projet dans ses moindres détails. Il permettait de faire les suivis sur les activités réalisées dans le programme et le niveau de satisfaction perçu chez les participants. Le journal de bord documentait également indirectement l'évolution dans l'atteinte des objectifs généraux du programme TASA. Ce suivi rigoureux réalisé tout au long de l'année a été utilisé dans le cadre du développement de la version définitive du programme, le programme FU-T.

Entrevue avec les gestionnaires du programme TASA. Ces entrevues réalisées avec les acteurs-clés responsables du projet visait à documenter les assises du programme TASA (besoins auxquels le programme répond, objectifs poursuivis, activités proposées, profil des participants, retombées attendues, ressources nécessaires, etc.). Ces entrevues, d'une durée prévue de 60 minutes, ont été réalisées dans les locaux du Regroupement pour la Trisomie 21. Elles ont été réalisées au début (septembre 2017) et à la fin du projet (juin 2018). L'entrevue finale réalisée en juin a permis de dresser un bilan de la réalisation du projet.

Les sections suivantes présentent la synthèse des informations recueillies auprès des diverses parties prenantes au programme TASA. Plus spécifiquement, il sera question de : 1) l'implantation du programme lors de l'année pilote; 2) l'évaluation de l'implantation du programme par les gestionnaires et animatrices; 3) l'évaluation des effets du programme selon les dires des participants et des proches; et 4) une synthèse des contributions du programme sur le développement perçu de l'autodétermination, l'estime de soi et la qualité de vie.

AVANT: ANNÉE PILOTE, LE DÉVELOPPEMENT DU PROGRAMME

Bien que le programme contenait un certain nombre d'objectifs prédéfinis, les expériences vécues lors de l'année pilote (2016-2017) ont permis d'identifier une série d'objectifs complémentaires à ceux officiellement identifiés. Neuf objectifs ont été identifiés pour le projet pilote TASA dans le cadre des entrevues: 1) Développer le réseau social des participants; 2) Développer l'assurance; 3) Développer l'autonomie; 4) Assurer un complément d'activités pendant la semaine pour les personnes réalisant déjà des stages; 5) Favoriser les apprentissages; 6) Offrir de nouvelles opportunités aux jeunes de 21 ans ayant terminé l'école; 7) Poursuivre la stimulation et amener les jeunes plus loin; 8) Répondre aux besoins des parents; et 9) Combler un bris de services pour les jeunes ayant terminé l'école. Enfin, les gestionnaires voulaient que le programme se différencie des centres de jour. Il semble aussi qu'un objectif du programme soit de faire «avancer les jeunes d'un cran». Le but du programme est que les participants apprennent à utiliser les technologies comme une aide pour la réalisation de leurs activités quotidiennes.

Les étapes préliminaires à la concrétisation du programme

Il a aussi été possible de mieux cerner les étapes préliminaires qui ont été réalisées afin de concrétiser le projet TASA et de soutenir la réalisation de la première année pilote. Ces actions peuvent se regrouper en quatre catégories: 1) aménagement des locaux; 2) recherche de financement; 3) constitution du parc informatique; et 4) établissement de liens avec des partenaires et collaborateurs. Ces éléments sont explicités dans les prochaines sous-sections.

- 1. Aménagement des locaux. L'une des premières étapes fut l'aménagement des locaux. Le projet TASA se réalise dans les locaux du Regroupement pour la Trisomie 21. Une salle commune a dû être aménagée afin de réaliser les activités. Des changements mineurs ont dû être effectués dans les locaux pour soutenir la réalisation du projet. Toutefois, des activités sportives et une cuisine collective faisaient également partie de la programmation et les locaux du Regroupement ne pouvaient répondre à ces besoins. Des ententes ont alors été réalisées avec le Service des loisirs Angus-Bourbonnière (SLAB) afin de pouvoir louer les espaces à coûts minimes. Ces espaces étaient suffisants pour mener les activités prévues au programme TASA.
- 2. Recherche de financement. La réalisation d'un tel projet exige des ressources financières notamment pour l'achat de matériel et l'embauche de ressources humaines. La recherche de financement est exigeante pour les responsables du projet : « c'est beaucoup de coûts pour l'organisme [...] on travaille beaucoup pour pouvoir aller chercher de l'argent ». On estime entre 35 000\$ et 60 000\$ le coût de réalisation d'un tel projet. Un des gestionnaires est d'avis que le

programme ne sera pas nécessairement rentable la première année compte tenu des coûts associés au démarrage d'une telle initiative.

Le coût est évidemment plus important si les responsables du programme doivent payer pour la constitution du parc informatique. Dans le cadre du projet pilote, les responsables du programme ont pu bénéficier d'un prêt de matériel (16 iPad) qui a réduit considérablement les coûts de fonctionnement du projet. Il est également important de mentionner que les gestionnaires ont été très actifs dans la recherche de commandites et de dons, ce qui leur a permis de couvrir un certain nombre de dépenses. Ils ont également obtenu une subvention pour l'embauche de l'intervenante. Il est d'ailleurs possible d'identifier un certain nombre de postes de dépenses :

- Ressources humaines pour la coordination (administration, lien avec les familles)
- Dépenses pour l'aménagement du local et l'entretien des lieux (augmentation de la fréquence de visite du service d'entretien)
- Dépenses courantes (papier hygiénique, essuie-tout)
- Ressources humaines pour le soutien à l'animation des activités et la gestion des imprévus
- Dépenses afférentes pour les technologies (réseau Wi-Fi, données cellulaires pour les sorties)
- Coûts pour soutenir la réalisation des activités (achat de nourriture pour les activités de cuisine)

De plus, les sources de financement ne sont pas stables, ce qui fait en sorte que la recherche de financements et de commandites doit se réaliser à longueur d'année.

3. Constitution du parc informatique. La réalisation du projet était tributaire de la constitution d'un parc informatique. Ces technologies étaient au cœur du projet TASA et constituaient le moyen principal pour développer l'autonomie des participants. Pour cette première année, les gestionnaires ont pris la décision de constituer un parc informatique uniforme (uniquement des iPad). Cela avait pour avantage de faciliter le travail des différents intervenants : « C'est moins compliqué pour le prof être sur la même plateforme, tout le monde utilise la même sorte de clavier, c'est plus facile ». La réputation du fabriquant a également guidé le choix des produits Apple : « On s'est rendu compte que c'est plus utile, c'est plus user friendly, ça ne plante pas et pour les jeunes c'est facile à comprendre et il y a beaucoup plus d'applications sur le iPad [...] C'est sûr que pour les parents ce n'est pas donné ». Pour la première année, il a été possible de prêter un iPad à chacun des participants pour toute la période de déroulement du projet TASA. Les participants pouvaient alors le configurer à leur guise.

4. Établissement de liens avec les partenaires et collaborateurs. Les gestionnaires considèrent également que la réussite d'un tel projet nécessite la contribution de plusieurs partenaires. Ainsi, dès les premières étapes de réflexion sur les orientations du projet TASA, les gestionnaires ont dû établir des liens avec différents partenaires. Les partenaires de la première année étaient le CREP (pour le soutien pédagogique), le SLAB (pour les locaux et la cuisine collective) et le CPEITC de l'UQTR(pour le prêt de iPad).

Les premiers enjeux rencontrés

La mise en place du programme TASA fut associée à une série d'enjeux qui ont influencé le parcours du projet.

1. Rencontrer les exigences des partenaires. La réalisation du projet en étroite collaboration avec le CREP exige la prise en compte d'un certain nombre de conditions émises de la part de ce partenaire. Une de ces conditions qui affecte directement le programme TASA est le nombre d'heures accordé à l'enseignant pour qu'il anime les activités. En fait, selon l'entente, le contrat de l'enseignant est de 20 heures par semaine. Selon une des gestionnaires, ce nombre d'heures est insuffisant et limite le rôle de l'enseignant à l'intérieur du programme. De plus, ces heures incluent les rencontres administratives ou syndicales de la commission scolaire. Dans ce contexte, le rôle de l'enseignant devient très restreint et se limite généralement à l'animation des activités. Ce dernier ne dispose pas de temps pour réaliser des tâches complémentaires également importantes pour assurer le bon fonctionnement du projet telles que : le suivi avec les parents, l'administration des dossiers des participants, la participation au processus d'inscription, les discussions pour la résolution de problèmes, etc. Ce nombre d'heures limité ne lui permet pas non plus de consacrer du temps pour s'arrimer à l'intervenante sur place :

« Quand j'ai signé le contrat avec le CREP, il y a des choses que je ne savais pas [...] entre autres, il [l'enseignant du CREP] est payé pour les heures qu'il fait. S'il enseigne de 9 à 3, il est payé de 9 à 3. Il n'y a pas de rencontres entre lui et l'intervenante mise à part dans l'informel. Tu as beau avoir quelqu'un de motivé, il aime cela être payé aussi. Alors j'ai appelé au CREP j'ai demandé qu'il soit payé un petit peu plus pour qu'il puisse échanger avec l'intervenante. » (Gestionnaire 1, début du programme de l'année pilote)

« Il [l'enseignant du CREP] n'a pas de temps à l'extérieur [de l'animation des activités]. Il a fallu qu'on négocie. Je pense qu'on a négocié une heure de plus par semaine justement pour qu'il y ait au moins une demi-heure pour se rencontrer [avec l'intervenante du RT21] sans les jeunes et une demi-heure parce qu'il y a une journée que

c'était plus problématique [...] il n'a pas de temps à l'extérieur alors voilà, il fait ses heures ici puis j'imagine qu'il fait du bénévolat à la maison. » (Gestionnaire 2, début du programme de l'année pilote)

2. Assurer la rentabilité du programme. Les gestionnaires doivent également s'assurer que le budget fixé pour le programme est respecté et qu'il n'en découle pas des pertes financières qui affecteront les autres services dispensés par l'organisation.

« Bien c'est sûr que le nombre de participants fait partie de ça [gestion du projet] parce que si on va rejoindre un certain nombre de participants, même si on en a 4 et que les 4 sont super contents, en tant qu'organisme ce n'est pas viable. Ce n'est pas rentable et ce n'est pas nécessairement quelque chose sur laquelle on va mettre toutes nos énergies. Le nombre de participants, je dirais que cela a un gros impact. On a de l'ambition aussi qu'il y en aille plus. » (Gestionnaire 2, début du programme de l'année pilote)

Ainsi, un nombre de participants minimal doit être atteint pour assurer la viabilité et la pérennité du programme TASA.

« Pour partir avec le CREP, il fallait avoir 16 inscriptions. On a réussi à les avoir à deux semaines de la mi-août. Je pense qu'à la mi-août, on ne savait même pas si on le partait [le programme TASA]. [...] Ça [le nombre de participants] été déterminé en se disant que si on en avait 8 par jour c'était rentable. » (Gestionnaire 1, début du programme de l'année pilote)

3. Arrimer le programme TASA aux autres services de la communauté. Le programme exige que les participants se déplacent aux locaux du Regroupement pour réaliser les activités. Toutefois, la majorité des participants réalisent leurs déplacements par le biais du service adapté de la ville de Montréal. Pour certains parents, la participation au programme est remise en question compte tenu de la complexité inhérente à l'utilisation du service de transport adapté. Les résultats d'entrevues semblent aussi démontrer que l'arrimage avec ce service est quelques fois problématique.

« Il y a des parents qui sont arrivés et je leur ai expliqué que, par exemple, le mardi, les départs se font au centre [de loisirs] où est la cuisine collective. Il a des parents qui ont dit que si les départs et les arrivées étaient à la même place, on se serait inscrit. Mais là, vu que c'est deux endroits différents, on n'a pas confiance au transport adapté. Il y a beaucoup de transports adaptés qui nuisent dans notre situation. Ce n'est pas super fiable.

On a une jeune qui a attendu 4 heures ici un mardi soir. La mère appelait. Il y a des impondérables qu'on ne peut pas gérer. » (Gestionnaire 1, début du programme de l'année pilote)

ÉVALUATION DE L'IMPLANTATION DU PROGRAMME SELON LES GESTIONNAIRES ET ANIMATRICES

Les entrevues avec les deux gestionnaires et les deux animatrices du Regroupement pour la Trisomie 21 ont permis d'évaluer : 1) les composantes du programme selon Chen (2005); 2) la trajectoire d'utilisation des technologies; et 3) le niveau d'atteinte de chacun des objectifs fixés au début du programme.

Le plan d'action du programme

Clientèle. Les participants au programme TASA étaient tous, tel que prévu initialement, des adultes présentant une trisomie 21. La majorité demeurait chez leurs parents à l'exception de deux qui demeuraient dans une ressource intermédiaire. Certains utilisaient le transport adapté pour se rendre au RT21, d'autres utilisaient le transport en commun. Certains étaient également en stage quelques journées par semaine. Concernant le niveau d'apprentissage et d'autonomie, les gestionnaires et animatrices ont soulevé des distinctions importantes entre les profils de chaque participant. D'une part, sur le plan de la communication, il y avait des personnes non verbales et d'autres plus verbomotrices. D'autre part, sur le plan des connaissances académiques, certains participants savaient lire et écrire et d'autres pouvaient reconnaitre les lettres avec difficulté. Bref, l'édition 2017-2018 du programme TASA était composée d'un groupe de participants aux profils hétérogènes, dont les personnes responsables ont appris à connaître les besoins et aspirations tout au long de l'année.

« Le profil répond à ce qu'on avait en tête, mais on ne s'attendait peut-être pas à ce qu'ils soient tous à des niveaux aussi différents. Tant au niveau de l'académique, qu'au niveau de leurs connaissances des technologies ou de leurs habiletés à communiquer, la façon dont ils apprennent, la façon dont ils reçoivent l'information. » (Gestionnaire 2, fin du programme)

Raisons de s'inscrire au programme TASA. L'objectif général du programme TASA est d'accroître l'autonomie fonctionnelle des adultes présentant une trisomie 21 avec l'aide de la technologie. En réalité, selon les gestionnaires et animatrices, les participants et leur famille ont également d'autres attentes en s'inscrivant à ce programme. Ils souhaitent en effet conserver les acquis académiques, poursuivre les apprentissages, apprendre à utiliser les technologies, mais également participer à un programme éducatif et non seulement occupationnel. Ainsi, pour la majorité, les attentes de la clientèle cadraient bien avec les visées du programme. D'ailleurs, depuis l'année pilote, plusieurs participants auraient reçu un iPad en cadeau afin de poursuivre leurs apprentissages dans leur quotidien. Pour l'année 2017-2018, voyant les profils et attentes variés des participants, ceux-ci devaient également se fixer des objectifs personnels à travailler.

Processus d'intervention. Au fil des semaines, il semble que l'utilisation de stratégies d'enseignement en individuel ou en sous-groupes ait été privilégiée par le duo d'animatrices. Bien que des animations et enseignements puissent être effectués en grand groupe lorsqu'il s'agit d'activités qui permettent de solliciter différentes forces, les sous-groupes se sont avérés très pertinents. En effet, compte tenu que les objectifs et compétences de chacun des participants étaient très variés, cette stratégie permettait de conserver l'intérêt.

« Plus on avance dans le temps, plus ça se rapproche de l'individuel. Il y a toujours l'idée de faire quelques animations en groupe, des choses qui peuvent être pertinentes pour tout le monde. Même si les forces ne sont pas identiques dans le groupe, il y a moyen d'aller chercher l'ensemble du groupe dans une activité commune. [...] Mais on se rapproche de l'individualisé, parce que les acquis, les compétences, les compréhensions, c'est tellement différent pour chacun. Les intérêts, les objectifs, c'est très variable. » (Animatrice, miprogramme)

Cette formule s'avère toutefois plus exigeante pour les personnes qui implantent le programme, compte tenu du ratio d'un intervenant pour cinq participants. Les activités réalisées étant plus nombreuses et les profils de participants variés, il semble qu'un ratio de 1 : 3 serait plus approprié. La réalité du milieu communautaire ne le permettant pas, les animatrices ont au moins eu l'opportunité de recevoir le soutien de stagiaires pendant quelques semaines.

Personnes qui implantent. Lors des entrevues auprès des gestionnaires et animatrices, il a été possible de constater que le programme TASA, offert au Regroupement pour la Trisomie 21, sollicite la contribution de l'ensemble des membres du personnel de l'organisme communautaire. D'abord, les orientations générales du programme doivent être entérinées par le conseil d'administration qui soutient grandement le projet. Puis, au quotidien, l'équipe du RT21 peut être en contact de près ou de loin avec les participants, que ce soit lors des activités, de déplacements ou lors des périodes de pauses.

Animation. Lors de l'année pilote du programme, un enseignant provenant d'un organisme partenaire au RT21 avait le mandat d'animer les activités tout au long de l'année. Pour le soutenir, une employée du RT21 était à ses côtés afin d'assurer un rôle d'intervenante et de co-animatrice à l'occasion. Lors de la deuxième année, le partenariat a été renouvelé avec une nouvelle enseignante. Toutefois, ce partenariat s'est terminé au cours de l'automne 2017. Dans ce contexte, l'intervenante du RT21 s'est vue confier le mandat d'animer le programme TASA au cours de l'automne. À celle-ci s'est jointe en janvier 2018, une co-animatrice qui connaissait le programme TASA, compte tenu qu'elle y avait fait un stage lors de l'année pilote. Finalement, au cours des deux premières années du programme, l'équipe a pu bénéficier de la présence de

stagiaires à la technique en éducation spécialisée et en sexologie. Une liste de recommandations pour les stratégies d'animation est disponible à la page 99.

Supervisions et travail d'équipe. La responsabilité de planifier, organiser et animer les activités du programme revenait à l'animatrice. Chaque jour du programme, celle-ci envoyait un courriel aux participants afin de leur présenter l'horaire de la journée. À mi-parcours lors de la session d'hiver, une mise au point a été réalisée entre les deux animatrices. En effet, tel que le mentionne la co-animatrice, sa collègue avait besoin de recevoir plus de soutien pour l'animation de sa part.

« À la moitié de session il y a eu un peu d'ajustements à faire, entre [l'animatrice 1] et moi, à savoir, moi je laissais plus aller, « c'est tes journées et je vais t'accompagner pour les participants. » J'ai vu que ma collègue avait peut-être besoin de plus de support dans l'animation, [...] je pense qu'à partir de ça je me suis mieux sentie, on prenait vraiment le temps de s'assoir pour se dire : qu'est-ce qu'on fait cette semaine. » (Co-animatrice, fin du programme).

Cette mise au point aurait permis au duo de mieux définir les rôles de chacune et de réellement travailler en équipe. Elles se réservaient également un moment en début de semaine afin de discuter de l'horaire des activités à venir.

En ce qui a trait aux supervisions et rencontres d'équipe, les animatrices et les gestionnaires s'entendent pour dire qu'elles ont été peu nombreuses. Le programme TASA s'inscrivant à l'intérieur d'une programmation très diversifiée pour la clientèle du RT21, le temps manquait souvent afin que l'équipe puisse se réunir. Toutefois, les rencontres d'équipe qui ont eu lieu ont été grandement appréciées, car elles permettaient de prendre un pas de recul, de réfléchir aux objectifs et activités et d'offrir des commentaires extérieurs aux animatrices. Enfin, les animatrices ont également mentionné que malgré les agendas chargés, elles savaient que leur directrice était disponible si elles ressentaient le besoin de discuter.

Partenaires. Les gestionnaires et animatrices s'entendent pour dire que le programme TASA aurait été plus difficile à implanter sans la présence de partenariats. D'abord, l'association entre le RT21 et l'équipe de recherche (CPEITC) du professeur Dany Lussier-Desrochers du département de psychoéducation de l'UQTR a permis à chaque participant d'avoir accès à un iPad tout au long de l'année. Également, le groupe formé de membres du RT21 et du CPEITC a obtenu une subvention de l'Office des personnes handicapées du Québec pour le développement et la publication du programme FU-T.

Les familles représentent aussi des partenaires importants pour le bon déroulement du programme. En effet, en s'impliquant afin de généraliser les acquis à la maison, en offrant des rétroactions aux animatrices ou en les pistant quant à leurs attentes et objectifs potentiels, les parents contribuent activement à l'implication de leur enfant dans le cadre de ce programme.

L'équipe du RT21 a également pu compter sur un partenaire important pour la réalisation de ses activités sportives, soit le Service des loisirs Angus-Bourbonnière (SLAB) qui offrait l'accès à leurs installations à prix réduit (gymnase, vestiaire, local). Le groupe y passait la journée du jeudi, effectuant un sport le matin et ayant accès à un local pour faire les activités de multimédia en après-midi.

D'autres partenaires dans la communauté ont également présenté une ouverture à collaborer avec le groupe du programme TASA. C'est le cas notamment de l'organisme Spa de la rue, qui venait offrir des massages aux participants à raison d'une fois par mois. L'appui du Centre de ressources éducatives et pédagogiques (CREP) de la Commission scolaire de Montréal vient également s'inscrire dans la trajectoire de développement du programme. La formalisation d'autres partenariats pourrait être envisagée pour les prochaines années selon l'animatrice avec l'organisme Livre de la rue et les bibliothèques de la ville, offrant ainsi l'opportunité à des adultes présentant une trisomie 21 d'interagir dans leur communauté.

Enfin, la présence de stagiaires a offert des ressources humaines non négligeables lors des deux dernières années. En effet, des collaborations avec le Cégep du Vieux-Montréal et l'Université du Québec à Montréal ont permis à des étudiants à la technique en éducation spécialisée et au baccalauréat en sexologie de réaliser un stage auprès d'une clientèle présentant une DI.

« On peut penser aux gens qui nous envoient des stagiaires. Comme partenaires, on a le Cégep du Vieux-Montréal, l'UQÀM avec le stage en [sexo], c'est différentes approches auprès des jeunes. Il y a clairement eu un avantage à être entourés » (Animatrice, fin du programme).

Contexte écologique. Les répondantes s'entendent pour dire que de manière générale, le programme TASA a pu bénéficier d'un contexte organisationnel et social favorable à son implantation.

Contexte organisationnel. L'ajout d'un programme offert à raison de 4 jours par semaine dans un organisme communautaire exige un aménagement des installations, compte tenu que les participants y passent des journées entières. Le programme TASA nécessitait d'avoir accès à une salle suffisamment grande pour accueillir une dizaine de participants et de

pouvoir aménager des tables en sous-groupes. De plus, les participants pouvant ressentir de la fatigue en cours de journée ou des frustrations face à la technologie, un espace de repos, plus en retrait, a été aménagé à même la salle. Une cuisine devait également être accessible pour la journée qui y était consacrée. Enfin, le RT21 possède une seule salle de bain dans ses installations, rendant les périodes de pause plus difficiles à gérer. Les personnes responsables ont d'ailleurs dû ajouter certaines règles au code de vie en ce qui a trait à l'utilisation de la toilette.

Aux dires des gestionnaires et animatrices du programme, le contexte organisationnel du RT21 a été très favorable au développement et à l'implantation du programme TASA. Selon elles, l'équipe « tissée serrée » et le fait d'être une petite organisation a permis de bâtir efficacement le programme. Également, le conseil d'administration a été très aidant lors de périodes plus difficiles, démontrant une sensibilité aux enjeux qui étaient rencontrés (la fin d'un partenariat par exemple).

« Si tu n'as pas une équipe mobilisée, tu ne peux pas partir un programme xyz. Il faut que l'équipe y croit, surtout un projet comme ça de 4 jours par semaine [...] il faut que l'équipe soit motivée » (Gestionnaire 1, fin du programme).

Contexte social. La subvention offerte par l'OPHQ pour l'édition 2017-2018 a permis d'assumer le salaire de l'intervenante (et animatrice), afin qu'elle coordonne le programme, accompagne les participants et développe les activités. Toutefois, les gestionnaires et animatrices s'entendent pour dire que la récurrence du financement représente un enjeu important pour les organismes communautaires. Les personnes présentant une DI ayant des profils et besoins variés, la stabilité du duo à l'animation favoriserait l'adaptation du groupe et la connaissance des objectifs personnels de chacun. D'ailleurs, selon l'animatrice principale, l'offre d'un programme éducatif aux personnes adultes qui présentent une DI en milieu communautaire devrait être valorisée, car elle permet de répondre à des besoins de la clientèle du réseau des services sociaux.

D'un point de vue macrosystémique, les responsables du programme s'entendent pour dire que les personnes qui présentent une déficience intellectuelle ont davantage de place dans la société actuelle. Elles croient que collectivement, nous sommes plus ouverts à voir leur potentiel, ce qui leur permettrait de mieux s'épanouir. D'ailleurs, les animatrices disent avoir été témoins de beaucoup d'ouverture de la part des gens dans leur communauté lors des sorties réalisées à l'extérieur du RT21 (aller à l'épicerie, au gymnase du SLAB, etc.)

L'utilisation des technologies pendant le programme

Accessibilité aux technologies. Au cours de l'année 2017-2018, les activités du programme TASA étaient majoritairement réalisées avec une tablette électronique. Chaque participant avait accès à «son» iPad qu'il pouvait personnaliser pour l'année (fond d'écran, réglages, etc.). À l'occasion, les personnes qui possèdent des appareils personnels tels qu'un téléphone intelligent ou une tablette électronique pouvaient les utiliser lors des pauses ou afin d'installer une application. Pour les animations de groupe, les animatrices avaient accès à un projecteur, des haut-parleurs et un Apple TV. Aucune autre technologie n'a été utilisée pendant le programme. En effet, ce choix a été fait afin d'éviter de semer la confusion auprès des participants : « Je pense que c'est bon qu'on ne se perde pas dans trop de possibilités, pour ne pas trop les mélanger non plus » (Animatrice, mi-programme).

