



Service de soutien à l'adaptation scolaire

Le 15 novembre 2023

# Session d'automne 23

## Infolettre no. 2

Pour cette seconde parution de la session, nous vous avons préparé un numéro riche et diversifié sur le thème des handicaps invisibles.

À l'instar de la partie submergée des icebergs, une grande partie de nos étudiants.es présentent une condition invisible. Avec ouverture, sensibilité et empathie nous vous invitons à en apprendre davantage sur diverses formes de handicaps invisibles.

Nous vous partageons également nos coups de cœur en matière de stratégies de mémorisation.

Finalement, nous offrons aux enseignants.es une rubrique dédiée aux laboratoires d'examen.

Bonne lecture!



### DANS CE NUMÉRO

Handicaps invisibles...	2-4
Mémorisation .....	5-6
Laboratoires.....	7-8
Questionnaire.....	9
Nous joindre.....	10

# Les handicaps invisibles



Parmi les handicaps invisibles, nous retrouvons par exemple :

- Les troubles d'apprentissage (dyslexie, dysorthographe, dyscalculie, etc.)
- Les déficiences organiques (fibromyalgie, cancer, épilepsie, scléroses en plaques, fibrose kystique, diabète, etc.)
- Les déficiences visuelles
- Les déficiences auditives
- Le trouble du spectre de l'autisme
- Les troubles du langage et de la parole
- Les troubles de santé mentale (trouble d'anxiété généralisée, dépression, etc.)
- Le trouble déficitaire de l'attention
- Les traumatismes crâniens

## Les handicaps invisibles

# Viens souper

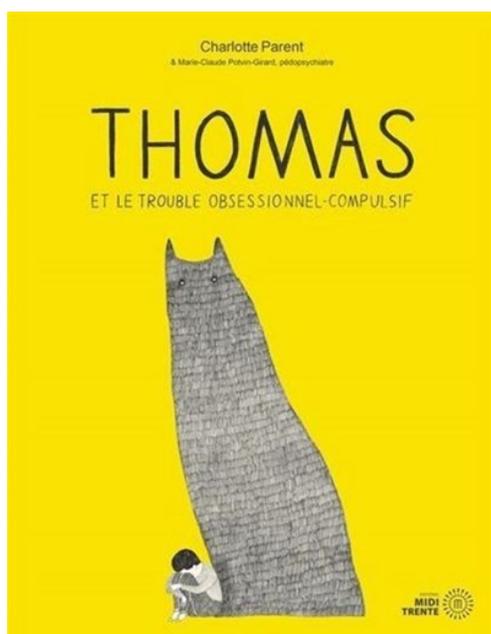
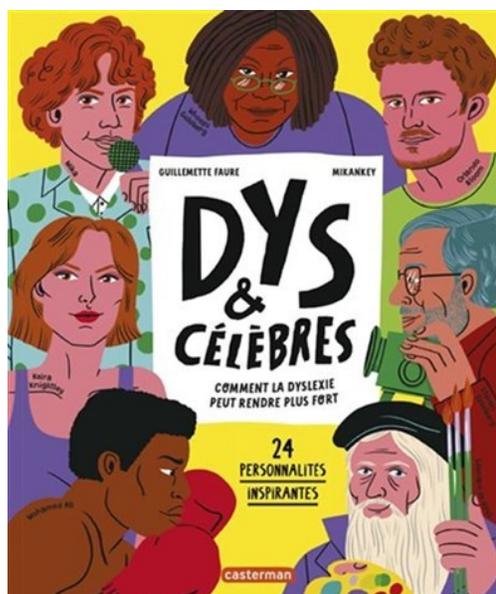
### Viens souper

Lorsqu'un handicap est invisible, un écart peut se créer entre la perception des autres et la réalité des personnes concernées. L'animateur, Dominic Tardif, et ses trois invités vous convient autour d'un repas pour explorer ce sujet avec ouverture et humour.