Le potentiel des technologies selon des activités du programme. Le programme étant en cours de développement, il était difficile de prévoir, pour les personnes qui l'implantent, la pertinence des technologies dans chaque bloc d'activités. D'une part, les gestionnaires et animatrices sont unanimes quant au potentiel de la tablette électronique lors de la journée cuisine. Le iPad a entre autres été

Horaire des activités du programme TASA							
Lundi	→ Multimédia						
Mardi	→ Cuisine						
Mercredi	→ Multimédia						
Jeudi	→ Sports→ Multimédia						

utilisé afin de rechercher des recettes, créer une liste d'épicerie, identifier les spéciaux, etc. Certains parents auraient même rapporté aux animatrices que leur enfant présentait un nouvel intérêt pour aider au choix et à la préparation des repas. Les technologies présentent également un potentiel intéressant sur le plan de la communication. Tout au long du programme, les participants ont été encouragés à utiliser les courriels afin de transmettre et recevoir des messages de la part des animatrices, de leurs pairs et de leur famille. Cette activité offrait une nouvelle opportunité de communication aux personnes qui présentent des difficultés d'élocution, de lecture et/ou d'écriture, car le iPad possède les fonctions de dicter un message à envoyer, de lire un message reçu ou de s'exprimer avec des images (emoji). Le iPad présente également une solution intéressante pour les déplacements. Que ce soit pour l'utilisation du transport en commun (horaires et trajets) ou la planification d'un déplacement avec Google Maps, les animatrices considèrent que cet aspect des technologies est favorable au développement de l'autonomie des personnes présentant une DI. Enfin, la tablette électronique est très intéressante sur le plan du divertissement. Avant leur participation au programme TASA, les participants utilisaient majoritairement l'application YouTube selon les animatrices. Le programme aurait alors permis à plusieurs de faire la découverte de nouvelles applications et par le fait même, varier leurs sources de divertissement.

D'autre part, il y a certaines activités pour lesquelles la technologie n'a pas eu les effets escomptés. Les gestionnaires et animatrices du programme TASA s'entendent pour dire qu'il est difficile de trouver une utilisation pertinente du iPad lors des activités sportives. L'objectif étant de faire bouger les participants, la technologie ne semblait pas avoir sa place. Toutefois, afin d'améliorer cet aspect du programme, il pourrait être intéressant d'utiliser d'autres technologies telles que des montres intelligentes (compter les pas, calculer le rythme cardiaque, etc.) ou encore d'établir un partenariat avec des personnes qualifiées afin de prendre en charge la planification des activités physiques. Les animatrices ont également apporté un bémol à certaines activités qui fonctionnaient bien. En effet, lorsque le groupe était trop nombreux, il devenait plus difficile d'utiliser la technologie, les participants ayant des niveaux d'autonomie différents. Par exemple, lors de la journée cuisine, certains pouvaient créer des tutoriels en photographiant chacune des étapes de la recette. Toutefois, il semble que des participants plus avancés et demandant moins de supervision refusaient de faire ces étapes. Par ailleurs, l'utilisation de la tablette électronique lors des déplacements était, bien que fort intéressante, restreinte en raison de l'absence d'accès à un réseau Wi-Fi.

Les capacités sensori-motrices. L'utilisation de la technologie peut présenter certaines difficultés sur les plans sensoriels et moteurs pour les personnes présentant une DI. Les iPad étant prêtés et utilisés sur une base quotidienne, ils devaient avoir une protection adéquate. Un étui rigide était installé sur chacun des appareils, représentant un défi important pour certaines personnes. En effet, il semble que l'étui protecteur complexifiait l'ouverture du iPad et rendait les boutons difficiles d'accès. Malheureusement, peu de solutions pouvaient être mises en place outre l'installation d'un ruban pour un participant, l'aidant à retirer le couvercle de l'étui. Les animatrices réalisaient ainsi des interventions spontanées et invitaient les gens à s'entraider.

L'utilisation de l'écran tactile présentait également des enjeux importants pour plusieurs participants. Au cours de l'année, des difficultés telles que le fait d'appuyer trop fort, pas assez fort, au mauvais endroit, avec l'ongle au lieu de la peau ou d'avoir trop de saleté dans l'écran ont été rencontrées quotidiennement. Encore une fois, des interventions spontanées ont été effectuées et un moment réservé au nettoyage de l'écran a été ajouté à l'horaire. La grosseur des caractères a aussi été augmentée pour certains.

De plus, lors de l'utilisation de la commande vocale, il arrivait que des personnes parlent trop fort ou pas suffisamment fort, faisant en sorte que la tablette ne percevait pas tous les mots. Enfin, le niveau du volume représentait un enjeu pour la majorité des participants. Les animatrices devaient fréquemment réaliser des interventions, car avec ou sans écouteurs, le réglage du volume était trop élevé. Par conséquent, l'une des solutions qui ont été mises en place a été de modifier les réglages de certaines tablettes électroniques afin de diminuer le volume maximal.

La dimension cognitive. L'utilisation des technologies est exigeante sur le plan cognitif à plusieurs niveaux pour les personnes présentant une DI. Les participants du programme TASA ont entre autres, eu l'opportunité d'apprendre à naviguer sur Internet (faire des recherches, visionner des vidéos, etc.) et à communiquer avec divers moyens (courriels, messagerie texte, appels vidéo.) La navigation sur Internet représente l'activité qui a requis le plus de pratique et d'intervention au cours de l'année. Le fait qu'il y ait beaucoup de publicités sur Internet et dans les applications gratuites représente un enjeu soulevé par toutes personnes responsables de l'implantation du programme. En effet, il s'agit de distractions pour les personnes qui présentent une DI qui peuvent les faire déroger de leur tâche, voire même cesser l'utilisation de la technologie. « Lorsqu'il y a trop de publicités, ça pop-up, ils ne comprennent plus où est-ce qu'ils sont » (Co-animatrice, mi-programme). De plus, la compréhension de la démarche pour faire une recherche peut également être complexe, car certains participants ne savent pas écrire ou choisir les mots clés appropriés. Selon les animatrices, les participants devaient également apprendre à développer leur confiance personnelle et à dédramatiser en cas d'erreurs.

Parmi les solutions mises en place, la répétition représenterait une stratégie à adopter dans ce type de programme éducatif. Par exemple, en ce qui a trait aux courriels, les participants pouvaient s'exercer tous les jours en recevant un message tous les matins de l'animatrice les informant de l'horaire de la journée. L'envoi de courriels était également fortement encouragé. Les animatrices ont également développé des tutoriels par rapport à certaines activités, ce qui serait grandement aidant selon elles. Le visionnement du tutoriel d'une application serait également très intéressant. En ce qui concerne les difficultés de lecture et d'écriture, les fonctions Dictée et de lecture disponible sur l'iPad représenteraient des outils efficaces pour les participants. Finalement, de manière plus globale, les animatrices ont fait à quelques reprises des questionnaires via l'application Kahoot! afin de réviser les notions apprises. Elles ont également encouragé l'aide par les pairs lorsque celle-ci était appropriée.

En ce qui a trait aux réseaux sociaux, dont Facebook, Twitter ou Instagram, ils n'ont pas été vus en groupe. Compte tenu qu'il ne s'agissait pas de tous les participants qui avaient un intérêt pour ce type de plate-forme, les responsables du programme ont opté pour des enseignements ou interventions de manière individuelle, lorsque requis. Ainsi, la seule activité qui a été réalisée avec l'ensemble du groupe a été de diffuser sur le projecteur les pages Facebook et Instagram du RT21 afin de voir les nouvelles publications. L'utilisation du site web YouTube, quant à lui, n'a pas eu à être enseignée, la majorité des participants le connaissant tous très bien. Par contre, les vidéos visionnées étaient souvent les mêmes (p. ex., les vidéos de leur chanteuse préférée). Ainsi, les animatrices ont réalisé quelques enseignements afin de montrer aux participants la diversité des contenus disponibles sur ce site. Enfin, les participants

ont également eu l'opportunité d'expérimenter les appels vidéo via l'application Facetime et n'auraient pas eu de difficultés à le faire, selon les animatrices.

La dimension technique. Sur le plan technique, le RT21 a dû se munir d'un réseau Wi-Fi réservé au programme TASA suffisamment puissant pour supporter plusieurs appareils en même temps. De cette façon, les participants pouvaient tous télécharger une application en même temps ou visionner des vidéos sur leur tablette, sans problème. Lorsque des problèmes techniques survenaient (déconnexion du réseau Wi-Fi, bogue d'une application, etc.), les animatrices du programme TASA pouvaient généralement compter sur leurs propres connaissances de l'iPad pour régler ces difficultés. Pour des obstacles plus importants, l'équipe pouvait compter sur le soutien du membre du conseil d'administration du RT21 qui possède des connaissances plus approfondies.

En ce qui a trait à la gestion des mises à jour (du logiciel iOS ou des applications), l'animatrice souhaitait toujours les faire sur son propre appareil en premier, afin de voir les changements apportés ou si une application ne serait plus supportée par exemple. Le sujet a également été abordé avec les participants afin de leur expliquer à quoi servent les mises à jour. Selon l'animatrice, ces notions n'ont pas été comprises par tous les participants. Ainsi, il arrive lors d'activités que certains participants appuient par mégarde sur le bouton pour faire des mises à jour, ce qui peut rendre leur appareil indisponible pour quelques minutes, créant ainsi des frustrations. Les notions concernant la recharge de la batterie étaient également difficiles à comprendre pour certains participants. En effet, bien que le pourcentage de batterie soit affiché sur tous les iPad, il s'agit d'une notion difficile à comprendre pour les participants. C'est donc l'animatrice qui s'assurait, à la fin de chaque journée, de brancher les appareils. Elle a aussi pu compter sur l'aide d'un participant volontaire pour l'aider dans cette tâche.

Un enjeu est également survenu en cours d'année en raison du partage d'iPad entre participants. En effet, lorsque deux participants au programme TASA n'étaient pas inscrits aux mêmes journées d'activités, il était possible qu'ils utilisent la même tablette. Toutefois, certaines contraintes sont survenues lorsqu'un participant supprimait des photos qu'il n'avait pas prises, ne sachant pas qu'elles appartenaient à une autre personne. Des interventions ont ainsi dû être réalisées en ce sens afin de corriger la situation.

Les codes et conventions sociales. Les technologies permettent d'entrer en contact avec d'autres personnes. Dans le cadre du programme TASA, le principal outil de socialisation utilisé a été le courriel. Les participants ont appris à échanger des courriels avec les animatrices, leurs amis et leur famille. Ainsi, les autres plates-formes sociales telles que Facebook, Twitter et Instagram par exemple n'ont pas été enseignées, compte tenu qu'il s'agit de notions trop abstraites.

«Il y en a que ça intéresse juste pas. Je pense qu'on rentre aussi dans tout est sur un mur virtuel. Ce qui serait arrivé, c'est que j'aurais eu plus de face de «j'comprends rien», «j'm'en fou, ça me sert à rien». C'est un mur virtuel, des trucs que tu lances dans l'atmosphère et que tu n'as pas de retour concret. Ça c'est difficile » (Animatrice, fin du programme)

De ce fait, des activités concernant les dimensions publique et privée des messages, accepter ou recevoir des demandes d'amitié et la diffusion de photos par exemple ont été réalisés par une stagiaire en sexologie. Selon les dires des gestionnaires et animatrices, les interventions et animations de la stagiaire en sexologie se réalisaient en individuel ou auprès d'un sous-groupe. Une seule activité fut réalisée en grand groupe, soit celle concernant la publication de messages sur Facebook.

Le niveau d'atteinte des objectifs du programme

Lorsque l'on souhaite apprécier l'efficacité d'un programme d'intervention, il faut entre autres, faire l'évaluation de ses objectifs. Les gestionnaires et animatrices ont ainsi été questionnées quant à leur niveau d'atteinte selon elles. Lors des entrevues, il a été remarqué que les objectifs initialement formulés étaient parfois trop généraux et difficiles à évaluer. Ceux-ci ont été reformulés pour la version officielle du programme (le programme FU-T).

Conserver les acquis académiques. Cet objectif est plutôt difficile à évaluer dans le cadre d'un tel programme. Les personnes responsables du programme ne connaissant pas le niveau de départ de chacun des participants, il est difficile de déterminer leur trajectoire à ce niveau. De plus, l'animatrice principale mentionne qu'elles ont dû se positionner à l'effet que le programme TASA n'est pas dans un contexte scolaire. Ainsi, le développement des connaissances académiques n'est pas de leur ressort. Il a davantage une visée de stimulation et c'est ce qui a été travaillé avec les participants tout au long de l'année.

Développer l'autonomie dans la réalisation des tâches quotidiennes. Aux dires des parents, il semble que des jeunes font preuve de plus d'autonomie dans certaines tâches de la vie quotidienne. Cet objectif est toutefois difficile à évaluer compte tenu que les informations ne sont pas disponibles pour tous les participants. Les animatrices ont tout de même remarqué que des participants démontrent davantage d'autonomie dans certaines tâches liées à l'utilisation de l'iPad par exemple. De plus, la co-animatrice souligne que les activités offertes lors de la journée cuisine sont très pertinentes pour travailler cet objectif.

Accroître le réseau social. Les personnes responsables du programme témoignent d'une belle évolution dans les contacts sociaux à l'intérieur du programme TASA. En effet, les participants ont débuté l'année avec les animatrices qui devaient animer les conversations. Au fil du temps, elles ont remarqué que les participants avaient des conversations entre eux et que des amitiés ont été créées. De plus, une amélioration de certains comportements sociaux, tels que le respect des autres, l'acceptation des agissements des pairs, etc. a été constatée. Il n'est toutefois pas possible de savoir si le réseau social des personnes s'est accru à l'extérieur du programme. Certains avaient déjà d'autres occupations (travail, stages, activités) alors que pour d'autres, le programme TASA représente leur unique réseau social.

Faciliter l'intégration à la vie active. Cet objectif devra être enlevé dans la version finale du programme, compte tenu qu'il est difficile d'évaluer et de contrôler tout ce qui se déroule à l'extérieur des murs du RT21 (au travail par exemple). Par contre, selon l'animatrice principale, il est tout de même possible de déterminer qu'en participant à un programme éducatif et non seulement occupationnel, il s'agit d'une forme de vie active.

Participer à la vie de communauté. Des activités ont permis aux participants d'aller dans la communauté, mais pas suffisamment selon les responsables du programme. Une augmentation des sorties à l'extérieur des locaux du RT21 a été constatée entre l'année pilote et l'édition 2017-2018 du programme, mais une amélioration est encore souhaitée. En effet, des évènements tels que des 5 à 7 où les personnes sont à l'avant-plan seraient très enrichissants pour elles. Il semble donc qu'il y ait encore du travail à faire pour déterminer que ces adultes présentant une trisomie 21 participent activement à la vie communautaire.

Accroître l'inclusion sociale. Selon les gestionnaires et animatrices, l'inclusion sociale représente un objectif global qui va au-delà du programme TASA. À travers ce dernier, les participants développent différentes capacités et formes d'inclusion selon les dires des gestionnaires et animatrices, telles que l'inclusion numérique et communautaire. Bref, il s'agit d'un programme qui contribue à l'inclusion sociale des personnes présentant une DI selon elles.

La reformulation des objectifs pour le programme FU-T. Lors du développement officiel du programme, de nouveaux objectifs ont été rédigés selon l'expérience des deux premières éditions. Celui-ci a pour but de favoriser l'apprentissage et l'utilisation des technologies chez des personnes présentant une DI. L'objectif général du programme est de développer les connaissances et les habiletés des participants en lien avec l'utilisation de l'iPad.

Les perceptions des forces et limites du programme

Le programme TASA représente une nouveauté au sein du Regroupement pour la Trisomie 21 qui a modifié la dynamique de l'équipe. L'offre d'un programme de formation de jour implique une présence hebdomadaire de participants, ce qui n'était pas dans les habitudes de l'organisation. Ainsi, l'ensemble de l'équipe de travail est sollicité et la proximité avec les participants aurait renforcé les liens au sein des employés et créé un sentiment d'appartenance pour tous. Selon les personnes responsables, le programme TASA se démarque, entre autres, en raison de la reconnaissance des habiletés variées de chacun, du fait qu'il fait vivre de nouvelles expériences à des adultes qui ont une trisomie 21 et par sa volonté de développer leur autonomie avec l'aide d'une technologie. De plus, au-delà des apprentissages qu'il est possible de réaliser, le programme TASA permet aux participants de tisser des liens d'amitié, de connaître et développer leur potentiel et de vivre des réussites.

Les expériences des deux premières années du programme TASA ont également permis de voir certains éléments à améliorer. D'abord, les responsables de l'implantation s'entendent pour dire que le financement représente un enjeu qui se doit d'être corrigé. En effet, selon elles, le succès du programme se traduira par une entrée d'argent récurrente qui permettra une stabilité du personnel. D'ailleurs, il semble que les changements d'enseignants ont eu un impact sur la dynamique du groupe. De plus, la description du profil de participants recherchés doit être mieux définie. Cela permettra de reconnaître plus aisément les personnes qui ne cadrent pas dans le programme ou qui n'ont plus leur place, parce qu'elles sont inscrites uniquement afin de socialiser et non de réaliser des apprentissages technologiques par exemple. La réflexion concernant les objectifs personnels des participants représente également un élément qui doit davantage être mis de l'avant en début d'année. En effet, le fait de cibler où les personnes sont rendues dans leur vie et ce à quoi elles aspirent sont des informations pertinentes pour les choix d'activités et projets personnels. Sur le plan du matériel, les animatrices concèdent qu'elles doivent améliorer les supports visuels, compte tenu que l'utilisation seule de l'iPad n'est pas suffisante. De ce fait, des tutoriels ou autres supports visuels pertinents qui peuvent permettre aux participants de réaliser certaines activités de manière autonome peuvent être grandement aidant.

Enfin, considérant les expériences et apprentissages qu'elles ont réalisés en tant que personnes qui implantent le programme TASA, les gestionnaires et animatrices ont émis des recommandations pour des gestionnaires, intervenants et partenaires qui souhaiteraient suivre leurs traces. Ces recommandations sont présentées à la page 101 du présent document. La prochaine section décrit les effets du programme TASA sur la trajectoire d'inclusion numérique des participants.

ÉVOLUTION DE LA TRAJECTOIRE D'INCLUSION NUMÉRIQUE DE PARTICIPANTS

Dans le cadre de la collecte de données, les entrevues semi-dirigées ont été effectuées auprès de 12 participants du programme et 20 proches. Le Tableau 7 présente le portrait des entrevues réalisées auprès des participants et de leur proche. Certains participants pour qui la compréhension ou l'élocution était plus difficile n'ont pas fait les entrevues semi-dirigées et d'autres ont refusé de participer. Un proche a refusé de participer aux entrevues alors que le participant avait accepté. De plus, des grilles d'observation ont été complétées par les deux animatrices du programme concernant des participants ciblés selon leur profil d'utilisateur de technologies (débutant, intermédiaire ou avancé). Au total, neuf participants ont été observés à ce titre.

Dans le cadre des analyses réalisées pour le présent rapport, seules les données de six participants ont été conservées. Pour ce faire, l'équipe de recherche a identifié des critères de sélection afin de faciliter la triangulation des données et de favoriser le tracé de la trajectoire numérique des participants, à l'intérieur du programme ou à la maison. Il s'agit des critères suivants :

- 1. Le participant et son proche devaient avoir participé à toutes les entrevues : 1) au début de l'année; 2) à la mi-année; 3) à la fin du programme; et 4) trois mois après la fin du programme.
- 2. Le participant devait faire partie de l'échantillon ciblé pour compléter des grilles d'observation.

Compte tenu que chaque participant présentait des particularités qui lui étaient propres quant à son utilisation initiale de la technologie et de sa participation au programme (nombre de journées par semaine et les thématiques choisies), une vignette a été rédigée pour chacun d'entre eux. Ces vignettes visent à décrire l'évolution de la trajectoire d'inclusion numérique de ces participants lors de l'année 2017-2018.

^{*}À noter que les noms des participant.e.s sont fictifs et que le genre des participant.e.s et proches peut avoir été changé afin de préserver la confidentialité des répondant.e.s.

Tableau 7

Portrait des entrevues réalisées auprès des participants inscrits au programme TASA et leur proche lors de l'année 2017-2018 (n=21)

	Début		Mi-année		Fin de l'année		Post	
	Participant	Proche	Participant	Proche	Participant	Proche	Participant	Proche
1		X		X		X		
2	X	X	X	X				
3	X	X	X	X	X	X	X	X
4	X	X	X	X	X	X	X	X
5	X	X				X		
6		X			X	X	X	X
7	X	X	X	X	X	X	X	X
8		X		X		X		X
9								
10		X				X		
11								
12	X	X	X	X	X	X	X	
13	X	X	X	X	X	X	X	X
14		X		X		X		X
15		X		X				X
16	X	X	X	X	X	X	X	X
17		X		X		X		
18	X	X	X	X	X	X		X
19								
20	X	X	X	X	X	X	X	X
21	X	X	X	X	X	X	X	X
22	X		X		X		X	
23	X	X	X	X	X	X		X
24	X	X		X		X		X
T	14	20	12	17	12	18	10	13

Vignette de Roxanne La prise d'initiatives au cœur de la trajectoire

D'abord, mentionnons que Roxanne participait pour la première fois à TASA à une fréquence de deux jours par semaine. Plus précisément elle a participé aux activités de cuisine et de multimédia. Les attentes du proche en lien avec Roxanne étaient que le programme la soutienne dans le développement de son niveau d'initiatives. En effet, Roxanne avait de la difficulté à s'occuper par elle-même dans son milieu familial.

Au niveau de l'utilisation de l'iPad, avant sa participation au programme, Roxanne jouait à deux jeux quand on lui présentait la tablette. Toutefois, c'est le proche qui devait allumer la tablette et accéder le jeu. Roxanne avait alors un rôle passif. Elle ne prenait pas elle-même l'initiative et n'avait pas le réflexe de prendre la tablette pour accéder aux fonctions de cet outil. Quelques fois, elle appuyait sur le bouton d'accueil pour consulter l'heure ou la date. Au niveau des technologies utilisées, mentionnons que Roxanne possède son propre appareil photo et lorsqu'elle voyage, elle l'utilise, généralement, pour prendre de belles photos. À ce sujet, le proche mentionne : « Des fois c'est surprenant y'a des maudites belles photos qui peuvent sortir de là, d'autres fois [elle] va prendre des conneries, mais ça arrive souvent qu'il y ait de belles photos qui sortent de là. ». Au niveau du contexte familial, notons qu'un changement technologique est survenu au courant de l'année. En effet, la famille a pris la décision de désinstaller la ligne téléphonique traditionnelle et remplacer le téléphone filaire par un téléphone intelligent. Dans ce contexte, Roxanne a dû développer de nouvelles compétences technologiques afin de répondre au téléphone de la maison.

La participation de Roxanne au programme TASA semble avoir influencé cinq volets de sa trajectoire d'inclusion numérique.

Premièrement, Roxanne a développé un certain nombre de compétences technologiques. Elle a plus spécifiquement approfondi ses connaissances sur l'utilisation de l'appareil photo. Ainsi, elle a appris à : 1) prendre des photos; 2) trouver des photos dans l'album et 3) grossir des images avec les doigts. Toutefois, un élément demeure un défi pour Roxanne même après la participation au programme TASA, soit la difficulté à bien comprendre les modes et les fonctions de l'appareil photo de l'iPad (photo, vidéo, portrait, etc.). Contrairement à un appareil photo traditionnel, la présentation de ces modes est abstraite et le changement de mode se réalise par le biais d'un écran tactile et non pas d'un bouton physique que l'utilisateur doit tourner pour basculer d'un mode à l'autre (appareil photo traditionnel). Il semble également que Roxanne ait de la difficulté à réaliser des cadrages de photo adéquats sur le iPad.

Deuxièmement, nous observons que le programme a changé la trajectoire de Roxanne en lien avec la prise d'initiatives. Il semble qu'en utilisant les technologies dans le programme TASA, Roxanne a exploré de nouvelles façons d'utiliser la tablette (p. ex. utilisation de l'application *Reebee* ou du moteur de recherche Google). Ainsi, à la fin de l'année, le proche mentionne que Roxanne est désormais capable, occasionnellement, d'aller chercher elle-même un jeu sur l'application sans l'aide d'un proche.

Troisièmement, les entrevues nous révèlent également que Roxanne a développé une aisance avec le concept de courriel. Notons que l'utilisation du courriel a fait l'objet d'une activité hebdomadaire réalisée dans le volet multimédia du programme TASA. En effet, au début du programme, elle mentionnait qu'il était difficile pour elle d'utiliser le courriel. Lors de l'entrevue de mi-année, à la même question, Roxanne a mimé l'action d'écrire sur un clavier. À l'entrevue de fin d'année, elle mentionnait qu'il était facile d'utiliser le courriel. Ainsi, par la répétition de l'activité, on note que Roxanne a réalisé une conceptualisation concrète du courriel et que les connaissances et compétences acquises ont permis de développer une certaine aisance en lien avec cette fonction. D'ailleurs, lors d'une observation effectuée au début du mois de juin, alors que les participants devaient aller voir leur boîte de messagerie, l'animatrice mentionne que « C'est la première fois que je voyais [Roxanne] aller dans la bonne application du 1^{er} coup, sans visuel ».

Quatrièmement, on observe une évolution de la trajectoire numérique en lien plus spécifiquement avec l'utilisation de l'application YouTube. Ainsi, au début du programme, le proche devait accompagner Roxanne pour utiliser YouTube, mais graduellement, Roxanne a été en mesure d'aller chercher elle-même de nouvelles vidéos dans la bande de droite. En somme, la trajectoire a évolué, décrivant une compréhension plus précise du fonctionnement de YouTube.

Cinquièmement, à la fin du programme, le proche note que Roxanne a ajouté une nouvelle compétence à son répertoire soit la manipulation de glisser l'écran vers la gauche. Lorsqu'effectuée sur l'écran d'accueil de l'iPad ou d'un téléphone intelligent, cette fonction lui permet d'avoir alors accès aux informations sur la météo. Précisons qu'au début de l'année, Roxanne ne faisait qu'appuyer sur le bouton d'accueil pour avoir accès à l'heure.

Notons enfin que certains éléments constituent toujours des défis pour Roxanne. Par exemple, elle a de la difficulté à : fermer une publicité, reculer dans un navigateur pour aller à la page précédente, faire la mise à jour de l'appareil et charger la pile de l'appareil. En lien avec le dernier point, notons que dans le cadre du programme TASA, Roxanne a appris à interpréter le niveau de charge de la batterie en utilisant l'application *Batterie HD+*. Toutefois, elle n'est pas encore en mesure de réaliser l'action adéquate pour résoudre le problème lorsque la pile est faible (brancher l'appareil). Il y a reconnaissance, mais le transfert de l'apprentissage n'a pas été

réalisé, car à la maison, cette application n'est pas installée sur les appareils. Aussi, notons que Roxanne présente un certain nombre de difficultés pour la résolution de problèmes techniques. Ainsi, on observe que lorsqu'elle est confrontée à de telles situations, elle tente de trouver de l'aide autour d'elle. Dans le cas où aucune aide ne lui est prodiguée, elle abandonnera l'utilisation de la tablette.

Notons aussi que pour Roxanne, l'utilisation du iPad demeure abstraite. Elle semble voir l'iPad de manière globale et générale. Par exemple, quand on lui demande : « Qu'est-ce que tu as appris cette année? », elle mentionne : « J'ai appris le iPad ». Contrairement à d'autres participants, Roxanne n'est pas en mesure de nommer des éléments spécifiques qu'elle a appris. Aussi, lors des entrevues de suivis quelques mois après la fin du projet, on observe un déclin de l'intérêt pour la tablette numérique. Il semble que l'arrêt de la participation au programme TASA et l'absence d'incitation à utiliser la tablette en milieu familial aient mené à une décroissance de l'intérêt pour cet outil avec le temps.

Vignette d'Amélie L'utilisation de la technologie en cuisine

Amélie participait au programme TASA pour une deuxième année. Elle était inscrite à une journée par semaine, soit la journée cuisine. Durant cette journée, l'iPad était utilisé afin d'aider à la réalisation de recettes : rechercher une recette sur Internet, regarder la liste d'ingrédients, rédiger la liste d'épicerie, trouver les spéciaux dans la circulaire, faire les achats à l'épicerie et réaliser la recette. Ainsi, le développement des habiletés à utiliser l'iPad ne faisant pas partie des objectifs de cette journée, Amélie a fait peu d'activités durant l'année qui lui permettait de développer son aisance générale à utiliser la tablette.

Au début du programme, Amélie possédait déjà des technologies Apple, soit un iPad ainsi qu'un iPhone et avait un ordinateur à la maison. Son utilisation des technologies était variée. Elle les utilisait pour le divertissement (écouter de la musique, regarder des vidéoclips, des films ou des séries télévisées, faire des jeux-questionnaires sur des séries télévisées), la communication (utilisation de Messenger, des messages textes, appels vocaux, Skype) et de façon utilitaire (consulter la météo, consulter le site de Vidéotron pour choisir quel film louer au magasin). Elle savait également faire des recherches web et utilisait le moteur de recherche Google pour aller chercher ses vidéos ou jeux-questionnaires. Au niveau sensorimoteur, elle n'éprouvait pas de difficulté à manipuler ses appareils, tant au niveau du clavier et de la souris de l'ordinateur, que pour appuyer au bon endroit sur l'écran tactile de son téléphone intelligent ou de sa tablette.

On note dans les entrevues qu'Amélie fragmente son utilisation des technologies selon des objectifs ciblés. En effet, il semble qu'elle utilise spécifiquement la tablette électronique (iPad) de sa mère pour effectuer certaines actions alors qu'elle pourrait les effectuer sur sa propre tablette. Par exemple, elle consulte la météo ou le site de Vidéotron seulement sur la tablette de sa mère. De plus, elle est en charge du branchement des appareils électroniques et attend un pourcentage précis avant de brancher et débrancher les appareils. Cette fragmentation selon ses objectifs n'a toutefois pas été observée dans le cadre du programme. Elle n'éprouvait pas le besoin de recharger sa tablette selon un pourcentage précis et effectuait toutes les activités à partir de l'iPad qui lui était attribué.

La participation d'Amélie au programme TASA semble avoir influencé quatre volets de sa trajectoire d'inclusion numérique.

Premièrement, on observe une évolution de la trajectoire d'Amélie sur le plan technique. Au début du programme, Amélie savait déjà qui aller voir si elle avait un problème avec sa tablette ou avec le Wi-Fi. À la mi-année, elle savait qu'elle pouvait aller dans les « réglages » pour solutionner ses problèmes de Wi-Fi, mais n'appliquait pas d'elle-même la procédure à suivre. Une évolution a également été remarquée concernant les mises à jour des applications. Celles-ci étaient effectuées par les proches d'Amélie en début d'année et lors de l'entrevue de suivi, on apprenait qu'Amélie avait fait elle-même les dernières mises à jour sur son téléphone intelligent.

Deuxièmement, des apprentissages concrets concernant l'utilisation de certaines applications s'inscrivent dans la trajectoire numérique d'Amélie. Amélie avait plus de facilité à utiliser des applications vues lors de la journée cuisine, telles que l'application Reebee (application de circulaire en ligne), l'application MyFridge (application aidant à la gestion des aliments périmés et non-périmés du garde-manger) et l'utilisation de Safari pour effectuer des recherches de recettes. Les progrès d'Amélie ont d'ailleurs été observés en raison de la répétition de certaines activités. Jusqu'à la mi-programme, son utilisation de l'application Reebee nécessitait parfois le recours à des indications visuelles ou verbales. Puis, à partir du mois de janvier, la navigation dans l'application étant acquise, Amélie était capable de réaliser l'activité sans soutien. Aucun soutien n'était nécessaire par la suite. Également, bien que peu d'activités liées à l'utilisation des technologies soient offertes lors de la journée cuisine, le proche d'Amélie note une augmentation de son nombre de recherches web. En effet, il semble qu'Amélie va sur Google pour faire des recherches sur des lieux où elle a une activité prévue ou concernant les acteurs de séries télévisées.

Troisièmement, le proche d'Amélie note un léger transfert des apprentissages à la maison. En effet, celui-ci mentionne qu'elle est parfois portée à venir l'aider à faire la cuisine.

Toutefois, il semble que la motivation d'Amélie à contribuer à la préparation des repas soit peu présente : « L'autre fois elle voulait faire une omelette, alors là elle m'a aidé, elle a coupé les aliments, mais ça lui arrive pas souvent, car elle est occupée à regarder sa télé, des fois si elle a le temps, si elle me voit couper des choses elle va venir m'aider. »

Quatrièmement, on observe un développement de l'autonomie chez Amélie. Son proche nomme qu'« elle a acquis plus d'autonomie, elle est contente, elle me raconte un peu ce qu'elle a fait, sa part de participation à la recette, elle me donne plus de détails, ce qui fait qu'elle est vraiment fière [...]. Avant, elle m'apportait juste la recette, bien le plat à goûter, mais sans autre précision. ». Toutefois, le fait qu'Amélie participait uniquement aux activités de cuisine lui offrait des opportunités restreintes de développer ses habiletés à utiliser les technologies. On observe tout de même quelques apprentissages technologiques chez Amélie qui peuvent être dus à sa participation au programme TASA.

Vignette d'Arnaud

L'art d'une communication sécuritaire et appropriée

Arnaud participait au programme TASA pour une deuxième année, à raison de deux jours par semaine. Il était inscrit aux activités qui concernaient le multimédia. Il possédait déjà deux appareils Apple (iPad et iPhone). Notons qu'au cours de l'année, son iPad a brisé et a été remplacé par un ordinateur portable Apple (MacBook air). Au début de l'année, Arnaud avait déjà une utilisation très variée des technologies. Il envoyait des messages texte, consultait ses courriels, faisait des appels téléphoniques ou des appels vidéo avec Facetime, utilisait Facebook et Messenger, faisait des recherches web, consultait son compte bancaire en ligne, rédigeait des textes (principalement des critiques de films), consultait l'horaire de cinéma, jouait à des jeux, regardait des vidéos sur YouTube et utilisait l'agenda pour ses rendez-vous. Bref, il utilisait ses technologies à des fins utilitaires, de divertissement et de communication.

Lors de sa participation au programme TASA, Arnaud était déjà en mesure de réaliser la majorité des activités proposées sans soutien. Il présentait également des compétences sur le plan technique. En effet, dès le début de l'année, il branchait ses appareils par lui-même et était en mesure de se connecter au réseau Wi-Fi de son domicile. Arnaud présentait également un niveau d'autonomie important lorsqu'il rencontrait des difficultés avec ses appareils : il tente de le réparer par lui-même, sinon il peut appeler un proche ou demander de l'aide au concierge de son logement. Il s'est même déjà rendu seul dans un magasin Apple pour obtenir de l'aide avec son iPad. En ce qui a trait à l'utilisation sécuritaire des technologies, dont entre autres, la divulgation des données personnelles, Arnaud possédait déjà des connaissances à ce sujet. Il savait qu'il ne faut pas donner son NIP à un inconnu et n'était pas intéressé par les concours qu'il voit sur Internet. Une contradiction est néanmoins observée lors d'une entrevue avec son proche. En effet, au début de l'année, ce dernier rapportait une situation où Arnaud se serait fait demander de l'argent par un inconnu. Il aurait accepté de sortir de l'argent du guichet pour l'inconnu, mais aurait exigé que ce dernier ne regarde pas son NIP lorsqu'il le composait. On observe dans cette situation qu'Arnaud met en application la règle connue (ne pas donner son NIP), mais ne se pousse pas sa réflexion lorsqu'une nouvelle situation se présente à lui.

Bien qu'il soit déjà en mesure de maîtriser de nombreux aspects de la technologie, la participation d'Arnaud au programme TASA semble avoir influencé trois volets de sa trajectoire d'inclusion numérique.

Premièrement, le programme TASA a permis à Arnaud de mieux distinguer les dimensions publique et privée des réseaux sociaux. Dès le début de l'année, Arnaud connaissait déjà plusieurs règles quant aux codes et conventions. Il savait qu'il ne faut pas trop parler aux gens (« les laisser tranquilles ») ou qu'il peut accepter seulement les gens qu'il connaît sur

Facebook. Toutefois, selon son proche, Arnaud mettait des publications sur Facebook qui sont « loin d'être toujours appropriées » et il semble qu'il ne connaissait pas la différence entre un compte privé et public. À la mi-année, Arnaud a appris les conventions pour l'écriture d'un courriel (salutations au début du message et signature à la fin), la publication de messages privés ou publics sur Facebook ainsi que la création d'un groupe de discussion sur Messenger. Le proche du participant mentionne qu'il fait désormais des publications plus appropriées sur Facebook. À la fin de l'année, Arnaud était encore plus habile dans son utilisation de Facebook selon son proche. D'ailleurs, lors de l'entrevue de suivi, son proche nommait qu'Arnaud était en mesure de retrouver d'anciens intervenants pour leur faire des demandes d'amis sur Facebook et qu'il partageait des publications en privé via Messenger. Arnaud semble donc avoir développé une facilité à naviguer dans l'application Facebook et à utiliser les fonctions de l'application. Des règles semblent toutefois avoir été définies pour effectuer des demandes d'amitié Facebook : il doit connaître la personne et s'il s'agit d'intervenants d'un milieu qu'il fréquente, il peut uniquement faire une demande d'amitié lorsque l'intervenant ne travaille plus dans le milieu. Par contre, Arnaud a encore certains apprentissages à réaliser afin d'avoir une utilisation adéquate des réseaux sociaux. En effet, lors de l'entrevue de suivi, il a mentionné avoir ajouté « Iron Man » dans ses amis Facebook, car il le connaît. Arnaud présente un comportement sécuritaire de façon générale, mais pourrait devenir vulnérable si quelqu'un le contacte en se faisant passer pour quelqu'un qu'il connaît ou une célébrité.

Deuxièmement, toujours en lien avec les réseaux sociaux, Arnaud a appris à avoir un comportement plus responsable quant aux contenus publiés. On note d'ailleurs certaines prises de conscience de la part du participant quant à une utilisation sécuritaire et appropriée de Facebook au courant de son année au programme TASA. Par exemple, lors de l'entrevue à la mi-année, il expliquait la distinction entre une photo de lui qui doit être privée et une photo prise sur Internet qui peut être publique. Également, Arnaud a fait la demande au cours de l'année aux personnes responsables au RT21 de lui demander la permission si elles désiraient publier une photo de lui sur Facebook. Lors de l'entrevue de suivi, des améliorations sont encore remarquées, car il expliquait qu'il envoyait uniquement des photos de lui en privé. Lorsque questionné, son proche affirmait justement qu'Arnaud publiait moins de contenus inappropriés sur Facebook : « Il va beaucoup sur Facebook, et là je suis contente, il met, en tout cas, il met un petit peu moins de choses inappropriées. On lui parle beaucoup et à TASA et tout ça, [fak] un moment donné ça nous faisait peur un peu, mais là ça a énormément diminué, [...] ça arrive encore que ce soit inapproprié, mais de moins en moins fréquent ». Il s'agissait d'ailleurs de l'objectif que le proche d'Arnaud souhaitait qu'il travaille au cours de l'année.

Troisièmement, la participation d'Arnaud au programme TASA semble lui avoir permis d'améliorer ses habiletés d'écriture. Que ce soit pour le choix des bons termes pour effectuer une recherche web ou encore d'écrire sur les réseaux sociaux (public ou privé), son proche notait des

acquis: « Je pense que c'est pas mal, je me répète peut-être, une plus grande, toujours d'après moi, je vois pas moi ce qu'il fait concrètement, parce qu'il ne vit pas avec moi, mais il me parle, mais une plus grande confiance par rapport à la sécurité sur les réseaux sociaux, en tout cas il m'en parle [...]. Donc ça, ensuite, c'est clair qu'[Arnaud] aussi a beaucoup plus le désir de communiquer par écrit de diverses façons que ce soit Messenger, en commentant des publications Facebook, courriels, [textos]. Alors il a beaucoup plus le désir et je pense que je commence à voir aussi une amélioration au niveau de son écriture. Donc on comprend un peu plus souvent ce qu'il écrit.»

Vignette de Billy La diversification de l'utilisation de la technologie au cœur de la trajectoire

Billy participait au programme TASA pour la première fois. Il était inscrit à une seule journée, soit celle concernant les activités multimédias. Au début du programme, il possédait un ordinateur et un iPhone et son père avait un iPad qu'il utilisait rarement. Ainsi, son utilisation initiale de ses technologies était principalement pour le divertissement : il écoutait des vidéos sur YouTube, jouait à des jeux sur Internet et écoutait des films sur des sites Web. On remarque tout de même qu'il était en mesure de faire une recherche Web pour accéder à ses jeux ou vidéos. Il pouvait également consulter le site de la Société de transport de Montréal (STM) pour connaître les heures de ses trajets de transport en commun.

La participation de Billy au programme TASA semble avoir influencé quatre volets de sa trajectoire d'inclusion numérique.

Premièrement, Billy a pu ajouter l'emploi du courriel à son utilisation des technologies. À la mi-année, il ne consultait pas ses courriels à la maison et n'exprimait pas le désir de l'essayer. Or, à la fin de l'année, Billy nommait consulter ses courriels à la maison. Il semble toutefois qu'il ne répondait pas systématiquement à ses courriels, son proche rapportant ne pas avoir reçu de réponse lorsqu'elle lui en a envoyé un. Vers la fin de l'année, Billy naviguait de façon autonome dans l'application, allant de lui-même rechercher le courriel de l'animatrice lorsqu'il arrivait le matin. D'ailleurs, un matin où celle-ci n'avait pas envoyé de courriel, Billy a pris l'initiative de lui envoyer un courriel pour l'en informer. On observe alors une aisance pour la navigation dans l'application par le participant, et ce, même s'il ne rédigeait pas de courriels à la maison.

Deuxièmement, Billy a acquis diverses connaissances pendant les activités concernant la résolution des problèmes techniques. À la fin de l'année, il était en mesure de nommer que les « réglages » concernent l'Internet. Lors d'une activité où l'animatrice a interrompu

volontairement la connexion Wi-Fi, Billy a observé une collègue pour régler le problème. Ainsi, lors de la répétition de l'exercice quelques semaines plus tard, Billy était en mesure de reconnecter son appareil au réseau Wi-Fi par lui-même. De plus, lors de l'entrevue de suivi, Billy semblait avoir compris différentes fonctions de l'application « réglages ». Elle lui permet de : 1) connecter ses écouteurs Bluetooth, 2) se connecter au Wi-Fi (il a d'ailleurs appris à se connecter à des Wi-Fi publics au courant de l'année), 3) utiliser le mode « Ne pas déranger », 4) changer de fond d'écran et 5) contrôler toutes les applications de l'iPad. En ce qui concerne la recharge de la batterie, Billy branchait déjà ses technologies tous les jours. Advenant un bogue ou une difficulté technique, il savait qu'il pouvait demander du soutien à son père. C'est d'ailleurs ce dernier qui semblait être en charge de faire les mises à jour.

Troisièmement, on observe une évolution concernant l'utilisation des technologies à la maison. Ce changement semble concorder avec le fait que Billy a reçu un iPad au cours de l'année. Au début de l'année, il faisait seulement des recherches web concernant ses jeux. À la mi-année, on observe qu'il faisait maintenant des recherches sur des bandes-annonces et qu'il était en mesure de rechercher des applications dans l'App Store par lui-même. Lorsqu'il naviguait sur un site Web, il était en mesure de lire les informations qu'il trouvait et de discriminer ce qu'il recherchait. Par exemple, lors d'une recherche d'informations concernant la STM, il a trouvé le site web par lui-même et est allé instinctivement sur la section « Info pratiques » du site. Le proche mentionne lors de l'entrevue de suivi que Billy effectuait désormais des recherches variées et non seulement à des fins de divertissement personnel. En effet, il semble que Billy faisait des recherches en ligne sur l'évolution de l'être humain ou sur la trisomie 21. Ayant participé à des rallye-web au cours du programme où les participants devaient répondre à des questions en effectuant des recherches web, on peut croire que Billy a développé un intérêt à s'instruire à partir d'Internet et la capacité de faire des recherches. En cours d'année, Billy a également pris l'initiative de télécharger les applications vues à TASA sur ses appareils personnels. Il a également commencé à télécharger de nouvelles applications et jeux. Toutefois, notons que Billy ne semblait pas faire la distinction entre une application gratuite et payante à ce moment, car le proche recevait parfois des confirmations d'achat pour certaines applications téléchargées.

Quatrièmement, l'utilisation des technologies de Billy lui aurait permis d'acquérir davantage de maturité au cours de l'année. À la fin du programme, il avait une utilisation plus variée de ses technologies à la maison : 1) ses appareils contenaient des applications éducatives (p. ex. bonhomme pendu) et des jeux; 2) il utilisait désormais le calendrier et était en mesure d'accepter ou de refuser des rendez-vous envoyés par sa mère; 3) écrivait des textes dans l'application « Notes »; 4) consultait la météo quotidiennement; 5) faisait des recherches web; 6) prenait des photos ou vidéos; 7) envoyait des messages textes; 8) faisait des appels via FaceTime; 9) regardait des films ou vidéos sur des sites de « streaming » ou sur YouTube; et

10) utilisait l'alarme pour se réveiller le matin. Le proche de Billy rapportait que depuis son entrée au programme TASA, il avait acquis « de la maturité, [...] il me semble que depuis septembre, je trouve qu'[il] s'affirme plus, tsé moi je suis capable, surtout depuis sa fête, maman j'ai 26 ans, laisse moi faire, je suis capable, j'ai pas besoin que tu m'aides. Tu sais plus dans ce sens-là. C'est comme si [il] avait compris ou décider qu'[il] a de moins en moins besoin et qu'[il] peut faire tout seul plusieurs choses. ». On observe que Billy désirait de plus en plus être autonome et le démontrait dans ses actions alors qu'il se débrouillait seul sur la tablette pour arriver à ses fins.

Vignette de Louis Une trajectoire de transfert des connaissances à la maison

Louis possédait déjà une tablette et un téléphone intelligent *Android* lorsqu'il a participé au programme TASA pour la première fois lors de l'année 2017-2018. Il avait, dès le départ, une utilisation variée de ses technologies: il écoutait de la musique, regardait des vidéos sur YouTube, envoyait des messages texte, faisait des recherches web, était actif sur Facebook, écrivait des textes, se filmait ou prenait des photographies et jouait à des jeux. Louis était inscrit à une journée par semaine, soit celle où l'avant-midi était consacrée à la pratique de différentes activités sportives. En après-midi, les activités offertes concernaient l'acquisition de connaissances en lien avec les habitudes de vie. Ainsi, les interactions avec l'iPad ciblaient principalement les recherches sur le web, l'utilisation du courriel, la découverte de nouvelles applications liées à une habitude de vie déterminée ou la création de montage photos concernant les apprentissages réalisés.

Au cours de l'année, Louis a pu réaliser un changement d'interface pour ses appareils personnels. En effet, à la mi-année, il a reçu un iPad en cadeau et a obtenu un iPhone à la fin de l'année. En complément, la participation de Louis au programme TASA semble avoir influencé quatre volets de sa trajectoire d'inclusion numérique.

Premièrement, Louis a pu améliorer sa compréhension du concept d'accès aux données cellulaires. Au début de l'année, Louis avait certaines connaissances sur les technologies, telles que la nécessité d'avoir accès à un réseau Wi-Fi pour aller sur YouTube ou sur Internet. Il connaissait bien son forfait cellulaire et ses modalités d'utilisation concernant les appels téléphoniques. Par contre, la gestion des données Internet semblait plus problématique pour lui. À cet effet, il lui est arrivé au début de l'année de dépasser son forfait de données et d'avoir des frais supplémentaires. Pour éviter ces situations, le parent a retiré l'accès aux données mobiles sur son téléphone. Malgré cela, Louis, ou l'un de ses amis, a réussi à réactiver les données cellulaires sur l'appareil. Les parents ont alors pris l'initiative de changer le forfait de données. À la fin de l'année, on observe un début de compréhension de la part de Louis concernant le fait que certains usages exigent davantage de données cellulaires et par le fait même, peuvent occasionner des frais supplémentaires (ex. un appel FaceTime).

Deuxièmement, la trajectoire numérique de Louis démontre un développement de ses habiletés techniques. Au début du programme, Louis se montrait déjà débrouillard quant à son utilisation des technologies. Son proche notait qu'il a appris à utiliser la tablette *Android* par luimême et qu'il résolvait certains problèmes techniques. Toutefois, Louis n'était pas en mesure de régler les problèmes liés à la connexion Wi-Fi seul et ne demandait pas d'aide à ce sujet. Une évolution est observée à la mi-année lorsqu'il a appris la procédure pour se connecter au Wi-Fi

(appris en une seule fois à l'aide d'un support visuel et d'indications verbales). Il a même été en mesure d'enseigner la procédure à suivre à un autre participant. Toutefois, à la maison, l'accès au Wi-Fi est utilisé comme une mesure de contrôle et son proche ne souhaitait pas que Louis apprenne à se connecter lui-même au réseau du domicile. En ce qui concerne les demandes de soutien technique, Louis a appris à identifier les ressources nécessaires, à intégrer des apprentissages et à les transposer. Par exemple, il a appris à utiliser une carte iTunes et l'active maintenant seul. Il connaissait la procédure pour faire des mises à jour et se démontrait toujours débrouillard au quotidien. Par exemple, il a utilisé l'appareil photo comme outil pour transmettre des informations à ses proches : « Hier il est allé à son projet X, il a eu des feuilles, là il a commencé ça, [...] il reçoit une feuille, il fait une photo et il l'envoie par texto, soit à son père ou à moi ». Notons que Louis a appris rapidement à utiliser l'iPad : il était en mesure de télécharger sans soutien des applications de l'App Store dès le début du mois d'octobre (avant d'avoir reçu son iPad à la maison) et était capable de réaliser seul une capture d'écran après une seule démonstration de l'animatrice.