### Dys & célèbres

**Comment la dyslexie peut rendre plus fort : 24 personnalités inspirantes**

Découvrez dans ce livre le parcours d'artistes, de réalisateurs, de sportifs, de personnalités politiques et de scientifiques ayant transformé leur dyslexie en force.



### Thomas et le trouble obsessionnel compulsif

Extrait du résumé :

Selon l'Organisation mondiale de la santé, le trouble obsessionnel compulsif représente l'un des troubles psychiatriques les plus invalidants.

Cet album témoigne avec une grande sensibilité d'une réalité incomprise et méconnue. Comme outil bibliothérapeutique, cet ouvrage sera également fort utile aux intervenants qui accompagnent des jeunes atteints. Une section psychoéducative sur le TOC complète l'ouvrage.



### Passer le message

Animée par l'orthophoniste Agathe Tupula Kabola, cette série télévisée démystifie les divers troubles qui touchent la communication, tels que les troubles d'apprentissage et les troubles de la parole. Ce magazine scientifique, pratique et divertissant se décline en 7 épisodes de 30 minutes. À découvrir!

### Pour garder toute sa tête

Dans ce documentaire, la réalisatrice Nancy Florence Savard lève le voile sur les commotions cérébrales.

Ces athlètes se croyaient invincibles. Puis bang! Un coup, un impact, une déconnexion au cerveau s'est produite. Confusion, perte de mémoire, dépression et réhabilitation.

De jeunes athlètes témoignent de l'impact de la commotion cérébrale dans leur vie et des spécialistes expliquent l'évolution des traitements pour contrer ce mal qui passe trop souvent inaperçu.



## Rubrique pour les étudiants.es : la mémorisation



**Voici quelques informations utiles qui pourraient t'aider dans tes études.**

**Il existe plusieurs types de mémoire.**

Il pourrait être avantageux pour toi d'en utiliser plus d'une afin de mieux te souvenir de la matière apprise en classe.

**La mémoire de travail** ou **à court terme** te permet de traiter plusieurs informations en même temps telles que les mots qui forment les phrases ou les consignes données par ton enseignant.e. Cette mémoire est rapidement surchargée et elle est de très courte durée. Elle est facilement distraite par les stimuli extérieurs et donc très liée à l'attention.

**La mémoire à long terme** emmagasine certaines informations provenant de ta mémoire de travail . Ce peut être des détails auxquels tu as porté plus d'attention ou des sujets dans lesquels tu as déjà de belles connaissances. C'est en quelque sorte ton disque dur où toutes les informations sont classées et mémorisées.

**La mémoire sensorielle** fait appel à l'un ou plusieurs de tes sens. Elle retient l'information quelques secondes seulement. Elle peut aussi être liée à tes émotions.

### 100 milliards de neurones

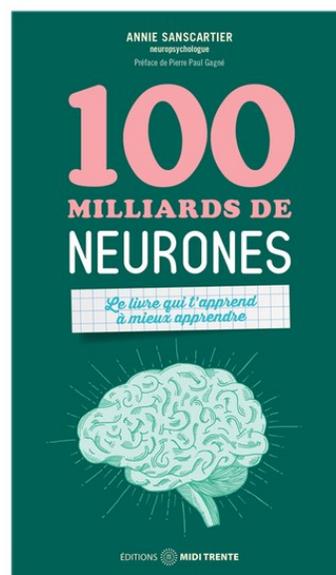
*Le livre qui t'apprend à mieux apprendre*

Tes intervenantes au SSAS te suggèrent fortement cette lecture. Ce livre regorge d'idées, de conseils et d'outils pour mieux apprendre.

Tu y trouveras des astuces pour maximiser ta mémorisation, ton attention, tes périodes d'étude, tes stratégies d'apprentissage et bien plus.

Ce livre est disponible à la [bibliothèque](#) du Cégep!

Bonne étude!





## Voici quelques conseils pour améliorer ta mémorisation

### Relis tes notes de cours de la journée à chaque soir

- ◆ Pose-toi des questions;
- ◆ Fais appel à tes connaissances antérieures;
- ◆ Utilise ta mémoire sensorielle;
- ◆ Ressors les éléments clés à l'aide de [cet outil](#).