Troisièmement, on observe une progression quant à l'adoption d'un comportement sécuritaire en ligne. Louis savait déjà qu'il ne devait pas donner son NIP à des personnes inconnues. Cette compréhension de la dimension privée des données personnelles ne semblait toutefois pas totalement acquise par Louis. En effet, il savait que le mot de passe de son cellulaire devait rester privé, car « ce qu'il y a dedans, c'est personnel ». Mais, il avait aussi tendance à prêter son cellulaire; lorsqu'un ami lui demandait, il pouvait déverrouiller son cellulaire et lui prêter. Louis semble avoir développé un comportement plus sécuritaire en ce sens au cours de l'année, car son proche a rapporté qu'il a appris à ne pas donner son mot de passe : « Avant, il ne voyait pas pourquoi c'était important de conserver son mot de passe pour soi. Maintenant ça semble plus intégré. »

Quatrièmement, Louis a réalisé différents acquis concernant les habitudes de vie qu'il a transférés à la maison. Lorsque questionné sur les apprentissages réalisés, Louis référait explicitement à certaines activités offertes pendant l'année, telles que les habitudes de vie concernant le sommeil, la nutrition et les relations interpersonnelles (par le visionnement d'un film précis), les sports (ballon-planète, le badminton «balloune») et certaines applications. Le programme TASA lui a permis de développer des connaissances, grâce aux notions sur les habitudes de vie, concernant l'alimentation (manger plus sainement en intégrant plus de légumes), l'impact de la lumière bleue sur le sommeil, l'importance du sport et les applications pour faire du sport (8fit). On observe à la fin du programme que Louis faisait la même utilisation de ses technologies qu'en début d'année, mais qu'il avait intégré certains apprentissages en ajoutant des applications vues à TASA (MétéoMédia, 8fit, Sleepcycle et option sommeil dans l'application Horloge). En ce sens, le proche de Louis a mentionné qu'il répétait certaines

activités à la maison comme le fait de changer son fond d'écran ou d'utiliser une application de présentation (Google Présentation) par exemple.

Enfin, un défi important demeure dans la trajectoire d'inclusion numérique de Louis, soit la compréhension des codes et conventions sur l'Internet. En effet, selon son proche, Louis a de la difficulté à discriminer l'information reçue et a tendance à accepter toutes les demandes qui lui sont adressées. Par exemple, lorsqu'il écoute des messages vocaux, il appuie sur la touche « 7 » et il efface tous les messages lorsque la voix enregistrée l'invite à le faire et lorsqu'il y a des publicités intempestives qui apparaissent dans son écran, il appuie systématiquement sur « oui ». Également, son utilisation du réseau social Facebook présenterait certaines lacunes. Louis aurait entre autres, de la difficulté à comprendre le concept de public/privé et à se rappeler de son mot de passe. Ainsi, lorsqu'il n'est plus capable d'accéder à son compte Facebook, il crée un nouveau compte au lieu d'appuyer sur la fonction «mot de passe oublié». Bref, il est habileté à créer un nouveau compte, mais doit demander l'assistance d'un proche pour supprimer les comptes inactifs.

Vignette de Judith Une trajectoire d'utilisation diversifiée grâce aux fonctionnalités disponibles

Judith participait à TASA pour une deuxième année et fréquentait le programme trois jours par semaine, ayant ainsi accès à toutes les thématiques offertes (cuisine, sport et multimédia). Elle possédait un iPad et iPhone. Au début de l'année, Judith utilisait ses technologies principalement pour se divertir (YouTube, jeux). À l'occasion, elle effectuait des recherches sur Google afin d'accéder à des vidéos sur YouTube. Pour y parvenir, elle savait qu'elle pouvait inscrire une lettre dans la barre de recherche et que Google lui proposerait des mots qu'elle connaît. Cette option était facilitante, compte tenu que Judith a de la difficulté en lecture et écriture. Sur le plan technique, elle ne faisait pas ses mises à jour elle-même et était capable de demander de l'aide lorsqu'elle rencontrait une difficulté. Aussi, Judith respectait la vie privée des membres de sa famille et nommait qu'elle ne pouvait pas lire le courriel de sa mère. Elle n'était pas active sur les réseaux sociaux et prétendait même que Facebook est dangereux.

On observe que la trajectoire d'inclusion numérique de Judith a progressé sur quatre volets principaux au cours du programme.

Premièrement, Judith a amélioré ses habiletés sensorimotrices. Au début du programme, elle mentionnait qu'elle appuyait parfois au mauvais endroit sur ses appareils, car les boutons étaient trop petits. Elle avait aussi de la difficulté à voir les lettres et devait parfois grossir les caractères selon son proche. Des améliorations ont été constatées au cours de l'année, pouvant

être expliquées entre autres, par le fait que Judith porte des lunettes depuis l'été 2018. Selon son proche, elle grossissait moins les caractères depuis ce temps. De plus, elle avait moins de difficulté à appuyer au bon endroit, son proche donnant l'exemple qu'elle dépasse moins lorsqu'elle fait des mandalas.

Deuxièmement, Judith a pu élargir ses canaux de communication pendant le programme. Au début de l'année, elle n'utilisait pas ses technologies pour communiquer. Son proche rapportait d'ailleurs : « Elle n'est pas capable encore, elle a un téléphone pour appeler ses amis ou sa famille, avec des numéros programmés, mais comme [Judith] a de la difficulté à écrire et à lire, ce n'est pas quelque chose qu'elle utilise pour communiquer avec ses amis ». Or, à la fin de l'année, on constate que Judith envoyait désormais des messages texte, consultait ses courriels et faisait parfois des appels vidéo (Skype ou FaceTime). C'est grâce à l'activation de certaines fonctions de l'iPad que la participante a réussi à pallier à ses difficultés en lecture et écriture. En effet, elle utilisait les fonctions de dictée (utilisation du micro pour rédiger un texte) et d'énoncer la sélection (faire lire un texte par l'iPad) pour communiquer avec ses proches. Notons que ces deux fonctions ont été travaillées durant le programme TASA. Dans les grilles d'observation, on constate que Judith a eu l'opportunité d'utiliser ces deux fonctions dans plusieurs activités tout au long de l'année. On remarque qu'elle a fait un transfert d'apprentissages à d'autres activités, car elle a commencé à utiliser les messages texte. Par contre, Judith doit développer le réflexe d'aller vérifier ses notifications selon son proche. En effet, si elle n'obtient pas de réponse dans l'immédiat, Judith ne prend pas l'initiative d'aller consulter ses messages texte ou ses messages dans sa boîte vocale à un moment ultérieur.

Troisièmement, on constate une trajectoire d'utilisation des technologies plus diversifiée pour Judith. À la fin de l'année, elle utilisait toujours ses technologies pour se divertir, mais faisait également de l'écriture de textes (retranscrit des livres, fait des listes), prenait des photos, utilisait le réveil-matin, effectuait des recherches Web, consultait ses courriels, faisait des appels vidéos et communiquait par messages texte. On constate d'ailleurs une certaine amélioration du niveau d'autonomie de Judith quant à son utilisation des technologies. Son proche rapportait en effet qu'elle « est plus capable [...] de travailler avec sa tablette, d'aller chercher l'information qu'elle a besoin avec sa tablette». Notons que Judith n'allait pas du tout sur Internet (ni Google, ni YouTube) l'année dernière, soit l'année avant de participer au programme TASA. Sa participation au programme TASA lui a alors permis de découvrir ce qu'est Internet et les possibilités qui s'y trouvent, bien que sa compréhension soit encore à travailler.

Quatrièmement, la compréhension des différentes sources de frais supplémentaires qui peuvent être facturés représentait un défi important pour Judith, mais des améliorations ont tout de même été constatées. Judith savait qu'avant de télécharger une application, elle devait vérifier si elle est gratuite ou payante. Elle était également en mesure de reconnaître lorsque le réseau Wi-Fi ne fonctionnait pas, mais n'était pas en mesure de résoudre le problème d'elle-

même. Qui plus est, elle ne comprenait pas le concept d'utilisation des données cellulaires ce qui aurait entraîné des dépassements de coûts selon son proche. À la fin de l'année, Judith commençait à prendre conscience de son utilisation d'Internet et de la connexion Wi-Fi. Elle savait que son forfait cellulaire ne comprenait pas de données mobiles et que le moteur de recherche Google requiert un accès à Internet. Toutefois, certaines ambigüités demeurent : Judith rapportait qu'il y avait un « ancien YouTube » qui était payant et qu'un « nouveau YouTube» est maintenant gratuit. L'entrevue avec le proche de Judith a permis de comprendre que l'application Safari (interface Internet d'Apple) a été retirée de son iPhone. Ainsi, compte tenu que Judith se rendait sur Google pour accéder à ses vidéos sur YouTube, elle a fait une association entre Safari et YouTube et compris que c'était payant. En utilisant désormais l'application YouTube pour accéder directement à ses vidéos, elle percevait cette option comme étant gratuite. De ce fait, on constate que Judith avait conscience que certaines applications sont payantes et d'autres gratuites, mais n'était pas en mesure de discriminer lorsque l'Internet est requis ou non. Ainsi, elle mentionnait ne pas avoir de jeux sur son cellulaire considérant que c'est cher (utilisation de données mobiles), mais qu'elle en avait sur sa tablette (utilisation du réseau Wi-Fi). Trois mois après la fin du programme, le proche de Judith rapportait tout de même qu'elle commençait à comprendre qu'elle doit utiliser ses données avec précaution.

LES IMPACTS SUR L'AUTODÉTERMINATION, L'ESTIME DE SOI ET LA QUALITÉ DE VIE

Autodétermination

L'autodétermination comprend quatre caractéristiques : l'autonomie comportementale, l'autorégulation, l'autoréalisation et l'empowerment psychologique. Pour qu'un comportement soit autodéterminé, il doit se conduire par un processus où la personne qui est face à un problème évalue les options de comportements possibles selon ses forces et difficultés personnelles, qu'elle anticipe les conséquences de chacune des options et qu'elle fasse un choix éclairé de ce qu'elle fera pour solutionner son problème. Ainsi, elle doit bien connaître ses forces et limites (autoréalisation), elle doit se sentir en contrôle pour régler la situation (empowerment psychologique), réaliser l'action (autonomie comportementale) et tout le processus décisionnel par lequel elle passera correspond à l'autorégulation.

De façon générale, il semble que le programme TASA a permis de développer principalement l'autonomie comportementale chez les participants. Cette caractéristique se définit par « l'ensemble des habiletés d'une personne à indiquer ses préférences, à faire des choix et à amorcer une action en conséquence » (Sands et Wehmeyer, 1996). Les activités réalisées ont permis aux participants de développer des connaissances et compétences dans l'utilisation de l'iPad, ce qui a favorisé leur autonomie quant à l'utilisation de ce dernier. À la fin du programme, on observe une plus grande autonomie comportementale chez tous les participants. Deux proches répondent à la question concernant les acquis de leur enfant par l'utilisation faite des technologies à la maison comparativement à ce qu'ils faisaient auparavant. On pourrait déduire par leur réponse que les participants ont alors acquis de l'autonomie. Deux autres proches mentionnent concrètement qu'il s'agit d'un des acquis de leur enfant grâce à sa participation au programme :

« Euh, ses acquis cette année. Euh, c'est sûr qu'elle a acquis plus d'autonomie. Bah, elle est contente, elle me raconte un peu ce qu'elle a, bon quand elle me montre ses recettes elle me dit c'est quoi sa part de participation à la recette, qu'elle a fait telle ou telle chose avec telle personne. Elle me donne plus de détails ce qui fait que bon, elle est vraiment fière [...]. Enfin bon, elle me tient en détails. Avant, bon, elle m'apportait juste la recette, bien en fait le plat à goûter, mais sans autre précision. » (Proche d'Amélie, fin de l'année)

« Je dirais plus, elle est plus capable d'aller, de travailler avec sa tablette, d'aller chercher de l'information qu'elle a besoin avec sa tablette. » (Proche de Judith, fin de l'année)

De plus, au-delà de la diversification dans son utilisation, les participants ont appris certains aspects techniques, notamment l'application *Réglages* (dans l'optique de résoudre des problèmes techniques qu'ils rencontraient), la connexion au Wi-Fi et la réalisation des mises à jour. Ces aspects permettent également aux participants d'acquérir une plus grande autonomie comportementale, car ils sont maintenant mieux outillés pour résoudre certains problèmes techniques qui arrivent plus fréquemment.

Quelques exemples concrets de comportements autodéterminés ont pu être observés chez différents participants lors des activités du programme TASA. Un premier exemple est lors des deux activités où l'animatrice principale a volontairement déconnecté le réseau Wi-Fi. La première fois, on a pu observer que Billy (participant 21) a appris de nouvelles connaissances et compétences liées à l'autonomie comportementale, soit la procédure à suivre pour se reconnecter au réseau. Lors de la deuxième fois, il fut en mesure de faire la manœuvre par luimême dans les réglages pour se reconnecter. Afin d'être en mesure de régler le problème par lui-même, on peut noter qu'il avait un sentiment de contrôle sur la situation (empowerment psychologique) et qu'il connaissait bien ses capacités (autoréalisation). Face à la situation problématique, il a fait un processus de résolution de problèmes et a évalué intérieurement les possibilités qui s'offraient à lui. De plus, lors de ces mêmes activités, on a pu observer également un comportement autodéterminé chez Arnaud (participant 4), car il a reconnecté le Wi-Fi par lui-même dès la première activité. Compte tenu que l'objectif de l'activité n'était pas de reconnecter le Wi-Fi (les participants ne savaient pas que le Wi-Fi avait été déconnecté de leur appareil), les participants ont dû faire un processus d'autorégulation pour trouver une solution à leur problème.

Tel que mentionné dans sa vignette, la journée où Billy a décidé d'envoyer un courriel à l'animatrice principale pour lui spécifier qu'elle n'avait pas envoyé son courriel matinal quotidien est un autre exemple de comportement autodéterminé. En effet, face à son problème (ne pas voir le courriel), Billy a fait un processus d'autorégulation en évaluant les options possibles devant lui (il a fait quelques tentatives pour résoudre le problème). Par la suite, il a fait une nouvelle régulation voyant que cela ne fonctionnait pas. Il a anticipé les conséquences à l'idée d'envoyer un courriel à l'intervenante (cette dernière serait au courant de la non-réception du courriel) et il a choisi cette option. C'est par son sentiment de contrôle sur son environnement (empowerment psychologique) et par la connaissance de ses capacités (autoréalisation) qu'il a pu faire ce comportement.

Finalement, un autre exemple a été observé chez Judith (participante 13) lors d'une activité où l'objectif était de dessiner manuellement sa carte de réseau social. Pour s'aider à réaliser l'activité, Judith a décidé par elle-même d'aller chercher son iPad personnel et son iPhone et a consulté ses courriels personnels et sa liste de contacts pour compléter sa carte de réseau social. Dans cette situation, on note qu'elle a fait un processus de régulation et a évalué les conséquences (dans ce cas-ci positives) de l'utilisation de ses appareils personnels pour l'aider à la réalisation de la tâche. Pour ce faire, elle avait un sentiment de contrôle sur la situation (empowerment psychologique) et connaissait ses capacités à réaliser le tout (autoréalisation).

Le développement de l'autodétermination est un long processus. En observant les objectifs du programme TASA, il est normal que les changements observés soient au niveau de l'autonomie comportementale. Par les activités offertes, le programme a permis aux participants de développer leurs connaissances et compétences quant à l'utilisation de l'iPad, ce qui est venu influencer positivement leur autonomie comportementale. Par les outils de collecte de données utilisés, il est toutefois plus difficile d'évaluer si une évolution précise s'est vue quant au développement de comportements autodéterminés. On peut voir que le programme TASA a offert des occasions aux participants de faire des comportements autodéterminés par les exemples présentés précédemment. On note cependant que les intervenantes agissaient de façon à optimiser l'autodétermination chez les participants : lorsqu'un participant rencontrait un problème, elles le questionnaient à savoir comment il pourrait solutionner son problème par luimême ou lui faisait faire la manœuvre par lui-même sur son iPad. Ces façons de faire favorisent le développement de la résolution de problème chez les participants et leur permettait de savoir comment faire face au problème s'il apparaissait à nouveau. Ainsi, les participants pourraient décider par eux-mêmes la façon dont ils voudraient résoudre leur situation problématique par la suite, ce qui témoignerait d'un comportement autodéterminé.

Estime de soi

Duclos (2018) décrit l'estime de soi sous 4 caractéristiques distinctes : le sentiment de confiance, le sentiment d'appartenance, le sentiment de compétence et la connaissance de soi. À partir des entrevues semi-dirigées effectuées, quelques exemples ressortent démontrant que les participants ont développé un sentiment de confiance et de la fierté grâce à leur participation au programme. La fierté se caractérise au travers du sentiment de compétence chez les participants.

« [Il] a l'air d'apprendre beaucoup d'affaires et de les retenir pis [il] les amène à la maison pour nous les montrer donc [il] est **fier** de ses apprentissages. Fak, ça pour moi je me dis que c'est bien. Je pense même qu'il y a une notion d'autonomie.

Je ne sais pas encore comment la calculer parce que [Billy], [il] fait beaucoup de choses en même temps, c'est dur d'isoler si c'est juste à cause d'une chose ou l'autre. Tsé, [il] fait des cours d'appartement pis tout ça là, une fois par fin de semaine, mais on trouve que depuis septembre mettons, [il] a comme fait un petit boom de plus d'autonomie. » (Proche de Billy, mi-année)

« Elle a acquis plus d'autonomie, elle est contente, elle me raconte un peu ce qu'elle a fait, sa part de participation à la recette, elle me donne plus de détails, ce qui fait qu'elle est vraiment **fière** [...]. Avant, elle m'apportait juste la recette, bien le plat à goûter, mais sans autre précision. ». (Proche d'Amélie, fin de l'année)

« Je pense que c'est pas mal, je me répète peut-être, mais en tout cas, une plus grande, toujours là d'après mes ... je ne vois pas moi ce qu'il fait concrètement parce qu'il ne vit pas avec moi, mais il me parle. Donc une plus grande confiance par rapport à la sécurité sur les réseaux sociaux. En tout cas, il m'en parle. [...] Donc ça, ensuite, c'est clair que 4 a aussi beaucoup plus le désir de communiquer par écrit de diverses façons que ce soit Messenger, en commentant des publications Facebook, courriels, textos. Alors, il a beaucoup plus le désir et je pense que je commence à voir aussi [...] une amélioration au niveau de son écriture. Donc, on comprend un peu plus, euh, comprend plus souvent ce qu'il veut écrire, ce qu'il écrit. [...] Mais bon une chose aussi qui, bin non standard, mais la fierté de 4 alors par rapport au fait, en tout cas il m'a parlé à quelques reprises, il est très fier d'être utilisé pour aider les autres personnes dans le groupe. Alors, ça pour moi c'est un gros acquis aussi. » (Proche d'Arnaud, fin de l'année)

« Je pense que c'est au niveau de l'autonomie pis ça c'est toujours bin large là. Mais on dirait que c'est... pas de l'autonomie, peut-être plus de la maturité. Pis tsé c'est tu TASA ou c'est toute le reste autour ou c'est toute en même temps ou si c'est juste un affaire on sait jamais là. Mais il me semble que depuis septembre, je trouve qu'[il] s'affirme plus, tsé moi je suis capable, surtout depuis sa fête, maman j'ai 26 ans, laisse-moi faire, je suis capable, j'ai pas besoin que tu m'aides. Tu sais comme plus dans ce sens-là. C'est comme si [il] avait compris ou décider qu'[il] a de moins en moins besoin et qu'[il] peut faire tout seul plusieurs choses. » (Proche de Billy, fin de l'année)

En ce qui a trait aux entrevues avec les participants, un seul participant mentionne précisément avoir développé de la confiance en soi durant l'année, comme le souligne le passage suivant :

« Cette année j'ai appris à **me faire confiance** avec [l'enseignante], de ne pas me laisser dire que je ne suis pas bonne et que je ne serai jamais capable. Ce n'est pas vrai. Je sais que je vais être capable, je suis bonne pis que ça peut arriver de se tromper et de faire des erreurs, mais c'est pas grave on se reprend. C'est ça qui est le fun avec moi. » (Judith, mi-année)

Cette participante nomme également éprouver de la fierté quant à sa participation dans le programme :

« Pour moi, je trouve que TASA, c'est quelque chose que j'aime beaucoup. Je suis très **fière** d'être là avec le groupe pis participer aux ateliers. Pis ce qui est motivant pour moi, c'est que l'année prochaine, moi je reviens au TASA. » (Judith, fin de l'année)

Il est aussi intéressant de noter que lors de l'entrevue de fin d'année, lorsque Judith nomme ce qu'elle fait sur ses technologies, elle commence toutes ses activités par « je suis capable de » : « Moi sur mon cell, je suis capable de faire ma liste d'épicerie avec, je suis capable d'utiliser le micro pour utiliser le courriel, je suis capable d'aller sur YouTube, je suis capable d'aller dans mes Réglages... ». Ces propos semble ainsi révéler qu'elle a un sentiment de compétence lorsqu'elle énumère ce dont elle est capable de faire sur ses technologies. Également, on peut observer un sentiment d'appartenance au groupe lorsqu'elle mentionne être fière d'en faire partie et un sentiment de confiance qui s'est développé au cours de l'année. Ainsi, pour cette participante, on peut conclure que le programme TASA l'a aidé à développer son estime de soi.

Dans le cadre du programme TASA, l'estime de soi n'a pas été mesurée à partir d'un outil précis. Il est alors plus difficile de cibler de façon générale si le programme a développé l'estime de soi chez les participants. Néanmoins, par les verbatim présentés, il est possible de conclure qu'un développement de certaines caractéristiques de l'estime de soi ont été observées chez certains participants.

Qualité de vie

Selon Schalock et Verdugo (2002), la qualité de vie est un concept large qui englobe un total de huit dimensions. Puisque l'objectif du programme TASA n'était pas lié directement au développement de la qualité de vie, il est difficile de qualifier l'évolution des participants à ce

niveau. Néanmoins, l'estime de soi et l'autodétermination font toutes deux parties des éléments de la qualité de vie. En effet, l'estime de soi fait partie de la dimension du bien-être émotionnel, alors que l'autodétermination est une dimension distincte. Par l'évolution de l'estime de soi et de l'autodétermination des participants, on pourrait alors supposé que le programme TASA a favorisé la qualité de vie des participants. Les autres dimensions de la qualité de vie n'ont par contre pas été évaluées dans le cadre du programme. Alors, l'évolution de la qualité de vie est spécifique à ces deux aspects.

PHASE 4.

DÉVELOPPEMENT DU FORMAT DÉFINITIF DU PROGRAMME FU-T : FORMATION À L'UTILISATION DES TECHNOLOGIES

L'élaboration et la rédaction de Le programme FU-T: formation à l'utilisation des technologies (Simonato, Duchesneau, Lussier-Desrochers et Normand, 2019) ont été réalisés lors de l'année scolaire 2017-2018 par la collaboration entre l'intervenante principale (et animatrice) rattachée au programme TASA et l'équipe du CPEITC. Tout d'abord, le programme est décrit selon différentes composantes: 1) mise en contexte et explication du modèle d'exclusion numérique; 2) les objectifs poursuivis; 3) les paramètres du programme (ratio, horaire, thématiques, locaux, stratégies d'animation, etc.); et 4) les informations à connaître avant d'implanter ce type de programme (coût, matériel nécessaire, etc.). Par la suite, toutes les applications ainsi que les sites web utilisés dans le cadre du programme ont été listées par l'animatrice. Une description de chacun de ces éléments est présentée dans le document.

De plus, toutes les activités effectuées pendant l'année ont été répertoriées à l'aide du calendrier de l'animatrice et du journal hebdomadaire qui était envoyé aux familles. Chacune des activités effectuées a été classée dans l'une des sphères de la vie quotidienne ciblée par le programme, soit la communication, les déplacements, le divertissement et l'habitation. La

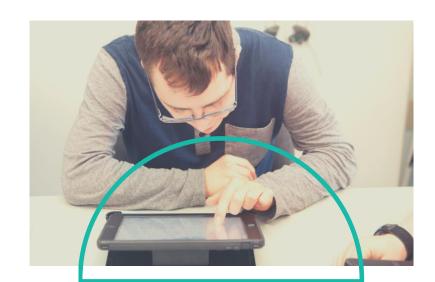
catégorie « base de l'iPad » a été ajoutée aux sphères, car plusieurs activités ont été réalisées appartenant à cette dernière plutôt qu'à une sphère de la vie quotidienne. Des fiches d'activités ont par la suite été créées pour chacune des activités répertoriées. Les informations suivantes étaient colligées pour toutes les activités : (a) titre de l'activité; (b) temps de l'activité; (c) informations pertinentes quant à l'activité; (d) préalables requis afin de la réaliser; (e) les objectifs; (f) les critères d'atteinte des objectifs; (g) un commentaire de la part d'un participant quant à l'activité; (h) le déroulement de l'activité; (i) la classification du degré de difficulté

Fiches d'activités

- Base de l'iPad (9)
- Communication (12)
- Déplacements (2)
- Divertissement (11)
- Habitation (8)

de chacune des exigences d'inclusion numérique par rapport à la réalisation de l'activité. Également, lorsqu'il était jugé pertinent, des propositions de contenu ou de fonctions à découvrir concernant l'application utilisée ont été ajoutées à certaines fiches d'activités. Au total, 42 activités sont incluses dans le programme.

Le document fut soumis à un comité de deux experts qui ont évalué la pertinence des informations contenues et la vulgarisation des fiches d'activités. Par la suite, des ajustements ont été effectués. Le programme FU-T est disponible sur le site Web du RT21 : https://trisomie.qc.ca/



LE PROGRAMME FU-T

PROGRAMME DE FORMATION À L'UTILISATION DES TECHNOLOGIES

UNE COLLABORATION DE :









QUOI FAIRE POUR IMPLANTER LE PROGRAMME

Le Programme FU-T est un programme dont le but est de favoriser l'apprentissage et l'utilisation des technologies. Il peut être implanté dans un organisme communautaire ou une organisation du réseau de la santé et des services sociaux auprès d'une clientèle adulte. Il s'agit d'un programme qui peut être ajouté à une offre de services en tant que programme de formation, à raison de quatre jours par semaine, pendant toute la durée d'année scolaire (septembre à juin). Ces balises peuvent toutefois être modulées en fonction des ressources du milieu qui implante et des besoins de la clientèle.

Objectif général

→ Développer les connaissances et les habiletés des participants par rapport à l'utilisation de l'iPad.

Objectifs spécifiques

- 1. Naviguer de façon autonome à l'intérieur des applications pertinentes initialement incluses dans l'iPad;
- 2. Diversifier l'utilisation de l'iPad;
- 3. Utiliser des fonctionnalités de l'iPad comme moyens pour pallier certaines exigences cognitives (par exemple les difficultés en lecture/écriture);
- 4. Utiliser l'iPad comme outil pour soutenir la réalisation d'activités de la vie courante telles que la communication, la cuisine et l'activité physique.

L'implantation du programme FU-T : recommandations aux gestionnaires

L'implantation du programme FU-T nécessite d'avoir une équipe de travail motivée et mobilisée envers le projet. Il s'agit d'une offre de services qui peut être exigeante en termes de temps et de ressources financières, mais dont les retombées pour la clientèle sont fort intéressantes (inclusion sociale et numérique). Voici donc quelques éléments à réfléchir et actions à accomplir avant d'implanter le programme FU-T:

- Avoir une source de financement récurrente (stabilité du personnel) ;
- Avoir accès à des locaux adéquats (local d'activités et salles de bain) ;
- Avoir plusieurs inscriptions pour favoriser la dynamique de groupe ;
- Développer des partenariats dans la communauté (bibliothèque, service de loisirs, etc.);
- Planifier des rencontres d'équipes formelles ; permets de prendre du recul et réfléchir au déroulement du programme.

L'animation du programme FU-T : recommandations pour les intervenants et animateurs

L'animation du programme FU-T avec une clientèle vivant des situation de handicap, telle que les personnes qui présentent une déficience intellectuelle, exige des intervenants et animateurs d'avoir de bonnes capacités d'adaptation. Il faut effectivement savoir s'adapter au groupe qui peut être différent d'une journée à l'autre et de savoir composer avec les imprévus (humeur des participants, bogues techniques, etc.) De plus, il faut réussir à créer une dynamique de groupe, tout en étant en mesure de s'adapter aux capacités et limites de chacun. Ainsi, différentes stratégies d'animation et approches pédagogiques doivent être utilisées. En voici quelques-unes :

Stratégies pour l'animation des activités du Programme FU-T

- → Formuler des objectifs réalistes
- → Offrir des projets individualisés
- → Proposer des défis atteignables
- → S'adapter aux participants qui arrivent en cours d'année
- → Prendre en compte les compétences et capacités technologiques de chacun
 - Compétences de bases sur l'iPad
 - o Connaissances sur les fonctions technologiques
 - o Connaissances initiales en lecture et écriture

Diversité des approches pédagogiques pouvant être utilisées

- → Approches individualisées à certains moments (guider)
- → Enseignement de groupe et démonstration avec le projecteur
- → Favoriser l'autonomie dans le processus d'apprentissage
- → Mentorat
- → Prévoir des périodes de temps pour pratiquer
- → Fractionner les contenus d'apprentissage
- → Proposer des jeux-questionnaires
- → Utiliser des repères visuels
- → Utiliser des tutoriels vidéo
- → Répétition
- → Susciter la motivation
 - o Rétroaction sur les acquis
 - o Interpeler les participants individuellement
 - Offrir de la stimulation

Recommandations pour les partenaires du programme FU-T

Le succès et le rayonnement du programme FU-T peuvent être favorisés par le développement de partenariats au sein de la communauté. En plus de permettre la consolidation ou le développement de nouveaux liens dans son milieu, l'organisation qui implante peut favoriser l'inclusion sociale de sa clientèle en développant des partenariats. Pour assurer le succès de ces liens de collaboration, deux recommandations ressortent :

- Communiquer les besoins et limites de chacun des partenaires ;
- Respecter les partenaires et leurs demandes.

Un programme qui s'adapte à la réalité de l'organisation qui l'implante

Bien que différentes balises et recommandations soient proposées, le programme FU-T représente un répertoire d'activités dont le contexte d'implantation peut être ajusté. Ainsi, les personnes qui implantent doivent choisir, entre autres, si elles souhaitent avoir un groupe ouvert ou fermé, la ou les clientèles cibles, le groupe d'âge souhaité, la durée du programme, la fréquence des activités, etc.

Les participants devraient-ils terminer le programme ?



Ce que l'on souhaite, c'est qu'ils partent parce qu'ils ont d'autres opportunités; que TASA leur ait permis d'avoir de nouvelles opportunités, d'avoir développé certaines habiletés.



- Gestionnaire du programme TASA

CONCLUSION

L'arrivée des technologies est venue transformer la vie des citoyens. De nos jours, pratiquement la totalité de la population utilise quotidiennement au moins une technologie de l'information et de la communication. Ces transformations peuvent présenter un défi pour les personnes présentant une déficience intellectuelle. En effet, on observe une « fracture numérique » entre la situation actuelle des personnes présentant une DI et les autres citoyens. De plus, par ces transformations rapides, peu de programmes existent pouvant soutenir les personnes présentant une DI dans le monde numérique. En ajout à cette problématique, on note que peu de services sont offerts chez les adultes présentant une DI lorsqu'ils quittent le monde scolaire. Ceux-ci sont confrontés à un nouveau mode de vie et doivent trouver des occupations en fonction de leurs besoins, intérêts et capacités. Les deux premières phases de ce projet de recherche ont permis de créer un questionnaire et d'évaluer quelles habitudes de vie sont précisément touchées par l'ère numérique chez des adultes présentant une DI. Les phases 3 et 4 du présent projet ont pour leur part permis l'évaluation de l'implantation d'un programme d'inclusion numérique et la création d'une version définitive. Ainsi, le Regroupement pour la Trisomie 21 souhaitait combler un manque de choix en implantant le programme TASA au sein de son organisation. Rapidement, il a été possible de constater qu'en plus de répondre à des besoins individuels variés, le programme TASA contribuait à satisfaire des besoins communs de socialisation, de stimulation intellectuelle et de participation sociale et numérique. La finalité de ce projet, le Programme FU-T (formation à l'utilisation des technologies) représente une retombée concrète de cette volonté d'offrir aux personnes qui présentent une déficience intellectuelle ou autres incapacités, l'occasion de faire de nouveaux apprentissages qui favoriseront leur inclusion numérique.

RÉFÉRENCES

- #CTI. (2016). Charte pour des technologies inclusives. Document produit par le Centre de partage d'expertise en intervention technoclinique et l'Institut universitaire en déficience intellectuelle et en trouble du spectre de l'autisme, rattaché au CIUSSS de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec lors du 15e Rendez-vous de l'IU en DI et en TSA, Trois-Rivières, Québec.
- Abilities expo. (2015). Assistive technology showcase: Interact with tomorrow's technology today. Récupéré sur le site http://www.abilities.com/houston/pavilions_assistive.html
- American Association on Intellectual and Developmental Disabilities. (2011). Déficience intellectuelle. Définition. Classification et systèmes de soutien. Trois-Rivières, QC: Consortium national de recherche sur l'intégration sociale.
- Asselt-Goverts, A., Embregts, P., Hendriks, A., Wegman, K. et Teunisse, J. (2015). Do social networks differ? Comparison of the social networks of people with intellectual disabilities, people with autism spectrum disorders and other people living in the community. *Journal of Autism & Developmental Disorders*, 45(5), 1191-1203.
- Association canadienne pour l'intégration communautaire. (2013). Équité et sécurité du revenu pour les canadiens ayant une déficience intellectuelle et leur famille. Toronto, ON: Auteur.
- Bernier, M. (2013). L'accès des ménages à Internet. Science, technologie et innovation en bref, mai 2013, 1-4.
- Boyd, D. (2014). It's complicated. The social lives of networked teens. Yale, Royaume-Uni: Yale University Press.
- Braddock, D., Hoehl, J., Tanis, S., Ablowitz, E. et Haffer, L. (2013). The rights of people with cognitive disabilities to technology and information access. *Inclusion*, 1(2), 95-102.
- Buijs, P. C., Boot, E., Shugar, A., Fung, W. L. et Bassett, A. S. (2016). Internet safety issues for adolescents and adults with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 30(2), 416-418. doi:10.1111/jar.12250
- Burton, C. E., Anderson, D. H., Prater, M. A. et Dyches, T. T. (2013). Video self-modeling on an iPad to teach functional math skills to adolescents with autism and intellectual disability. Focus on Autism and Other Developmental Disabilities, 28(2), 67-77.
- Caouette, M., Lussier-Desrochers, D. et Pépin-Beauchesne, L. (2013). Développement d'un outil portant sur les enjeux éthiques découlant de l'utilisation des technologies de soutien à

- l'intervention en déficience intellectuelle. Revue développement humain handicap et changement social, 21(1), 39-48.
- Carey, A. C., Friedman, M. G. et Bryen, D. N. (2005). Use of electronic technologies by people with intellectual disabilities. *Mental Retardation*, 43(5), 322-333.
- Castro, J. L. F. et Normand, L. M. (2007). Accesibilidad: Web. Trans. Revista ce Traductología, 11, 135-154.
- Centre facilitant la recherche et l'innovation dans les organisations. (2015). Équipement et branchement internet des foyers québécois. Québec, QC : Auteur.
- Charlotte, C. (2010). Internet safety survey: Who will protect the children? *Berkeley Technology Law Journal*, 25(1), 501-527.
- Chen, H. T. (2005). Practical program evaluation. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Chevalier, A. et Tricot, A. (2008). Ergonomie des documents électroniques. Paris, France : Presses universitaires de France.
- Cleaver, S., Hunter, D. et Ouellette-Kuntz, H. (2009). Physical mobility limitations in adults with intellectual disabilities: A systematic review. *Journal of Intellectual Disability Research*, 53(2), 93-105.
- Cleaver, S., Ouellette-Kuntz, H. et Hunter, D. (2009). The prevalence and severity of physical mobility limitations in older adults with intellectual disabilities. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 22(5), 477-486.
- Compiègne, I. (2011). La société numérique en question(s). Auxerre, France : Sciences Humaines Éditions.
- Cook, A. M. (2015). Assistive technologies: Principles and practice. St. Louis: Elsevier.
- Corbeil, R. et Dufour, C. (2014). Inventaire des habiletés pour rester temporairement seul chez soi. Québec, QC: Groupe de recherche et d'étude en déficience du développement.
- Corbeil, R., Marcotte, A. et Trépanier, C. (2009). *Inventaire des habiletés pour la vie en appartement*. Québec, QC : Groupe de recherche et d'étude en déficience du développement.
- Coyne, P., Pisha, B., Dalton, B., Zeph, L. A. et Sith, N. C. (2012). Literacy by design: A universal design for learning approach for students with significant intellectual disabilities. *Remedial and Special Education*, 33(3), 162-172.

- Danial-Saad, A., Weiss, P. L. T. et Schreuer, N. (2012). Assessment of computer task performance (ACTP) of children and youth with intellectual and developmental disability. *Disability and Rehabilitation: Assistive Technology*, 7(6), 450-458.
- Dever, R. B. (1988). *Community living skills: A taxonomy*. Washington, DC: American Association on Mental Retardation.
- Dowdell, E. B., Burgess, A. W. et Flores, J. R. (2011). Original research: Online social networking patterns among adolescents, young adults, and sexual offenders. *The American Journal of Nursing*, 111(7), 28-36.
- Dube, W. V. et Wilkinson, K. M. (2014). The potential influence of stimulus overselectivity in AAC: Information from eye tracking and behavioral studies of attention with individuals with intellectual disabilities. *Augmentative and Alternative Communication*, 30(2), 172-185.
- Duclos, G. (2018). L'estime de soi, un passeport pour la vie (3e éd.). Montréal, QC : Éditions du CHU Sainte-Justine.
- Eveno, E. (1998). Parthenay, modèle français et européen de ville numérisée. Dans A. Lefebvre et G. Tremblay (dir.), *Autoroutes de l'information et dynamiques territoriales* (p. 131-152). Sainte-Foy, QC: Presses de l'Université du Québec.
- Fougeyrollas, P. et Noreau, L. (2002). La mesure des habitudes de vie (MHAVIE 4.0) [Version pour adolescents, adultes et aînés]. Québec, QC: Réseau international sur le processus de production du handicap.
- Ford, C. et Rabe, K. (2011). Using the iPhone for assistive technology: A case study. *Exceptional Parent*, 41(7), 20-22.
- Gofin, R. et Avitzour, M. (2012). Traditional versus internet bullying in junior high school students. *Maternal and Child Health Journal*, 16(8), 1625-1635.
- Gouvernement du Canada. (2015). *Risques de cybersécurité*. Récupéré du site de l'auteur : http://www.pensezcybersecurite.gc.ca/cnt/rsks/index-fr.aspx
- Grace, E., Raghavendra, P., Newman, L., Wood, D. et Connell, T. (2014). Learning to use the Internet online social media: What is the effectiveness of home-based intervention for youth with complex communication needs? *Child Language Teaching & Therapy*, 30(2), 141-157.
- Habilo Médias. (2015). Cybersécurité. Repéré sur le site de l'auteur : http://habilomedias.ca/lit tératie-numérique-et-éducation-aux-médias/enjeux-numériques/cybersécurité

- Hall, V., Conboy-Hill, S. et Taylor, D. (2011). Using virtual reality to provide health care information to people with intellectual disabilities: Acceptability, usability, and potential utility. *Journal Of Medical Internet Research*, 13(4), e91.
- Harris, J. C. (2006). Intellectual disability: Understanding its development, causes, classification, evaluation, and treatment. New York, NY: Oxford University Press.
- Hirano, S. H., Yeganyan, M. T., Marcu, G., Nguyen, D. H., Boyd, L. A. et Hayes, G. R. (2010). vSked: Evaluation of a system to support classroom activities for children with autism. *CHI* 2010: Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems, 1633-1642.
- Holmes, K. M. et O'Loughlin, N. (2014). The experiences of people with learning disabilities on social networking sites. *British Journal of Learning Disabilities*, 42(1), 1-5.
- Institut de la statistique du Québec. (2014). L'utilisation d'Internet à des fins personnelles au Québec en 2012. Bulletin S@voir.Stat, 14(2), 1-8.
- Joly, J., Touchette, L. et Pauzé, R. (2009). Les dimensions formative et sommative de l'évaluation d'implantation d'un programme : une combinaison des perspectives objective et subjective en lien avec les modèles d'évaluation basés sur la théorie des programmes. Dans M. Alain et D. Dessureault (dir.), Élaborer et évaluer les programmes d'intervention psychosociale (p. 117-145). Québec, QC : Presses de l'Université du Québec.
- Kelley, K. R., Test, D. W. et Cooke, N. L. (2013). Effects of picture prompts delivered by a video iPod on pedestrian navigation. *Exceptional Children*, 79(4), 459-474.
- Lachapelle, Y., Lussier-Desrochers, D., Caouette, M. et Therrien-Bélec, M. (2011). L'utilisation d'un assistant au déplacement : étude de cas en déficience intellectuelle. Revue francophone de la déficience intellectuelle, 22, 63-68.
- Light, J. et Mcnaughton, D. (2014). From basic to applied research to improve outcomes for individuals who require augmentative and alternative communication: Potential contributions of eye tracking research methods. *Augmentative and Alternative Communication*, 30(2), 99-105.
- Lussier-Desrochers, D., Guyot, P., Roux, J. et Godin-Tremblay, V. (2016). L'exclusion numérique des personnes présentant une DI ou un TSA: un préoccupation sans cesse grandissante. Revue du consortium national de recherche sur l'intégration sociale, 7(2), 18-20.
- Lussier-Desrochers, D., Normand, C. L., Fecteau, S., Roux, J., Godin-Tremblay, V., Dupont, M.-È., ... Pépin-Beauchesne, L. (2016). Modélisation soutenant l'inclusion numérique des personnes présentant une DI ou un TSA. Revue francophone de la déficience intellectuelle, 27, 5-24.

- Lussier-Desrochers, D., Normand, C. L., Romero-Torres, A., Lachapelle, Y., Godin-Tremblay, V., Dupont, M.-È., ... Bilodeau, P. (2017). Bridging the digital divide for people with ID. Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace, 11(1), article 1.
- Mari, M., Castiello, U., Marks, D., Marraffa, C. et Prior, M. (2003). The reach-to-grasp movement in children with autism spectrum disorder. *The Royal Society*, 358, 393-403.
- McDermott, S., Durkin, M. S., Schupf, N. et Stein, Z. (2007) Epidemiolody and etiology of mental retardation. Dans J. W. Jacobson, J. A. Mullick et J. Rojahn (dir.), *Handbook of Intellectual and Developmental Disabilities* (p. 3-40). New-York, NY: Springer.
- Mechling, L. C. et O'Brien, E. (2010). Computer-based video instruction to teach students with intellectual disabilities to use public bus transportation. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 45(2), 230-241.
- Mechling, L. C. et Seid, N. H. (2011). Use of a hand-held personal digital assistant (PDA) to self-prompt pedestrian travel by young adults with moderate intellectual disabilities. *Education and Training in Autism and Developmental Disabilities*, 46(2), 220-237.
- Mintz, J., Branch, C., March, C. et Lerman, S. (2012). Key factors mediating the use of a mobile technology tool designed to develop social and life skills in children with autistic spectrum disorders. *Computers & Education*, 58(1), 53-62.
- Moisey, S. et Van de Keere, R. (2007). Inclusion and the Internet: Teaching adults with developmental disabilities to use information and communication technology. *Developmental Disabilities Bulletin*, 35(1-2), 72-102.
- Näslungd, R. et Gardelli, A. (2013). 'I know, I can, I will try': Youths and adults with intellectual disabilities in Sweden using information and communication technology in their every life. *Disability & Society*, 28(1), 28-40.
- Normand, C. L. et Sallafranque St-Louis, F. (2015). Cybervictimization of young people with an intellectual or developmental disability: Risks specific to social solicitation. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 29(2), 99-110. doi:10.1111/jar.12163.8.15
- Perkins, E. A. et LaMartin, K. M. (2012). The Internet as social support for older carers of adults with intellectual disabilities. *Journal of Policy & Practice in Intellectual Disabilities*, 9(1), 53-62.
- Perriault, J. (2006). La norme comme instrument d'accès au savoir en ligne. Hermès, la revue, 45(2), 77-87.

- Potvin, P. (2009). Éléments et critères d'évaluabilité d'un programme d'intervention psychosociale. Dans M. Alain et D. Dessureault (dir.), Évaluer et élaborer les programmes d'intervention psychosociale (p. 101-114). Québec, QC : Presses de l'Université du Québec.
- Programme ministériel des aides techniques à la communication. (2015). Catégories d'aides techniques. Récupéré du site de l'auteur : http://www.pmatcom.qc.ca/categorie-aides-techniques.html
- Office des personnes handicapées du Québec. (2011). Guide des programmes d'aide pour les personnes handicapées et leur famille. Drummondville, QC : Auteur.
- Office des personnes handicapées du Québec. (2013). Auditions publiques sur l'augmentation des prestations d'aide sociale pour les personnes handicapées [Mémoire de l'Office des personnes handicapées du Québec à la Commission de l'économie et du travail]. Drummondville, QC: Auteur.
- Regroupement pour la Trisomie 21. (2016). Programme TASA La technologie au service de l'autonomie [Dossier de présentation]. Montréal, QC : Auteur.
- Rice, E., Winetrobe, H., Holloway, I., Montoya, J., Plant, A. et Kordic, T. (2015). Cell phone internet access, online sexual solicitation, partner seeking, and sexual risk behavior among adolescents. *Archives of Sexual Behavior*, 44(3), 755-763.
- Rocha, T., Bessa, M., Gonçalves, M., Cabral, L., Godinho, F., Peres, E., ... Chalmers, A. (2012). The recognition of web pages' hyperlinks by people with intellectual disabilities: An evaluation study. *Journal of Applied Research in Intellectual Disabilities*, 25(6), 542-552.
- Sands, D. J. et Wehmeyer, M. L. (1996). Self-determination across the life span: Independence and choice for people with disabilities. Baltimore, MD: Paul H. Brookes.
- Schalock, R. L. et Verdugo, M. A. (2002). *Handbook on quality of life for human service practitioners.* Washington, DC: American Association on Mental Retardation.
- Schmidt, E. et Cohen, J. (2013). The new digital age: Reshaping the future of people, nations and business. New York, NY: John Murray.
- Shresta, A., Anderson, A. et Moore, D. W. (2013). Using point-of-view video modeling and forward chaining to teach a functional self-help skill to a child with autism. *Journal of Behavioral Education*, 22(2), 157-167.
- Simonato, I., Duchesneau, S., Lussier-Desrochers, D. et Normand, C. L. (2019). Le programme FU-T: programme de formation à l'utilisation des technologies. Trois-Rivières, QC: Centre de partage d'expertise en intervention technoclinique.

- Stock, S. E., Davies, D. K., Davies, K. R. et Wehmeyer, M. L. (2006). Evaluation of an application for making palmtop computers accessible to individuals with intellectual disabilities. *Journal of Intellectual & Developmental Disability*, 31(1), 39-46.
- Tricot, A. (2007). Apprentissage et documents numériques. Paris, France : Berlin.
- Trottier, N., Kamp, L. et Mirenda, P. (2011). Effects of peer-mediated instruction to teach use of speech-generating devices to students with autism in social game routines. *Augmentative and Alternative Communication*, 27(1), 26-39.
- Turkle, S. (2011). Alone together. Why we expect more from technology and less from each other. New York, NY: Basic Books.
- Ville de Trois-Rivières. (2015). Poste Internet Réseau sans fil. Récupéré de http://citoyen.v3r .net/portail/index.aspx?sect=0&module=5&module2=1&MenuID=1016&CPage=1
- Wainer, J., Vieira, P. et Melguizo, T. (2015). The association between having access to computers and Internet and educational achievement for primary students in Brazil. *Computers & Education*, 80, 68-76.
- Wei, L. et Hindman, D. B. (2011). Does the digital divide matter more? Comparing the effects of new media and old media use on the education-based knowledge gap. *Mass Communication and Society*, 14, 216-235.
- Williams, P. et Hennig, C. (2015). Optimising web site designs for people with learning disabilities. *Journal of Research in Special Educational Needs*, 15(1), 25-36.
- Wolton, D. (1997). Penser la communication. Paris, France: Flammarion.
- Wong, A. W. K., Chan, C. C. H., Li-Tsang, C. W. P. et Lam, C. S. (2009). Competence of people with intellectual disabilities on using human–computer interface. *Research in Developmental Disabilities*, 30(1), 107-123.
- Wright, D. (2011). A framework for the ethical impact assessment of information technology. *Ethics and Information Technology*, 13(3), 199-226.
- Yakubova, G. et Taber-Doughty, T. (2013). Brief report: Learning via the electronic interactive whiteboard for two students with autism and a student with moderate intellectual disability. *Journal of Autism and Developmental Disorders*, 43(6), 1465-1472.
- Zawisza, M., Kamiński, B., Jakuczun, W. et Gł adysz, A. (2013). Composite evaluation of broadband internet access in Poland. *International Workshop on Multiple Criteria Decision Making*, 8, 160-177.