### Révisé plusieurs fois

- ◆ C'est en étudiant ta matière plusieurs fois que les connexions neuronales vont se solidifier.
- ◆ Connexion neuronale forte = meilleure mémorisation!

### Teste-toi

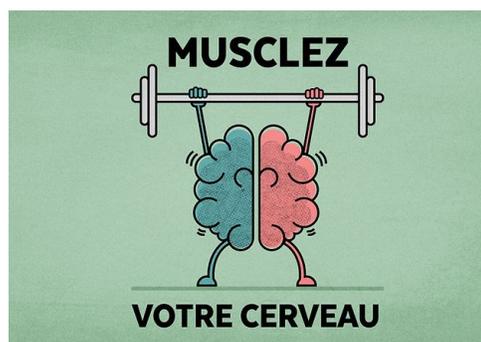
Fais travailler ta mémoire régulièrement en essayant de te remémorer divers aspects de ta vie. Mets ta mémoire au défi!

Voici des exemples :

- ◆ Qu'est-ce que j'ai mangé hier pour souper ?
- ◆ Que portait mon.ma meilleur.e ami.e hier ?
- ◆ De quoi a-t-on parlé dans le dernier cours ?
- ◆ À quoi ressemblait le support visuel utilisé par mon enseignant.e ?
- ◆ A-t-on donné des exemples particuliers lors du cours lorsqu'il était question de ce sujet ?

Prends l'habitude de faire appel à ta mémoire AVANT de regarder tes notes de cours.

### Souviens-toi que pour apprendre, tu dois entraîner tes neurones!



# Rubrique pour les enseignants - Laboratoires d'examen

## Sensibilisation à la réalité de l'équipe qui coordonne et surveille les laboratoires d'examen

Lors des journées très achalandées :

- ◆ Plus de 120 examens sont prévus, pour de nombreux cours différents.
- ◆ Plusieurs étudiants.es entrent et sortent du laboratoire au même moment.
- ◆ La modalité de chacun de ces examens (portable en classe, ordinateur au labo d'examen, à l'écrit) diffère selon les accommodements prévus au plan d'intervention de chaque étudiant et le contexte d'évaluation.
- ◆ Un travail de planification et de coordination est effectué en amont de chaque journée d'examen afin de planifier le personnel requis pour chaque bloc horaire et réserver au besoin des locaux de débordement.

### Afin de mieux vous servir :

- **Veillez svp confirmer les demandes d'examens dès que vous recevez une demande.**
  - ◇ L'étudiant.e sera ainsi rassuré.e puisque sa demande de réservation d'examen sera complète et notre équipe lui aura réservé une place au laboratoire.
  - ◇ Vous pourrez déposer l'examen à un moment ultérieur.
  - ◇ Une fois la demande d'examen reçue et confirmée, le SSAS peut préparer le matériel nécessaire pour le déroulement de l'examen.
- **Veillez svp opter pour le format Word lorsque vous déposez l'examen dans Omnivox**  
Le logiciel de synthèse vocale WordQ, logiciel utilisé par plusieurs étudiants.es pour faciliter la lecture des questions, n'est malheureusement pas compatible avec le format PDF.
- **Pour les examens réalisés à la main, dans la mesure du possible, veuillez svp préparer une enveloppe par étudiant.e avec les informations suivantes :**
  - Nom, prénom de l'étudiant
  - Titre du cours et numéro de groupe
  - Nom, prénom de l'enseignante
  - Date(s) des séances
  - Le matériel autorisé

### À noter :

Pour les examens se déroulant sur plusieurs séances :

- L'étudiant.e peut réaliser son temps supplémentaire au moment le plus opportun en fonction de son horaire de cours ou de ses limitations.
- Dans de tels cas, l'étudiant.e doit finaliser son examen à la même date que le reste du groupe.

### Comment vais-je recevoir l'examen après la séance prévue au SSAS?

#### Examen fait sur ordinateur :

Vous recevrez la copie d'examen via Omnivox.