APPENDICE A

Charte pour des technologies inclusives (#CTI2016)



CHARTE pour des technologies inclusives

Plusieurs documents législatifs, dont la politique À part entière : pour un véritable exercice du droit à l'égalité (OPHQ, 2009), insistent sur le fait que l'un des grands défis actuels consiste à assurer une société

orientée vers une réponse optimale aux besoins essentiels des personnes présentant des déficiences et des incapacités. En quête de solutions novatrices à ces nouveaux défis, la dernière décennie fut teintée d'un intérêt particulier envers les technologies de soutien. Pour les personnes présentant une déficience intellectuelle (DI) ou un trouble du spectre de l'autisme (TSA), ceci pose le défi d'assurer leur inclusion numérique à tous les niveaux tout en s'assurant de prévenir les abus et agressions dont elles pourraient être victimes en raison de leurs vulnérabilités. Dans ce contexte, il nous apparaît essentiel de poursuivre et consolider nos efforts collectifs de la manière la plus efficiente possible. Pour atteindre cet objectif, il nous faut une vision partagée, des engagements communs et des actions concertées si bien qu'en cette journée du 16 juin 2016, à Trois-Rivières,

À tous les acteurs de la société

Faire de l'autodétermination un principe central de l'inclusion numérique. S'assurer que les technologies développées et déployées soutiennent le développement de comportements autodéterminés chez les personnes présentant une DI ou un TSA en leur permettant d'accroître leurs capacités à exercer davantage de contrôle sur leur vie et d'en améliorer la qualité.

la Charte sur l'inclusion numérique #CT/2016 propose les 10 recommandations suivantes :

À tous les acteurs de la société

Assurer une participation active des personnes présentant une DI ou un TSA dans les initiatives visant leur inclusion numérique. Ceci doit se concrétiser par le développement et l'accès : a) des produits technologiques abordables, adaptés aux capacités de ces personnes et disponibles dans leurs divers milieux de vie et b) des programmes d'intervention spécifiques et personnalisés. Pour y parvenir, il est recommandé d'enrichir les politiques et cadres légaux actuels, notamment en matière de technologies.

Aux développeurs de produits informatiques, d'applications et de sites Internet

Sensibiliser les développeurs sur l'importance d'uniformiser, simplifier et assurer la constance des paramètres des systèmes technologiques en collaborant systématiquement avec les personnes concernées. Respecter assidûment les critères d'accessibilité universelle pour le développement de ressources numériques.

Aux milieux d'intervention spécialisés en DI et en TSA

Reconnaître l'importance du clinicien dans le développement de l'offre de service technoclinique : (a) en assurant une évaluation systématique, rigoureuse et concertée des besoins technologiques des personnes présentant une DI ou un TSA, (b) en mettant en place les conditions matérielles, techniques, humaines et financières nécessaires afin de déployer, de manière optimale, les outils technocliniques et (c) en assurant l'accompagnement des intervenants, professionnels, gestionnaires et autres acteurs concernés voulant intégrer cette pratique professionnelle.

Aux milieux de la recherche

Réaliser des travaux de recherche interdisciplinaires et intersectoriels impliquant toutes les parties prenantes sur le développement, l'utilisation et les enjeux éthiques liés à l'utilisation des technologies qui assurent la participation numérique des personnes présentant une DI ou un TSA.

Aux milieux de formation

Utiliser les programmes de formation aux niveaux collégial et universitaire afin d'intégrer les connaissances sur les besoins technologiques des personnes présentant une DI ou un TSA.

À l'Institut national d'excellence en santé et services sociaux (INESSS)

Identifier les meilleures pratiques d'utilisation des technologies de même que les composantes à mettre en place pour soutenir une intervention technoclinique efficiente et de qualité.

Aux ministères concernés

Que les ministères concernés, notamment ceux de la Santé et des Services sociaux, de l'Éducation et de l'Enseignement supérieur, de l'Économie, de la Science et de l'Innovation, des Transports, de la Mobilité durable et de l'Électrification des transports ainsi que celui du Travail, de l'Emploi et de la Solidarité sociale, reconnaissent l'amélioration de la qualité de vie offerte par l'accès aux technologies et mettent en place des programmes et des mesures adaptées.

À tous les acteurs de la société et aux médias

Sensibiliser la société au virage numérique, notamment par la diffusion aux plans régional, provincial, national et international, des connaissances, des expériences et des initiatives d'inclusion numérique des personnes présentant une DI ou un TSA.

À tous les acteurs de la société

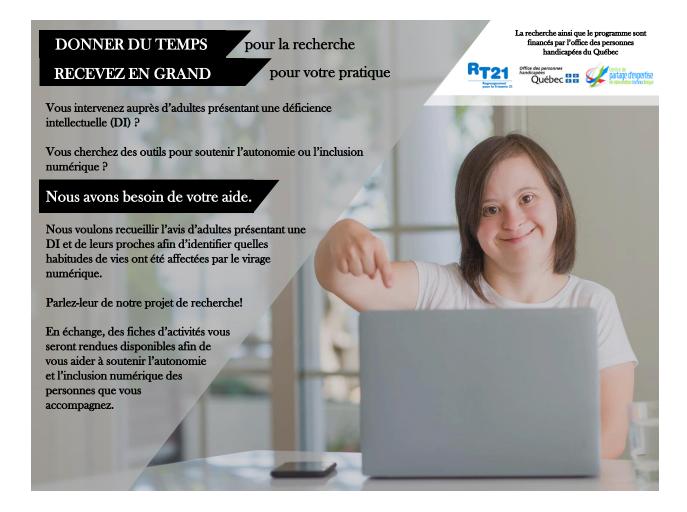
Reconnaissez notre besoin d'avoir accès à la technologie par la mise en place de programmes de soutien couvrant les coûts liés à l'achat et à l'entretien des ressources numériques ainsi que la formation et les ressources nécessaires pour une utilisation optimale de la technologie soutenant notre autonomie.

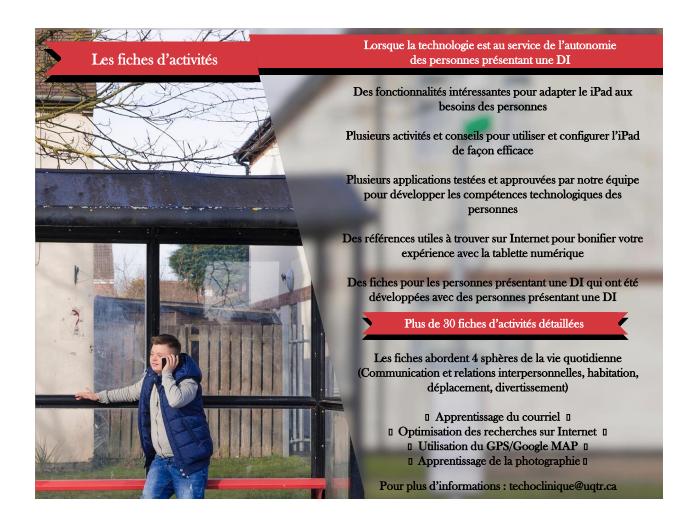




APPENDICE B

Document de recrutement destiné aux intervenants





APPENDICE C

Document de recrutement destiné aux participants et leur proche





APPENDICE D

Le virage numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle : identification des habitudes de vie et rôles sociaux affectés (Questionnaire pour les personnes présentant une déficience intellectuelle)

LE VIRAGE NUMÉRIQUE POUR LES PERSONNES PRÉSENTANT UNE DÉFICIENCE INTELLECTUELLE : IDENTIFICATION DES HABITUDES DE VIE ET RÔLES SOCIAUX AFFECTÉS

Questionnaire pour les personnes présentant une déficience intellectuelle (DI)

Introduction

Aujourd'hui nous nous rencontrons afin de savoir quelles sont les tâches que tu fais dans la vie de tous les jours qui pourraient changer avec les technologies. Pour nous, une technologie c'est un ordinateur, un téléphone intelligent, une tablette électronique, un iPod ou autres.

Pour chacune des tâches, nous voulons d'abord savoir si tu fais la tâche. Si tu réponds «oui», nous voulons savoir si tu reçois du soutien pour la faire. Si tu réponds «non», nous voulons savoir pour quelle raison. Puis, nous voulons savoir si tu aimerais utiliser les technologies pour t'aider à faire cette tâche. En terminant, il y aura quelques questions pour que tu puisses nous dire ce que tu trouves difficile ou ce que tu trouverais difficile avec la technologie.

Pour nous aider à retenir les informations que tu nous donnes, la rencontre d'aujourd'hui sera enregistrée. Elle devrait durer entre 60 et 90 minutes. Il n'y a pas de bonne ou de mauvaise réponse.

Numéro d'identification donné par l'équipe de recherche :

SECTION 1 : RÉALISATION DES HABITUDES DE VIE

1. HABITATION				
Dans la vi la maison	e de tous les jours, est-ce que c'est fa ?	cile ou diffi	cile pour toi de faire des tâches dans	
☐ Facile		Difficil	е	
	. Tâches domestiques	man lit van	massay mattayayl 2	
Est-ce que	E tu entretiens ta chambre (ex. : faire Seul(e), sans aide	mon nt, rar	nusser, nettoyer) :	
	<u> </u>	_	Quelqu'un le fait pour moi	
Oui	Aide physique Rappel verbal et/ou supervision	Non	Je ne veux pas le faire	
	Technologie:	- NOII	C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Fst-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai		
Applicat	ion pour l'aide à la réalisation de tâches / téléphone intelligent pour faire des rappels	t araci a jai	re cette tuene.	
Est-ce que	e tu passes la balayeuse ?			
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi	
	Aide physique			
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche ? Balayeuse robot Tablette / téléphone intelligent pour faire des rappels Autre(s): Non				

Tâche 1.2. Lise d'épicerie

Est-ce que tu fais ta liste d'épicerie (sinon, passez à l'autre domaine)?

Oui	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi		
	Aide physique				
	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire		
	Technologie :	1	C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	re cette tâche ?		
=	on ou site web de ton épicerie				
	'appareil photo d'un téléphone ou d'une table	•	_		
_	de recettes permettant de faire la liste des in	igredients poi	ır l'epicerie		
Autre(s)	t Word ou une application «notes»				
Non	•				
Est-ce que tu regardes les snécique ?					
Est-ce que	tu regardes les spéciaux ?				
Est-ce que	tu regardes les spéciaux ?				
Est-ce que			Quelqu'un le fait pour moi		
Est-ce que	Seul(e), sans aide	Non	Quelqu'un le fait pour moi Je ne veux pas le faire		
	Seul(e), sans aide Aide physique	☐ Non			
	Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	Je ne veux pas le faire		
Oui	Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision Technologie:		☐ Je ne veux pas le faire ☐ C'est trop compliqué ☐ Autre raison :		
Oui	Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision Technologie: Autre:	t'aider à fai	☐ Je ne veux pas le faire ☐ C'est trop compliqué ☐ Autre raison :		
Oui Est-ce que Applicat	Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision Technologie: Autre:	t'aider à fai	☐ Je ne veux pas le faire ☐ C'est trop compliqué ☐ Autre raison :		
Oui Est-ce que Applicat	Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision Technologie: Autre: tu aimerais utiliser une technologie pour tion avec les circulaires en ligne ou site web der les spéciaux par courriel	t'aider à fai	☐ Je ne veux pas le faire ☐ C'est trop compliqué ☐ Autre raison :		

2. ALIME	NTATION				
	ie de tous les jours, est-ce que c'est fa l'alimentation ?	icile ou diffi	icile pour toi de faire tes tâches en		
Facile	☐ Facile ☐ Difficile				
Tâche 2.1	. Cuisiner des recettes				
Est-ce qu	e tu prépares ton déjeuner ?				
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi		
	Aide physique		Cuerqu un le fait pour moi		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	☐ Je ne veux pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Applica Autre(s	ation qui présente des photos et vidéos des éta s) :	apes pour pré	parer le déjeuner		
Est-ce qu	e tu prépares un repas de dîner ou sou	ıper ?			
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi		
	Aide physique	_			
U Oui	Rappel verbal et/ou supervision	∐ Non	Je ne veux pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
	tu aimerais utiliser une technologie pou	-			
	ation qui présente des photos et vidéos des éta	apes pour pré	parer dîner ou le souper		
Autre(s	5):				
Non					

Est-ce que	e tu fais des recettes ?					
	Seul(e), sans aide	Non	Quelqu'un le fait pour moi			
Oui	Aide physique					
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ Je ne veux pas le faire			
	Technologie:		C'est trop compliqué			
	Autre:		Autre raison :			
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	ire cette tâche ?			
Site we	b ou applications de recettes					
Vidéos	(YouTube ou autres) de recettes					
Photos	ou vidéo sur un téléphone intelligent qui préso	ente les étape	es d'une recette			
Cadre p	hoto numérique avec les photos des étapes d'	une recette				
Autre(s):					
Non						
	Tâche 2.2. Avoir de saines habitudes alimentaires Est-ce que tu as une alimentation variée (ex. : manger différents fruits, légumes, viandes) ?					
250 00 950	Seul(e), sans aide					
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi			
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	Je ne veux pas le faire			
	Technologie :		C'est trop compliqué			
	Autre:		Autre raison :			
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	ire cette tâche ?			
Une ap	plication qui donne des idées de repas variés c	ou d'aliments	à manger			
Autre(s):					
Non						

Est-ce qu	e tu manges trois repas par jour (ex. :	déjeuner, a	lîner et souper) ?
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie poui	r t'aider à fai	ire cette tâche ?
Rappel	(s) pour te dire les heures de repas (ex. : une r	nontre qui vib	re, un téléphone qui fait un bruit à l'heure
des repas)			
Autre(s	s):		
Non			
-	e tu reconnais la date qui te dit qu u trouveras une date qui te dit si le y		•
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pou	r t'aider à fai	ire cette tâche ?
Un frigo	o qui te dit quand jeter la nourriture qui n'est	plus bonne	
Une ap	plication qui te rappelle quand jeter les alime	nts	
Autre(s	s) :		

Tâche 2.4. Utilisation des électroménagers

Est-ce que tu utilises un four à micro-ondes? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour moi Aide physique Oui Non Rappel verbal et/ou supervision ☐ Je ne veux pas le faire Technologie: C'est trop compliqué Autre : Autre raison: Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche? Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui te rappelle comment utiliser un micro-ondes Autre(s): Non Est-ce que tu utilises un grille-pain? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour moi Aide physique Oui Rappel verbal et/ou supervision Non L Je ne veux pas le faire Technologie: C'est trop compliqué Autre : Autre raison : Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche? Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui te rappelle comment utiliser un grille-pain Autre(s): Non Est-ce que tu utilises un petit four? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour moi Aide physique Oui Rappel verbal et/ou supervision Non ☐ Je ne veux pas le faire ___ Technologie: C'est trop compliqué Autre : Autre raison : Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche?

Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui te rappelle comment utiliser le petit four

Une lumière qui s'allume pour te rappeler d'éteindre le petit four si tu l'as oublié

Autre(s):
Non

Est-ce que tu utilises la cuisinière (four et plaque à cuisson) ?

	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi	
	Aide physique		Quelqu um le fait pour mor	
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	Je ne veux pas le faire	
	Technologie :		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche ?				
Photos	ou vidéo sur un téléphone intelligent qui te ra	ppelle comme	ent utiliser la cuisinière	
Une lum	nière qui s'allume pour te rappeler d'éteindre	la cuisinière s	i tu l'as oubliée	
Autre(s):				
Non				

3. HYGIÈN	VE		
Dans la vi	e de tous les jours, est-ce que c'est fa	cile ou diffi	cile pour toi de prendre soin de ton
hygiène?			
Facile		☐ Difficil	e
Tâche 3.1	. Hygiène buccale		
Est-ce que	e tu te brosses les dents tous les jours	?	
	Seul(e), sans aide	=	Quelqu'un le fait pour moi
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
	tu aimerais utiliser une technologie pour	-	
	(s) pour te dire de te brosser les dents. Par exe	mple une mo	ntre qui vibre, un téléphone qui fait un bruit
	ill faut se brosser les dents		
dents sont	osse à dents qui te dit le temps qu'il faut prend	dre pour se la	ver les dents et qui fait un son quand les
Autre(s			
Non	, .		
Tâche 3.2	. Porter des vêtements de circonstanc	ce	
Est-ce qu	e tu choisis les vêtements que tu por	tes en fond	tion des circonstances (ex. : aller au
-	ester à la maison ou aller au restauran	-	·
	Seul(e), sans aide		
	Aide physique	=	Quelqu'un le fait pour moi
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie:	=	C'est trop compliqué
	Autre :		Autre raison :
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fa	ire cette tâche ?
Une ap	plication qui te dit quels vêtements vont bien	ensemble	
Autre(s):		
Non			

Est-ce que tu es capable de choisir tes vêtements selon la température ? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour moi Aide physique Oui Non Rappel verbal et/ou supervision ☐ Je ne veux pas le faire Technologie: C'est trop compliqué Autre : Autre raison : Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche? Une application qui te dit quels vêtements porter en fonction de la température à l'extérieur Autre(s): Non Est-ce que tu choisis des vêtements selon les circonstances (ex. : aller au travail, rester à la maison ou aller au restaurant)? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour moi Aide physique Oui Rappel verbal et/ou supervision Non Je ne veux pas le faire Technologie: C'est trop compliqué ___ Autre : Autre raison : Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche? Une application qui te dit quels vêtements porter en fonction des circonstances Autre(s):

Non

Tâche 3.3. Prendre son bain et/ou sa douche

Est-ce que	e tu prends ton bain ?				
☐ Oui	Seul(e), sans aide	Non	Quelqu'un le fait pour moi		
	Aide physique				
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ Je ne veux pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	ire cette tâche ?		
Une tec	hnologie qui te dit si l'eau est trop chaude ou	trop froide (e	x. eau rouge quand c'est chaud et eau bleue		
quand c'est	froid)				
Une tec	hnologie qui te dit quand ton bain est presque	e plein ou qui	arrête l'eau pour ne pas qu'il déborde		
Autre(s)):				
Non					
Est-ce que	e tu prends ta douche ?				
	Seul(e), sans aide				
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche ?					
Une tec	hnologie qui te dit si l'eau est trop chaude ou	trop froide (e	x. eau rouge quand c'est chaud et eau bleue		
quand c'est	froid)				
Autre(s)):				
Non					

Tâche 3.4. Entretien des vêtements et de la lingerie de la maison

Est-ce que	tu fais ton lavage ?				
	Seul(e), sans aide	Non	Quelqu'un le fait pour moi		
Oui	Aide physique				
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ Je ne veux pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	re cette tâche ?		
Rappel(s) pour te rappeler de faire le lavage. Par exen	nple une mon	tre qui vibre, un téléphone qui fait un bruit		
quand c'est	le moment de faire le lavage				
Photos	ou vidéo sur un téléphone intelligent qui te ra	ppelle les éta _l	oes pour faire le lavage		
Autre(s)	:				
Non					
Est-ce que tu utilises la laveuse ?					
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi		
	Aide physique		Queiqu un le fait pour moi		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche ?					
Photos	ou vidéo sur un téléphone intelligent qui te ra	ppelle comme	ent utiliser la laveuse		
Rappel sur un téléphone ou une montre pour dire de sortir les vêtements de la laveuse pour le séchage					
Autre(s):					
Non					

Est-ce que tu utilises la sécheuse ?

☐ Oui	Seul(e), sans aide Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi		
	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	Je ne veux pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche ?					
Photos	ou vidéo sur un téléphone intelligent qui te ra	ppelle comme	ent utiliser la sécheuse		
Rappel	sur un téléphone ou une montre pour dire de	sortir les vête	ments de la sécheuse pour les plier et les		
ranger					
Autre(s)	:				
Non	Non				

	4. DÉPLACEMENTS				
	Dans la vie de tous les jours, est-ce que c'est facile ou difficile pour toi de te déplacer à l'extérieur de la maison ?				
Facile		Difficil	е		
	. Utiliser des moyens de transport co	•			
-	e tu choisis le moyen de transport que ransport en commun, taxi) ?	tu utilises	pour te déplacer (ex. : transport		
•	Seul(e), sans aide		Ovelen/ver le feit neuer erei		
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre :		Autre raison :		
Autre(s): Non Tâche 4.2. Déplacements dans le quartier Est-ce que tu te déplaces seul(e) ou trouve ton chemin dans ton quartier (ex. aller au					
dépanneu	Ir) ? Seul(e), sans aide	<u> </u>	1		
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	Je ne veux pas le faire		
Oui	Technologie:	- 14011	C'est trop compliqué		
	Autre:	1	Autre raison :		
	tu aimerais utiliser une technologie pou	r t'aider à fa			
=	ontre qui te donne les indications phone qui t'aide à te déplacer et à trouver to	n chemin			
Autre(s		. CHCHIIII			
Non	,				

5. TRAVA	IL		
	e de tous les jours, est-ce que c'est fa Si le répondant n'a pas d'emploi, pass		- · · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
Facile		Difficil	e
Tâche 5.1	. Réaliser ses tâches en milieu de tra	vail	
Est-ce que	e tu fais les tâches qui sont demandé	es par ton e	mployeur ?
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	_	Je ne veux pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Est-ce qu	. Suivre un horaire de travail e tu suis l'horaire de travail (arriver d	à l'heure et	respecter les pauses) et respectes le
temps po	ur réaliser les tâches ?		1
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi
	Aide physique	<u> </u>	
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	Je ne veux pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre :		Autre raison :
	tu aimerais utiliser une technologie pou	•	
	ontre qui te rappelle quand faire les tâches qu		
=	pels sur un téléphone que tu transporterais a	ivec toi au trav	/aii
Autre(s):		
Non			

Dans ton calendrier du mois ou ton agenda, identifies-tu tes journées de travail et tes journées de congé ?

	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi		
	Aide physique				
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	Je ne veux pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre :		Autre raison :		
Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche ?					
Un calendrier sur un ordinateur ou un téléphone qui te ferait des rappels					
Autre(s)	:				
Non					

6. LOISIRS	i			
	e de tous les jours, est-ce que c'est écouter de la musique, quille, ciném		icile pour toi d'avoir des loisirs	
Facile		Diffici	Difficile	
Tâche 6.1	. Choisir des activités de loisirs			
Est-ce que	e tu recherches et choisis des activite	és/loisirs qui	t'intéressent ?	
Oui	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi	
	Aide physique			
	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire	
	Technologie :		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
=	ernet pour trouver les activités ernet pour t'inscrire aux activités) :			
	. Utiliser des appareils numériques	pour le diver	tissement	
☐ Oui	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi	
	Aide physique			
	Rappel verbal et/ou supervision	Non	☐ Je ne veux pas le faire	
	Technologie :		C'est trop compliqué	
	L Autre :		Autre raison:	
	tu aimerais utiliser une technologie po évision que tu peux activer avec ta voix) :	ur t'aider à fa	ire cette tâche ?	

Est-ce qu	e tu enregistres une émission pour la	regarder pl	us tard ?
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi
	Aide physique		Udeiqu un le fait pour moi
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre :		Autre raison :
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pou	ır t'aider à fa	ire cette tâche ?
Une tél	lévision que tu peux activer avec ta voix		
Autre(s	;):		
Non			
Est-ce que	e tu mets un film ou une série TV (DV	'D, enregistr	eur numérique, Netflix) ? ¬
	Seul(e), sans aide	_	Quelqu'un le fait pour moi
	☐ Aide physique		
U Oui	Rappel verbal et/ou supervision		Je ne veux pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
	tu aimerais utiliser une technologie pou	ır t'aider à fa	ire cette tâche ?
	lévision que tu peux activer avec ta voix		
Autre(s	;):		
Non			
Est-ce qu	e tu utilises un ordinateur ?		
	Seul(e), sans aide		
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pou	ır t'aider à fa	ire cette tâche ?

Est-ce que tu utilises une tablette électronique ?				
Oui	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi	
	Aide physique			
	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Est-ce que	e tu aimerais utiliser une technologie po	ur t'aider à fa	ire cette tâche ?	
n/a				
Est-ce qu	e tu joues à des jeux vidéo ?			
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi	
	Aide physique		Queiqu un le lait pour moi	
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche ?				

7. SANTÉ			
Dans la vi santé?	e de tous les jours, est-ce que c'est fa	acile ou diffi	cile pour toi de prendre soin de ta
Facile		Diffici	le
Tâche 7.1	. Utiliser les services de santé		
Est-ce qu	e tu vas à la clinique médicale, dent	tiste, centre	hospitalier, centre de réadaptation,
pharmaci	e ?		
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non Non	Je ne veux pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre :		Autre raison :
=	plication pour te rappeler tes rendez-vous pel de rendez-vous sur un téléphone intellige) :	nt ou sur une r	nontre
Est-ce qu	e tu prends des médicaments ?		
	Seul(e), sans aide Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	Je ne veux pas le faire
	Technologie :	-	C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Une ap	tu aimerais utiliser une technologie pou plication qui te rappellerait quand prendre te ite de pilule électronique qui te dirait quand):	s médicament	.s
Non			

Tâche 7.2. Pratiquer des activités physiques

Est-ce que tu pratiques des activités physiques pour maintenir ou améliorer ta condition physique et ta santé ?

	Seul(e), sans aide	Non	Quelqu'un le fait pour moi	
Oui	Aide physique			
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ Je ne veux pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche ?				
Une app	plication pour te rappeler de faire de l'activité			
Une mo	ntre qui te propose des activités physiques à f	aire		
Une app	olication qui t'encouragerait à faire des exercio	ces		
Autre(s):				
Non				

8. COMMUNICATION Dans la vie de tous les jours, est-ce que c'est facile ou difficile pour toi de communiquer avec les autres ?				
Facile	_	Diffici	le	
	. Communication écrite e tu envoies des courriels ?			
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi	
	Aide physique		Queiqu un le lait pour moi	
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	☐ Je ne veux pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
= "	plication qui écrit le courriel à ta place (en lui plication qui te permettrait d'envoyer une vid) :	•	•	
Tâche 8.2. Courrier électronique Est-ce que tu vas voir et lire tes courriels ?				
	Seul(e), sans aide			
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi	
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire	
	Technologie :		C'est trop compliqué	
	Autre:	7	Autre raison :	
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pou	r t'aider à fai	ire cette tâche ?	
Une tec	hnologie qui te lirait tes courriels			
Autre(s)	ı:			

Tâche 8.3. Rechercher des informations

Est-ce que tu fais des recherches pour trouver de l'information sur un sujet (ex. : connaître l'heure de présentation d'un film au cinéma, l'ouverture d'un magasin, etc.)? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour moi Aide physique Oui Non Rappel verbal et/ou supervision ☐ Je ne veux pas le faire Technologie: C'est trop compliqué Autre : Autre raison : Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche? Une application qui te permettrait de faire des recherches sur Internet en parlant à l'ordinateur Une application qui te permettrait de chercher sur Internet en utilisant des photos Autre(s): Non Est-ce que tu lis des informations présentées sur Internet ? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour moi Aide physique Oui Non Rappel verbal et/ou supervision ☐ Je ne veux pas le faire Technologie: C'est trop compliqué Autre: Autre raison : Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche? Une application qui te lit les pages Internet Autre(s): Non

Tâche 8.4. Maintien de liens sociaux

Est-ce que tu communiques avec tes amis ou tes proches qui n'habitent pas avec toi?

☐ Oui	Seul(e), sans aide	Non	Quelqu'un le fait pour moi	
	Aide physique			
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ Je ne veux pas le faire	
	Technologie :		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche ?				
Une tec	hnologie qui te permet de rejoindre un ami οι	ı un proche sa	ns avoir à retenir le numéro (appeler en	
appuyant su	r une photo)			
Une technologie qui te permet de voir la personne quand tu lui parles (ex. appel Skype).				
Autre(s):				
Non				

9. BUDGE	ET		
Dans la v	rie de tous les jours, est-ce que c'est	facile ou diffi	icile pour toi de gérer ton budget?
Facile	<u> </u>	Diffici	ile
Tâche 9.1	1. Payer ses achats		
-	· · ·	Si oui, est-ce	que tu paies en argent ou avec une
carte de l			
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	Je ne veux pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
	e tu aimerais utiliser une technologie po	-	ire cette tâche ?
	tes achats dans un magasin avec une montre		
	tes achats dans un magasin avec un téléphoi	ne cellulaire	
Autre(s	s):		
Non			
Est-ce ai	vil t'arrive d'aller retirer de l'arge	nt au auiche:	t automatique. Si oui, est-ce toi qu
=	rs ton mot de passe ?	iit uu guiciici	t dutomatique. Si oui, est-ce toi qu
	Seul(e), sans aide		
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Est-ce aue	e tu aimerais utiliser une technologie po	 our t'aider à fa	1—
	echnologie qui te permettrait de retenir ton i	-	
Autre(s	·	,	
Non			

Tâche 9.2. Payer ses factures

Est-ce que c'est toi qui payes tes factures ?				
Oui	Seul(e), sans aide	Non	Quelqu'un le fait pour moi	
	Aide physique			
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ Je ne veux pas le faire	
	Technologie :		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	re cette tâche ?	
Une ted	hnologie qui t'aiderait à te rappeler quand pa	yer tes factur	es	
Une ap	olication qui t'aiderait à payer tes factures			
Autre(s):			
Non				
Est-ce que	e tu planifies ton budget selon l'argen	t que tu as	et les dépenses que tu fais ?	
			Quelqu'un le fait pour moi	
Oui	Aide physique	Non	I le ne veux per le feire	
	Rappel verbal et/ou supervision	INON	Je ne veux pas le faire	
	Technologie :		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
l — ·	tu aimerais utiliser une technologie pour	-		
	olication qui te permet de voir combien d'arge	•		
Une application qui t'aiderait à savoir les dépenses que tu as faites				
Autre(s	olication qui calculerait ton budget automatiqu	uement		
Non	, .			

10. SÉCUR	RITÉ		
Dans la v sécurité?	ie de tous les jours, est-ce que c'es	t facile ou	difficile pour toi de t'assurer de ta
Facile		Difficile	2
	1. Sécurité du domicile avant de quitt		
Est-ce qu	e tu regardes si les appareils él	ectroménag	gers et électroniques sont éteints
(cuisinière	e, télévision, bouilloire, etc.) ?	T	
	Seul(e), sans aide Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Une lun	tu aimerais utiliser une technologie pour nière rouge qui s'allumerait ou un son pour te ntre qui vibre pour te dire que tu as oublié d'o	dire si tu as o	ublié d'éteindre un appareil électroménager
Est-ce que maison, e	e tu fermes les fenêtres selon les circ tc.) ?	constances	(ex. : pluie, froid, vent, départ de la
	Seul(e), sans aide Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:	•	Autre raison :
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	re cette tâche ?
Une lun	nière ou un son pour te dire si tu as oublié de ntre qui vibre pour te dire de fermer les fenêt	fermer les fen	

Est-ce que t'assures que les robinets sont fermés lorsqu'ils ne sont pas utilisés (ex. : lorsque tu termines de laver tes mains, tu fermes le robinet) ?

	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi		
Oui	Aide physique	Non	Queiqu un le fait pour moi		
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ Je ne veux pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	re cette tâche ?		
	ière ou un son pour te dire si tu as oublié de f		net		
l	ntre qui vibre pour te dire de fermer le robine	t			
Autre(s)	:				
∐ Non					
Lorsque tu quittes la maison, est-ce que tu barres la porte ?					
Lorsque ti	u quittes la maison, est-ce que tu barr	es la porte	?		
Lorsque ti	u quittes la maison, est-ce que tu barr	es la porte	_		
Lorsque ti	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	es la porte	Quelqu'un le fait pour moi		
Lorsque to	Seul(e), sans aide	es la porte	_		
	Seul(e), sans aide Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi		
	Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision		Quelqu'un le fait pour moi Je ne veux pas le faire		
Oui	Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision Technologie:	Non	Quelqu'un le fait pour moi Je ne veux pas le faire C'est trop compliqué Autre raison :		
Oui	Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision Technologie: Autre:	Non t'aider à fai	Quelqu'un le fait pour moi Je ne veux pas le faire C'est trop compliqué Autre raison :		
Oui Est-ce que Une poi	Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision Technologie: Autre:	Non t'aider à fai de clé (en ap	Quelqu'un le fait pour moi Je ne veux pas le faire C'est trop compliqué Autre raison : re cette tâche ? puyant sur un bouton sur ton téléphone)		
Oui Est-ce que Une poi	Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision Technologie: Autre: tu aimerais utiliser une technologie pour rte que tu peux barrer et débarrer sans utiliser colication qui te permettrait de voir sur ton télé	Non t'aider à fai de clé (en ap	Quelqu'un le fait pour moi Je ne veux pas le faire C'est trop compliqué Autre raison : re cette tâche ? puyant sur un bouton sur ton téléphone)		

Tâche 10.2. Contacter les services d'urgence

Est-ce que tu contactes les bonnes personnes dans les situations d'urgence ?

	Seul(e), sans aide	Non	Quelqu'un le fait pour moi			
	Aide physique		Queiqu un le fait pour moi			
Oui	Rappel verbal et/ou supervision		☐ Je ne veux pas le faire			
	Technologie:		C'est trop compliqué			
	Autre:		Autre raison :			
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	re cette tâche ?			
Un télé _l	phone qui te permet d'appeler les bonnes per	sonnes en app	ouyant sur une image (ne pas avoir à retenir			
le numéro)						
Autre(s)	:					
Non						
S'il y a un	feu, est-ce que tu sais qui contacter ?					
	Seul(e), sans aide		Oveland up to fait never mai			
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi			
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire			
	Technologie :		C'est trop compliqué			
	Autre:		Autre raison :			
Est-ce que	Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche ?					
Une application qui appelle automatiquement les pompiers s'il y a un feu						
Autre(s):						
Non						

Si tu te blesses gravement ou quelqu'un avec toi se blesse, sais-tu qui contacter?

☐ Oui	Seul(e), sans aide	Non	Quelqu'un le fait pour moi
	Aide physique		
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	re cette tâche ?
Un télép	phone qui te permet d'appeler les bonnes pers	sonnes en app	ouyant sur une image (ne pas avoir à retenir
le numéro).			
Autre(s)	:		
Non			

11. GESTION DU TEMPS				
Dans la vie de tous les jours, est-ce que c'est facile ou difficile pour toi de gérer ton temps?				
Facile		Difficil	е	
	1. Prise de rendez-vous e tu prends en note tes rendez-vous ?			
	Seul(e), sans aide			
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour moi	
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Un calendrier sur un ordinateur ou un téléphone Autre(s): Non				
Est-ce que	e tu appelles pour prendre tes rendez-	vous ?		
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi	
	Aide physique		Queiqu un le fait pour moi	
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	Je ne veux pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	re cette tâche ?	
	ndrier sur un ordinateur ou un téléphone qui t			
Une technologie qui te permet de rejoindre ton intervenant, un professionnel (ex. : médecin) ou autres, sans				
avoir à retenir le numéro (appeler en appuyant sur une photo)				
Autre(s)	Non			

Tâche 11.2. Ponctualité aux rendez-vous

Est-ce que	e tu arrives à l'heure à tes rendez-vous	s ?	
	Seul(e), sans aide	Non	Quelqu'un le fait pour moi
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision		☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Est-ce que	tu aimerais utiliser une technologie pour	t'aider à fai	re cette tâche ?
Un cale	ndrier sur un ordinateur ou un téléphone qui t	e ferait des ra	appels
Autre(s):		
Non			
Tâche 11.3. Planification des tâches et activités Est-ce que tu planifies tes tâches (ex. : faire le ménage, faire le lavage, aller au travail) et tes activités (ex. : jouer aux jeux vidéo, aller au cinéma, aller aux quilles) ?			
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour moi
	Aide physique		Queiqu un le fait pour moi
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	☐ Non	☐ Je ne veux pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Est-ce que tu aimerais utiliser une technologie pour t'aider à faire cette tâche ?			
Un cale	ndrier sur un ordinateur ou un téléphone		
Autre(s):		
Non			

SECTION 2 : PYRAMIDE D'ACCESSIBILITÉ

Parmi les éléments suivants, est-ce qu'il y a des choses que tu trouves difficiles ou que tu trouverais difficiles avec la technologie (cochez ce qui est difficile) ?

1.	Au niveau de l'accès à la technologie, est-ce qu'il est difficile ou serait facile pour toi de :
	Faire l'achat d'une technologie (ex. : acheter un ordinateur ou une tablette numérique avec
	ton argent)
	Faire le paiement pour ma connexion Internet (quelqu'un paie pour toi ou t'aides à payer la
	connexion Internet / forfait cellulaire)
	Autre(s):
2.	Pour manipuler la technologie, est-ce qu'il est difficile ou serait facile pour toi de :
	Utiliser un écran de petite taille (ex. utiliser un téléphone intelligent à cause de la petite taille
	de l'écran)
	Lire le contenu d'un site Internet
	Utiliser l'écran tactile (ex. : difficile d'appuyer sur les onglets (petits symboles) pour utiliser
	_une application)
	L Autre(s):
•	
э.	Au niveau de la compréhension, est-ce qu'il est difficile ou serait facile pour toi de : Comprendre les informations écrites sur un site Internet
	Écrire pour faire une recherche sur Internet ou envoyer un courriel
	Comprendre comment fonctionne la technologie (ex. : l'ouvrir, aller sur Internet, etc.)
	Autre(s):
4.	Au niveau des aspects techniques de la technologie, est-ce qu'il est difficile ou serait facile
	pour toi de :
	Recharger la batterie (quelqu'un la branche pour toi ou te rappelle de la brancher)
	☐ Te connecter à Internet (entrer le mot de passe du réseau Wi-Fi)
	Installer les applications que tu veux (ex. : jeux)Régler des bogues (ex. : l'application arrête de fonctionner)
	Autre(s):
5.	Au niveau des règles sur Internet, est-ce qu'il est difficile ou serait facile pour toi de :
	Savoir identifier les personnes avec qui je peux parler ou ne pas parler
	Savoir quels genres de photos je peux partager ou ne pas partager
	Comprendre ce que je peux dire ou ne pas dire dans un espace public sur les réseaux sociaux
	(ex.: Facebook)
	Autre (s):
	Merci beaucoup de ta participation!

APPENDICE E

Le virage numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle : identification des habitudes de vie et rôles sociaux affectés (Questionnaire pour les personnes présentant une déficience intellectuelle)

INVITATION A PARTICIPER AU PROJET DE RECHERCHE : «Le virage numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle : identification des habitudes de vie et rôles sociaux affectés»

LETTRE D'INFORMATION

Chercheur principal

Dany Lussier-Desrochers, Ph. D.
Professeur au département de psychoéducation
Université du Québec à Trois-Rivières

Chercheurs collaborateurs

Claude L. Normand, Ph. D. Professeure au département de psychoéducation et de psychologie Université du Québec à Outaouais

Alejandro Romero-Torres, Ph. D., PMP
Professeur au département de management et technologie
Université du Québec à Montréal

Yves Lachapelle, Ph. D., FAAIDD Professeur au département de psychoéducation Université du Québec à Trois-Rivières

Collaboratrice d'un milieu de pratique

Geneviève Labrecque Directrice générale Regroupement pour la Trisomie 21 de Montréal

Objectif

L'objectif général du projet est de contribuer au développement d'un programme d'intervention favorisant la participation sociale des personnes présentant une déficience intellectuelle dans la société du numérique. Un objectif spécifique découle de cet objectif :

1. Identifier précisément les habitudes de vie et l'exercice des rôles sociaux affectés par le virage numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle.

^{*} Cette recherche est financée par l'Office des personnes handicapées du Québec

Tâche

Votre tâche consiste à répondre au questionnaire au meilleur de vos connaissances, en vous basant sur la réalisation des habitudes de vie et rôles sociaux de votre proche. Concrètement le questionnaire, disponible dans les pages suivantes, présente 30 tâches que votre proche est susceptible de réaliser dans la vie quotidienne. Celles-ci sont détaillées en différentes actions concrètes variant de une à quatre par tâche. Nous voulons avoir vos avis sur les éléments suivants :

- Identifier si la technologie est utilisée par le proche (personne présentant une DI) pour la réalisation de tâches et si non, pour quelle(s) raison(s).
- Identifier en quoi le virage numérique affectera la réalisation de l'habitude de vie par le proche et le niveau de satisfaction.
- Identifier le(s) type(s) d'aménagement(s) qui devront être mis en place pour soutenir la réalisation de l'habitude de vie par le proche (personne présentant une DI) dans le nouveau contexte numérique (dimensions accessibilité, sensori-motrice, cognitive, technique et des codes et conventions)

Risques, inconvénients, inconforts

Aucun risque n'est associé à votre participation. Le temps consacré au projet de recherche, soit un maximum de 30 minutes pour compléter le questionnaire demeure le seul inconvénient.

Bénéfices

Votre participation aidera l'équipe de recherche à identifier les habitudes de vie et l'exercice des rôles sociaux affectés par le virage numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle. Elle contribuera également au développement d'un programme d'intervention. Aucune compensation d'ordre monétaire n'est accordée.

Confidentialité

Les données recueillies par cette étude sont entièrement confidentielles et ne pourront en aucun cas mener à votre identification. Votre confidentialité sera assurée en vous attribuant un code d'identification. Ces données ne seront accessibles qu'à l'équipe de recherche. Les résultats de la recherche, qui pourront être diffusés sous forme d'articles ou de conférences, ne permettront pas de vous identifier.

Les données de recherche seront sur une Clé USB dans un classeur sous clé au Centre de partage d'expertise en intervention technoclinique (CPEITC) situé au Pavillon Michel-Sarrazin de l'Université du Québec à Trois-Rivières. Elles sont uniquement accessibles par l'équipe de recherche. Les données seront conservées jusqu'à 3 ans après le dépôt du rapport de recherche, puis supprimées en procédant à un reformatage de la clé USB.

Participation volontaire

Votre participation à cette étude se fait sur une base volontaire. Vous êtes entièrement libre de participer ou non et de vous retirer en tout temps sans préjudice et sans avoir à fournir d'explications. Votre refus ou votre retrait n'aura aucun impact. Advenant un retrait de votre part, les informations que vous avez transmises ne sont pas prises en compte lors de l'analyse du corpus de données.

Responsable de la recherche

Pour obtenir de plus amples renseignements ou pour toute question concernant ce projet de recherche, vous pouvez communiquer le chercheur principal, Dany Lussier-Desrochers au (819) 376-5011 Poste 4087.

Question ou plainte concernant l'éthique de la recherche

Pour toutes questions concernant vos droits en tant que participant à ce projet de recherche ou si vous avez des plaintes ou des commentaires à formuler vous pouvez communiquer avec la personne suivante (en fonction de votre région :

Commissaire local aux plaintes et à la qualité des services du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec

Numéro de téléphone : 819-370-2200, poste 3227

Commissaire local aux plaintes et à la qualité des services du CIUSSS du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Numéro de téléphone: 514-593-3600

Commissaire local aux plaintes et à la qualité des services du CISSS de l'Outaouais

Numéro de téléphone: 819-771-4179

Le comité d'éthique de la recherche du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Mauricie-et-du-Centre-du-Québec et le comité d'éthique de la recherche avec des êtres humains de l'Université du Québec à Trois-Rivières ont approuvé ce projet de recherche et en assurent le suivi. Ils approuveront au préalable toute version révisée et toute modification apportée au formulaire d'information et de consentement et au protocole de recherche. Pour toute information, vous pouvez communiquer avec le secrétariat du comité d'éthique de la recherche du CIUSSS MCQ au 819-372-3133 poste 32303.

CONSENTEMENT			
ENGAGEMENT DU CHERCHEUR Moi, Dany Lussier-Desrochers m'engage à procéder à cette étude conformément à toutes les normes éthiques qui s'appliquent aux projets comportant la participation de sujets humains.			
Consentement du participant Je, confirme avoir lu et compris la lettre d'information au sujet du projet « Le virage numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle : identification des habitudes de vie et rôles sociaux affectés ». J'ai bien saisi les conditions et les risques éventuels de ma participation. On a répondu à toutes mes questions à mon entière satisfaction. J'ai disposé de suffisamment de temps pour réfléchir à ma décision de participer ou non à cette recherche. Je comprends que ma participation est entièrement volontaire et que je peux décider de me retirer en tout temps, sans aucun préjudice.			
J'accepte donc librement de participer à ce projet de recherche J'accepte			

SECTION 1 : RÉALISATION DES HABITUDES DE VIE 1. HABITATION Dans la vie de tous les jours, est-ce que c'est facile ou difficile pour votre proche de faire des tâches dans la maison? Facile Difficile Tâche 1.1. Tâches domestiques Est-ce qu'il/elle entretient sa chambre (ex. : faire son lit, ramasser, nettoyer)? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour lui/elle Aide physique Oui Non Rappel verbal et/ou supervision II/elle ne veut pas le faire Technologie: C'est trop compliqué Autre : Autre raison : Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? Application pour l'aide à la réalisation de tâches Tablette / téléphone intelligent pour faire des rappels Autre(s): Non Est-ce qu'il/elle passe la balayeuse ?

Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour lui/elle Aide physique Oui Non Rappel verbal et/ou supervision ☐ II/elle ne veut pas le faire Technologie: C'est trop compliqué Autre : Autre raison: Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? ☐ Balayeuse robot ☐ Tablette / téléphone intelligent pour faire des rappels Autre(s): Non

Tâche 1.2. Liste d'épicerie

Est-ce qu'il/elle fait sa liste d'épicerie (sinon, passez à l'autre domaine) ?

	Seul(e), sans aide	□Non		
□Oui	Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle	
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ II/elle ne veut pas le faire	
	Technologie :		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Selon vous	est-ce que votre proche aimerait utiliser	une techno	logie pour l'aider à faire cette tâche?	
Applicati	on ou site web de l'épicerie			
Utiliser l'	appareil photo d'un téléphone ou d'une table	tte pour faire	une liste imagée	
Site Web	de recettes permettant de faire la liste des in	grédients pοι	ır l'épicerie	
☐ Microsof	t Word ou une application «notes»			
Autre(s)	:			
☐ Non				
Est-ce qu'	il/elle regarde les spéciaux ?			
	Seul(e), sans aide			
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle	
□Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Selon vous	, est-ce que votre proche aimerait utiliser	une techno	logie pour l'aider à faire cette tâche?	
Applicati	on avec les circulaires en ligne ou site web de	l'épicerie		
Recevoir	Recevoir les spéciaux par courriel			
☐ Autre(s)	☐ Autre(s):			
Non				

2. ALIMEN	ITATION			
Dans la vie de tous les jours, est-ce que c'est facile ou difficile pour votre proche de faire ses tâches en lien avec l'alimentation ?				
☐ Facile		☐ Difficile	!	
	. Cuisiner des recettes il/elle est capable de préparer son déj	aunar 2		
Est-ce qu	Seul(e), sans aide	euner :		
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle	
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Selon vous	. est-ce aue votre proche aimerait utiliser	une techno	loaie pour l'aider à faire cette tâche?	
Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? Application qui présente des photos et vidéos des étapes pour préparer le déjeuner Autre(s): Non				
Est-ce qu'	il/elle est capable de préparer un repo	ns de dîner	ou souper ?	
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle	
	Aide physique			
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	∐Non	II/elle ne veut pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
	, est-ce que votre proche aimerait utiliser on qui présente des photos et vidéos des étap :		• •	

Est-ce qu'	il/elle fait des recettes ?			
	Seul(e), sans aide	□Non	Quelqu'un le fait pour lui/elle	
	Aide physique			
Oui	Rappel verbal et/ou supervision		☐ II/elle ne veut pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? Site web ou applications de recettes Vidéos (YouTube ou autres) de recettes Photos ou vidéo sur un téléphone intelligent qui présente les étapes d'une recette Cadre photo numérique avec les photos des étapes d'une recette Autre(s): Non				
-	'il/elle est capable d'avoir une alime	entution vo	inee (ex manger anglerents fruits,	
legumes,	viandes) ?		T	
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle	
Oui	Aide physique	Non	U/alla na vaut nas la faira	
	Rappel verbal et/ou supervision		Il/elle ne veut pas le faire	
	Technologie :	1	C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? Une application qui donne des idées de repas variés ou d'aliments à manger Autre(s): Non				

Est-ce qu	'il/elle mange trois repas par jour (ex	: déjeuner,	dîner et souper) ?		
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
	Aide physique				
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
	s, est-ce que votre proche aimerait utilise s) pour dire les heures de repas (ex. : une mor :		•		
	Tâche 2.3. Repérer et jeter les aliments avariés Est-ce qu'il/elle peut reconnaitre la date d'expiration des aliments pour ensuite pouvoir les inter 2				
,	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
	Aide physique				
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Selon vous	s, est-ce que votre proche aimerait utilise	r une techno	ologie pour l'aider à faire cette tâche?		
_	qui dit quand jeter la nourriture qui est expir	ée			
Une app	olication qui rappelle quand jeter les aliments				
Autre(s)	:				
Non					

Tâche 2.4. Utilisation des électroménagers

■ Non

Est-ce qu'	il/elle utilise un four à micro-ondes ?		
	Seul(e), sans aide	□Non	Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision		☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
	, est-ce que votre proche aimerait utilise		
	ou vidéo sur un téléphone intelligent qui lui ra	opelle comme	ent utiliser un micro-onde
☐ Autre(s)☐ Non	:		
Est-ce qu'	il/elle utilise un grille-pain ?		
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique	□Non	
Oui	Rappel verbal et/ou supervision		☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Selon vous	, est-ce que votre proche aimerait utilise	une techno	logie pour l'aider à faire cette tâche?
l	ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappe	elle comment	utiliser un grille-pain
│	:		
Шиоп			
Est-ce qu'	il/elle utilise un petit four ?		
	Seul(e), sans aide		Ouglass'up to fait nous lui/alla
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Selon vous	, est-ce que votre proche aimerait utilise	r une techno	logie pour l'aider à faire cette tâche?
	ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappe		
	ière qui s'allume pour rappeler d'éteindre le p	etit four s'il a	été oublié
☐ Autre(s)	:		

Est-ce qu'il/elle utilise la cuisinière (four et plaque à cuisson) ?