Vous y avez accès dans la demande de réservation d'examen de votre étudiant.e.

#### Examen fait à la main :

Vous recevrez la copie d'examen dans votre pigeonier.

## **Le plagiat**

Le SSAS est très sensible au plagiat et déploie diverses mesures pour en limiter l'occurrence:

- Nous avons augmenté le nombre de caméras dans nos laboratoires;
- Lorsque nous suspectons du plagiat de la part d'un.e étudiant.e, nous nous connectons à distance sur son ordinateur;
- Les surveillants.es circulent dans le laboratoire et portent une attention aux ouvrages que les étudiants.es ont apportés dans le local en tenant compte du matériel autorisé par l'enseignant.e;
- Nous tentons, dans la mesure du possible, de ne pas placer les étudiants.es qui ont le même examen un à côté de l'autre;
- Lorsqu'une situation de plagiat est observée par nos surveillants.es, une note est préparée à cet égard à l'intention de l'enseignant.e.
- L'étudiant.e est avisé et divers suivis sont enclenchés par notre équipe.



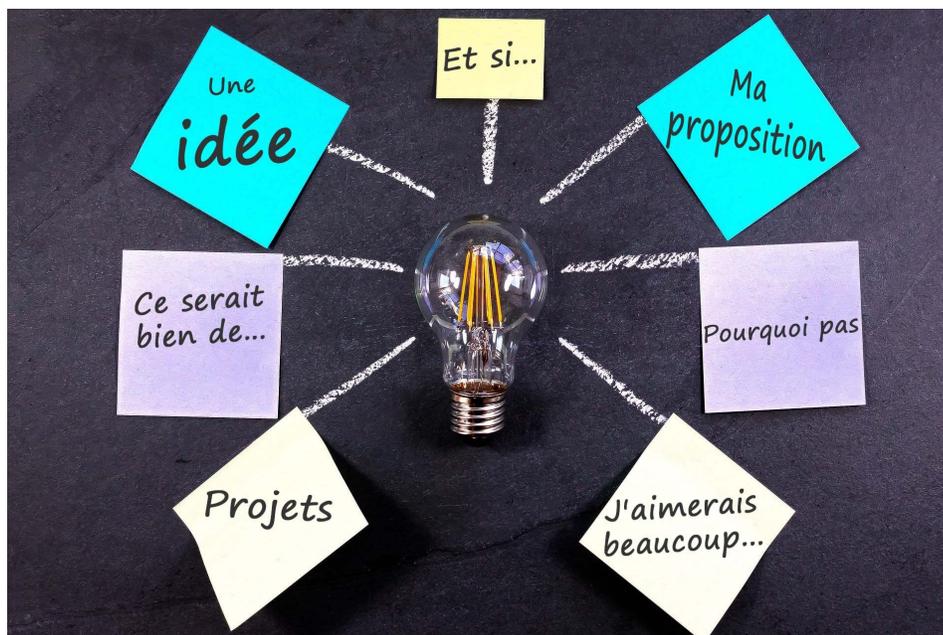
## **Amélioration continue de notre offre de services**

Vous avez une suggestion à nous partager au regard de la réservation d'examen ou des laboratoires? Nous vous invitons à en faire part à Myriam Desrochers.

# Une idée, une suggestion!

Quels sujets aimeriez-vous que nous abordions dans nos prochaines infolettres?

Nous vous invitons à répondre à ce court [questionnaire](#).



## NOUS JOINDRE



<p><b>Campus Félix-Leclerc</b> En personne au F1144 MIO: SAS-FLX SSAS-FELIX@cegepoutaouais.qc.ca 819-770-4012 (6021)</p>	<p><b>Campus Gabrielle-Roy</b> En personne au 2.815 MIO: SAS-GAB SSAS-GAB@cegepoutaouais.qc.ca 819-770-4012 (6020)</p>
--	--

*« Il n'y a qu'une seule façon de voir les choses jusqu'à ce que quelqu'un nous montre comment les voir avec de nouveaux yeux. »*

- Pablo Picasso