	Seul(e), sans aide	□Non	Quelqu'un le fait pour lui/elle		
	Aide physique				
Oui	Rappel verbal et/ou supervision		☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre :		Autre raison :		
Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche?					
Photos o	u vidéo sur un téléphone intelligent qui rappe	lle comment	utiliser la cuisinière		
Une lumi	☐ Une lumière qui s'allume pour rappeler d'éteindre le petit four s'il a été oublié				
☐ Autre(s)	:				
Non					

3. HYGIÈNE Dans la vie de tous les jours, est-ce que c'est facile ou difficile pour votre proche de prendre soin de son hygiène?			
☐ Facile		☐ Difficile	2
	Hygiène buccale		
Est-ce qu	'il/elle se brosse les dents tous les jou	rs ?	
	Seul(e), sans aide	4	Quelqu'un le fait pour lui/elle
□ a :	☐ Aide physique	│	
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	LNon	II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:	_	C'est trop compliqué
	Autre : s, est-ce que votre proche aimerait utilise		Autre raison :
l'heure où il faut se brosser les dents ☐ Une brosse à dents qui dit le temps qu'il faut prendre pour se laver les dents et qui fait un son quand les dents sont propres ☐ Autre(s): ☐ Non			
Tâche 3.2. Porter des vêtements de circonstance Est-ce qu'il/elle choisit les vêtements qu'il/elle porte en fonction des circonstances (ex. : aller au travail, rester à la maison ou aller au restaurant)?			
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
	s, est-ce que votre proche aimerait utilise plication qui dit quels vêtements vont bien ens :		ologie pour l'aider à faire cette tâche?

Est-ce qu'	il/elle est capable de choisir ses vêten	nents selon	la température ?		
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
	Aide physique				
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre :		Autre raison :		
Selon vous	, est-ce que votre proche aimerait utilisei	une techno	logie pour l'aider à faire cette tâche?		
	lication qui dit quels vêtements porter en fond	ction de la ter	mpérature à l'extérieur		
Autre(s) Non	:				
Пиоп					
Est-ce au	'il/elle est capable de choisir des vê	tements se	elon les circonstances (ex. : aller au		
-	ester à la maison ou aller au restauran		(
	Seul(e), sans aide				
	Aide physique	-	Quelqu'un le fait pour lui/elle		
□Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre :		Autre raison :		
Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche?					
	lication qui dit quels vêtements porter en fond	ction des circo	onstances		
Autre(s)	:				
∐ Non					
Tâche 3.3	. Prendre son bain et/ou sa douche				
	il/elle prend son bain ?				
	Seul(e), sans aide				
	Aide physique	-	Quelqu'un le fait pour lui/elle		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre:	-	Autre raison :		
Selon vous	Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche?				
	nnologie qui dit si l'eau est trop chaude ou tro	p froide (ex. e	eau rouge quand c'est chaud et eau bleue		
l	'est froid)		Ata Wasan manana and Indéhanda		
☐ Une teci	nnologie qui dit quand son bain est presque pl :	ein ou qui arr	ete i eau pour ne pas qu'il deborde		
Non	•				

	ı'il/elle prend sa douche ?		
☐Oui	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique		
	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
	chnologie qui dit si l'eau est trop chaude ou c'est froid)	trop froide (ex.	eau rouge quand c'est chaud et eau bleue
Tâche 3.4	4. Futuatian das vâtamants et de la l		
Est-ce qu	4. Entretien des vêtements et de la l a'il/elle fait ton lavage ?	ingerie de la	maison
Est-ce qu		ingerie de ia	
Est-ce qu	ı'il/elle fait ton lavage ?	ingerie de ia	maison ☐ Quelqu'un le fait pour lui/elle
Est-ce qu	a'il/elle fait ton lavage ?	Non	
	Seul(e), sans aide Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision		Quelqu'un le fait pour lui/elle

Est-ce qu'	il/elle utilise la laveuse ?		
☐Oui	Seul(e), sans aide	□Non	Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique		
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Photos o	s, est-ce que votre proche aimerait utiliser ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappe ur un téléphone ou une montre pour dire de s :	elle comment	utiliser la laveuse
Est-ce qu'	il/elle utilise la sécheuse ?		
	Seul(e), sans aide	□Non	Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision		☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Selon vous	s, est-ce que votre proche aimerait utilise	r une techno	logie pour l'aider à faire cette tâche?
l	ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappe		
1	ur un téléphone ou une montre pour dire de s	ortir les vêtei	ments de la sécheuse pour les plier et les
ranger Autre(s)			
Auti e(s)	•		

■ Non

Dane la v	rie de tous les jours, est-ce que c'est	facile ou diff	icila naur vatra pracha da ca
	à l'extérieur de la maison ?	racile ou um	iche pour votre proche de se
☐ Facile		☐ Difficil	e
Tâche 4.1	1. Utiliser des moyens de transport (comme passa	ger
=	r'il/elle choisit le moyen de transpor transport en commun, taxi) ?	t qu'il/elle ut	ilise pour se déplacer (ex. : transport
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique		querqu un le lait pour lai, elle
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre :		Autre raison :
☐ Autre(s ☐ Non	, .		
Γâche 4.2	2. Déplacements dans le quartier		
		eulle) ou trou	ver son chemin dans son quartier
st-ce qu	'il/elle est capable de se déplacer se	eul(e) ou trou	ver son chemin dans son quartier
st-ce qu		eul(e) ou trou	
st-ce qu	r'il/elle est capable de se déplacer se au dépanneur) ?	eul(e) ou trou	ver son chemin dans son quartier Quelqu'un le fait pour lui/elle
st-ce qu	a'il/elle est capable de se déplacer se au dépanneur) ?	eul(e) ou trou	
Est-ce qu 'ex. aller	a'il/elle est capable de se déplacer se au dépanneur) ? Seul(e), sans aide Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle
st-ce qu ex. aller	a'il/elle est capable de se déplacer se au dépanneur) ? Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision		Quelqu'un le fait pour lui/elle
Est-ce qu Eex. aller	a'il/elle est capable de se déplacer se au dépanneur) ? Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision Technologie :		Quelqu'un le fait pour lui/elle Il/elle ne veut pas le faire C'est trop compliqué Autre raison :
Est-ce que ex. aller Oui Gelon vou	a'il/elle est capable de se déplacer se au dépanneur) ? Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision Technologie: Autre: s, est-ce que votre proche aimerait utilientre qui lui donne les indications	□ Non	Quelqu'un le fait pour lui/elle Il/elle ne veut pas le faire C'est trop compliqué Autre raison :
Est-ce que de la composición del composición de la composición del composición de la composición del composición de la composición del composición del composición del composición del composición del composición del composición d	A'il/elle est capable de se déplacer se au dépanneur) ? Seul(e), sans aide Aide physique Rappel verbal et/ou supervision Technologie: Autre: s, est-ce que votre proche aimerait utilizante qui lui donne les indications phone qui l'aide à se déplacer et à trouver se	□ Non	Quelqu'un le fait pour lui/elle Il/elle ne veut pas le faire C'est trop compliqué Autre raison :

5. TRAVA	IL		
	e de tous les jours, est-ce que c'est fa travail? [<u>Si le proche n'a pas d'emplo</u>		•
☐ Facile		☐ Difficile	
	. Réaliser ses tâches en milieu de trav		
Est-ce qu'	il/elle est capable de faire les tâches (qui sont aei 	nanaees par son employeur ?
	Seul(e), sans aide Aide physique	-	Quelqu'un le fait pour lui/elle
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:	<u> </u>	Autre raison :
Selon vous	s, est-ce que votre proche aimerait utilise	⊥ r une techno	
	ou vidéo sur un téléphone intelligent qui rappe		• •
employe			
☐ Autre(s) ☐ Non	:		
	. Suivre un horaire de travail	to do trava	il (arrivar à l'hours at respector les
-	'il/elle est capable de suivre l'horair t respecter le temps pour réaliser les t		ii (urriver a l'heure et respecter les
Fullious , 6	Seul(e), sans aide		
	Aide physique	□Non	Quelqu'un le fait pour lui/elle
Oui	Rappel verbal et/ou supervision		☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Une mo	s, est-ce que votre proche aimerait utilisen ntre qui rappelle quand faire les tâches qui lui pels sur son téléphone qu'il/elle transporterait :	sont demand	ées

Dans son calendrier du mois ou son agenda, est-il/elle capable d'identifier ses journées de travail et ses journées de congé ?

□Oui	Seul(e), sans aide	□Non	Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique		
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Selon vous,	est-ce que votre proche aimerait utiliser	une techno	logie pour l'aider à faire cette tâche?
Un calen	drier sur un ordinateur ou un téléphone qui lu	ii ferait des ra	ppels
Autre(s)			
Non			

6. LOISIR	rie de tous les jours, est-ce que c'est f	acile ou diff	icile pour votre proche d'avoir des
loisirs (le	ecture, écouter de la musique, quille,	cinéma) ?	
☐ Facile		☐ Difficil	e
Tâcha 6	1. Choisir des activités de loisirs		
raciie o.	1. Choisir des activités de loisirs		
Est-ce qu	ı'il/elle est capable de rechercher et c	hoisir des a	ctivités/loisirs qui l'intéressent ?
	Seul(e), sans aide		
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre :		Autre raison :
elon vou	ıs, est-ce que votre proche aimerait utilis	er une techno	ologie pour l'aider à faire cette tâche?
Site Int	ernet pour trouver les activités		
_	ernet pour l'inscrire aux activités		
☐ Autre(s ☐ Non	s) :		
Fâcho 6 '	2. Utiliser des appareils numériques p	our le diver	tissamant
i aciie o	2. Ottiisei des apparens numenques p	Jour le diver	ussement
st-ce qu	ı'il/elle utilise la télévision ?		
<u> </u>	Seul(e), sans aide		
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
elon vou	ıs, est-ce que votre proche aimerait utilis	er une techno	ologie pour l'aider à faire cette tâche?
	évision qu'il/elle peut activer avec sa voix		,
Autre(s	s):		
Non			

Est-ce qu'il/elle est capable d'enregistrer une émission pour la regarder plus tard? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour lui/elle Aide physique Oui Non Rappel verbal et/ou supervision ☐ II/elle ne veut pas le faire C'est trop compliqué Technologie: Autre : Autre raison : Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? Une télévision qu'il/elle peut activer avec sa voix Autre(s): Non Est-ce qu'il/elle est capable de mettre un film ou une série TV (DVD, enregistreur numérique, Netflix)? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour lui/elle ☐ Aide physique Oui Non Rappel verbal et/ou supervision ☐ II/elle ne veut pas le faire C'est trop compliqué Technologie: Autre: Autre raison : Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? Une télévision qu'il/elle peut activer avec sa voix Autre(s): Non Est-ce qu'il/elle utilise un ordinateur ? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour lui/elle Aide physique Oui Non Rappel verbal et/ou supervision ☐ II/elle ne veut pas le faire Technologie: C'est trop compliqué Autre raison : Autre : Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? n/a

Est-ce qu'	'il/elle utilise une tablette électroniqu	e ?			
	Seul(e), sans aide Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre :		Autre raison :		
Selon vous	Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche?				
n/a					
Est-ce qu'il/elle joue à des jeux vidéos ?					
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
	Aide physique		Queiqu un le lait pour lui/elle		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche?					

n/a

7. SANTÉ			
Dans la vi soins de s	e de tous les jours, est-ce que c'est fa a santé?	icile ou diffi	icile pour votre proche de prendre
☐ Facile		☐ Difficile	
	. Utiliser les services de santé il/elle va à la clinique médicale, dent	tiste, centre	e hospitalier, centre de réadaptation,
pharmaci	??		
	Seul(e), sans aide Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre :		Autre raison :
Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? Une application pour lui rappeler ses rendez-vous Un rappel de rendez-vous sur un téléphone intelligent ou sur une montre Autre(s): Non			
Est-ce qu'	il/elle prend des médicaments ?	_	
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	∐Non	II/elle ne veut pas le faire
	Technologie :	_	C'est trop compliqué
	Autre :		Autre raison :
Une app	, est-ce que votre proche aimerait utilise lication qui lui rappellerait quand prendre ses e de pilule électronique qui lui dirait quand p :	médicament	s

Tâche 7.2. Pratiquer des activités physiques

Est-ce qu'il/elle pratique des activités physiques pour maintenir ou améliorer sa condition physique et sa santé ?

	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
	Aide physique				
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Selon vous	Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche?				
Une appl	ication pour lui rappeler de faire de l'activité				
Une mon	☐ Une montre qui lui propose des activités physiques à faire				
☐ Une application qui l'encouragerait à faire des exercices					
Autre(s):					
Non					

8. COMMUNICATION Dans la vie de tous les jours, est-ce que c'est facile ou difficile pour votre proche de communiquer avec les autres ?			
☐ Facile		☐ Difficile	2
	Communication écrite 'il/elle est capable d'envoyer un courr	iel ?	
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique	Non	Queiqu un le lait pour lui/elle
☐Oui	Rappel verbal et/ou supervision		☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Une app Autre(s) Non Tâche 8.2	olication qui écrit le courriel à sa place (en lui de plication qui lui permettrait d'envoyer une vidé : 2. Courrier électronique 2. 'il/elle est capable d'aller voir et lire se	eo au lieu d'éc	crire le courriel
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre :		Autre raison :
	s, est-ce que votre proche aimerait utilise hnologie qui lui lirait ses courriels :	r une techno	ologie pour l'aider à faire cette tâche?

Tâche 8.3. Rechercher des informations

Est-ce qu'il/elle est capable de faire des recherches pour trouver de l'information sur un sujet (ex. : connaître l'heure de présentation d'un film au cinéma, l'ouverture d'un magasin, etc.) ?

(0000	По и »				
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
Oui	Aide physique				
	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre :		Autre raison :		
Selon vous	s, est-ce que votre proche aimerait utilisei	une techno	logie pour l'aider à faire cette tâche?		
☐ Une app	olication qui lui permettrait de faire des recher	ches sur Inter	net en parlant à l'ordinateur		
Une app	olication qui lui permettrait de chercher sur Inte	ernet en utilis	ant des photos		
Autre(s)	:				
Non					
Est-ce qu	'il/elle est capable de lire des informat	ions prései	ntées sur Internet ?		
	Seul(e), sans aide		Ovelandon la fait neum hidelle		
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre :		Autre raison :		
Selon vous	Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche?				
Une app	olication qui lit les pages Internet		- -		
Autre(s)	:				

Tâche 8.4. Maintien de liens sociaux

Est-ce qu'il/elle est capable de communiquer avec ses amis ou ses proches qui n'habitent pas avec lui/elle ?

	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
	Aide physique				
☐Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche?					
☐ Une technologie qui lui permet de rejoindre un ami ou un proche sans avoir à retenir le numéro (appeler en					
appuyan	appuyant sur une photo)				
Une tech	Une technologie qui lui permet de voir la personne quand il/elle lui parle (ex. appel Skype).				
☐ Autre(s):					
Non					

le paie en argent ou avec une carte de Quelqu'un le fait pour lui/elle Il/elle ne veut pas le faire C'est trop compliqué Autre raison :
Quelqu'un le fait pour lui/elle Il/elle ne veut pas le faire C'est trop compliqué
Quelqu'un le fait pour lui/elle Il/elle ne veut pas le faire C'est trop compliqué
Quelqu'un le fait pour lui/elle Il/elle ne veut pas le faire C'est trop compliqué
☐ II/elle ne veut pas le faire ☐ C'est trop compliqué
☐ II/elle ne veut pas le faire ☐ C'est trop compliqué
C'est trop compliqué
Autre raison :
ologie pour l'aider à faire cette tâche?
uichet automatique. Si oui, est-ce qu
Quelqu'un le fait pour lui/elle
☐ II/elle ne veut pas le faire
C'est trop compliqué
Autre raison :

Tâche 9.2. Payer ses factures

Est-ce qu	'il/elle paye ses factures ?				
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
	Aide physique				
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Une ted	Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? Une technologie qui l'aiderait à se rappeler quand payer ses factures Une application qui l'aiderait à payer ses factures Autre(s):				
Tâche 9.3. Planifier son budget Est-ce qu'il/elle est capable de planifier son budget selon l'argent qu'il/elle a et les dépenses qu'il/elle fait ?					
	Seul(e), sans aide		Overland on faith a combridable		
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
□Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie:		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
	s, est-ce que votre proche aimerait utilis				
☐ Une application qui lui permet de voir combien d'argent il/elle possède ☐ Une application qui l'aiderait à savoir les dépenses qu'il/elle a faites					
	olication qui calculerait son budget automatic				
Autre(s):					
Non					

10. SÉCUI	RITÉ		
Dans la v de sa séc	ie de tous les jours, est-ce que c'est f urité?	acile ou dif	ficile pour votre proche de s'assurer
☐ Facile		☐ Difficile	<u>;</u>
Tâche 10.1. Sécurité du domicile avant de quitter Est-ce qu'il/elle regarde si les appareils électroménagers et électroniques sont éteints			
(cuisinier	e, télévision, bouilloire, etc.)?		T
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	Non	II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
	nière rouge qui s'allumerait ou un son pour lui ntre qui vibre pour lui dire qu'il/elle a oublié d :		
Est-ce qu maison, e	T.	rconstances	(ex. : pluie, froid, vent, départ de la
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle
По. .:	Aide physique		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
6.1	Autre:		Autre raison :
Une lum	s, est-ce que votre proche aimerait utilise nière ou un son pour lui dire s'il/elle a oublié d ntre qui vibre pour lui dire de fermer les fenêt :	e fermer les f	-

Est-ce qu'il/elle s'assure que les robinets sont fermés lorsqu'ils ne sont pas utilisés (ex. : lorsqu'il/elle termine de laver ses mains, il/elle ferme le robinet)? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour lui/elle Aide physique Oui Rappel verbal et/ou supervision Non ☐ II/elle ne veut pas le faire Technologie: C'est trop compliqué Autre : Autre raison: Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? Une lumière ou un son pour lui dire s'il/elle a oublié de fermer le robinet Une montre qui vibre pour lui dire de fermer le robinet Autre(s): Non Lorsqu'il/elle quitte la maison, est-ce qu'il/elle barre la porte? Seul(e), sans aide Quelqu'un le fait pour lui/elle Aide physique Oui Rappel verbal et/ou supervision Non | | II/elle ne veut pas le faire Technologie: C'est trop compliqué Autre : Autre raison : Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche? Une porte qu'il/elle peut barrer et débarrer sans utiliser de clé (en appuyant sur un bouton sur son téléphone) Une application qui lui permettrait de voir sur son téléphone s'il/elle a bien barré la porte de la maison Autre(s):

☐ Non

Tâche 10.2. Contacter les services d'urgence

Est-ce qu'il/elle est capable de contacter les bonnes personnes dans les situations d'urgence ?

-	•	•			
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
	Aide physique		Quelqu un le fait pour fuivelle		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre :		Autre raison :		
Selon vous	, est-ce que votre proche aimerait utiliser	une techno	logie pour l'aider à faire cette tâche?		
Un télép	hone qui lui permet d'appeler les bonnes pers	onnes en app	uyant sur une image (ne pas avoir à retenir		
le numé	•				
Autre(s)	:				
∐ Non					
S'il y a un	feu, est-ce qu'il/elle sait qui contacte	r ?			
	Seul(e), sans aide		Oveland in fait neum hij falle		
	Aide physique		Quelqu'un le fait pour lui/elle		
Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire		
	Technologie :		C'est trop compliqué		
	Autre:		Autre raison :		
Selon vous	Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche?				
Une app	lication qui appelle automatiquement les pom	piers s'il y a u	n feu		
☐ Autre(s)	:				
Non					

S'il/elle se blesse gravement ou quelqu'un avec lui/elle se blesse, sait-il/elle qui contacter?

	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle	
	Aide physique			
☐Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire	
	Technologie:		C'est trop compliqué	
	Autre:		Autre raison :	
Selon vous,	Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche?			
Un télépl	none qui lui permet d'appeler les bonnes pers	onnes en app	uyant sur une image (ne pas avoir à retenir	
le numér	o).			
Autre(s)				
Non				

11. GESTI	ON DU TEMPS		
Dans la vi temps?	e de tous les jours, est-ce que c'est fa	acile ou diff	ficile pour votre proche de gérer son
☐ Facile		☐ Difficile	
	1. Prise de rendez-vous	2	
Est-ce qu	il/elle prend en note ses rendez-vous	<i>r</i> 	1
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle
По. .:	Aide physique	□Non	M/alla na vaut nas la faire
Oui	Rappel verbal et/ou supervision		II/elle ne veut pas le faire
	Technologie:		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
	, est-ce que votre proche aimerait utiliser drier sur un ordinateur ou un téléphone :	r une techno	logie pour l'aider à faire cette täche?
Est-ce qu'	il/elle appelle pour prendre les rendez	z-vous ?	
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle
	Aide physique		
☐Oui	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire
	Technologie :		C'est trop compliqué
	Autre:		Autre raison :
Un calen	, est-ce que votre proche aimerait utiliser drier sur un ordinateur ou un téléphone qui lu nologie qui lui permet de rejoindre son interv le numéro (appeler en appuyant sur une pho :	ui ferait des ra enant, profes	ppels pour prendre les rendez-vous

Tâche 11.2. Ponctualité aux rendez-vous

Est-ce qu'il/elle arrive à l'heure à ses rendez-vous ?								
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle					
Oui	Aide physique							
	Rappel verbal et/ou supervision	□Non	☐ II/elle ne veut pas le faire					
	Technologie :		C'est trop compliqué					
	Autre:		Autre raison :					
Selon vous, est-ce que votre proche aimerait utiliser une technologie pour l'aider à faire cette tâche?								
Un calendrier sur un ordinateur ou un téléphone qui lui ferait des rappels								
☐ Autre(s):								
Tâche 11.3. Planification des tâches et activités Est-ce qu'il/elle planifie ses tâches (ex. : faire le ménage, faire le lavage, aller au travail) et ses activités (ex. : jouer aux jeux vidéo, aller au cinéma, aller aux quilles) ?								
	Seul(e), sans aide		Quelqu'un le fait pour lui/elle					
□Oui	Aide physique	□Non						
	Rappel verbal et/ou supervision		☐ II/elle ne veut pas le faire					
	Technologie:		C'est trop compliqué					
	Autre:		Autre raison :					
l	, est-ce que votre proche aimerait utiliser drier sur un ordinateur ou un téléphone :	une techno	logie pour l'aider à faire cette tâche?					

SECTION 2 : PYRAMIDE D'ACCESSIBILITÉ

Selon vous, parmi les éléments suivants, est-ce qu'il y a des choses que votre proche trouve difficiles ou qu'il/elle trouverait difficiles avec la technologie (cochez ce qui est difficile) ?

	Au niveau de l'accès à la technologie, est-ce qu'il est difficile ou serait difficile pour lui/elle de : [Faire l'achat d'une technologie (ex. : acheter un ordinateur ou une tablette numérique avec
	son argent) Faire le paiement pour sa connexion Internet (quelqu'un paie pour lui/elle ou l'aide à payer la connexion Internet / forfait cellulaire) Autre(s):
2. P	our manipuler la technologie, est-ce qu'il est difficile ou serait difficile pour lui/elle de : Utiliser un écran de petite taille (ex. utiliser un téléphone intelligent à cause de la petite taille de l'écran) Lire le contenu d'un site Internet
	Utiliser l'écran tactile (ex. : difficile d'appuyer sur les onglets (petits symboles) pour utiliser une application)Autre(s) :
3. <i>A</i>	Au niveau de la compréhension, est-ce qu'il est difficile ou serait facile pour lui/elle de : Comprendre les informations écrites sur un site Internet Écrire pour faire une recherche sur Internet ou envoyer un courriel Comprendre comment fonctionne la technologie (ex. : l'ouvrir, aller sur Internet, etc.) Autre(s):
	u niveau des aspects techniques de la technologie, est-ce qu'il est difficile ou serait facile ir lui/elle de :
pou	Recharger la batterie (quelqu'un la branche pour lui/elle ou lui rappelle de la brancher) Se connecter à Internet (entrer le mot de passe du réseau Wi-Fi) Installer les applications qu'il/elle veut (ex. : jeux) Régler des bogues (ex. : l'application arrête de fonctionner) Autre(s):
6.	Au niveau des règles sur Internet, est-ce qu'il est difficile ou serait facile pour lui/elle de : Savoir identifier les personnes avec qui il/elle peut parler ou ne pas parler Savoir quels genres de photos il/elle peut partager ou ne pas partager Comprendre ce qu'il/elle peut dire ou ne pas dire dans un espace public sur les réseaux sociaux (ex. : Facebook) Autre (s):

Merci beaucoup de votre participation!

Vous pouvez transmettre votre questionnaire complété à : Dany.Lussier-Desrochers@uqtr.ca

effets d'un programme d'intervention favorisant la participation sociale des personnes présentant une déficience intellectuelle dans la société du numérique

Le présent rapport décrit une recherche poursuivant deux objectifs qui se sont réalisés en quatre phases:

Objectif 1:

Identifier précisément les habitudes de vie et l'exercice des rôles sociaux affectés par le virage numérique pour les personnes présentant une déficience intellectuelle.

Phase 1. Identifier les habitudes de vie

Phase 2. Valider les habitudes de vie identifiées

Objectif 2:

Développer un programme d'intervention ciblant spécifiquement l'inclusion et la participation numérique des personnes présentant une DI et en évaluer les effets.

Phase 3. Évaluer des effets du programme TASA sur l'évolution de la trajectoire d'inclusion numérique de personnes présentant une DI ainsi que sur l'autodétermination, l'estime de soi et la qualité de vie

Phase 4. Développer le format définitif du programme FU-T (Formation à l'Utilisation des Technologies)

Ce rapport décrit les résultats obtenus pour chacune des phases.