



Before our Introduction -

This communication is created in both the official languages of IL Canada; English and French. We are pleased to present each article in both languages with French following English in each section.

Please enjoy!

Avant notre introduction -

Ce document est rédigé dans les deux langues officielles de VA Canada, soit l'anglais et le français. Nous sommes heureux de vous présenter chaque article dans les deux langues, le français suivant l'anglais dans chaque section.

Bonne lecture !

Introducing: *The voice of Independent Living Canada*

As IL Canada marks 40 years of advancing independent living and disability rights across the country, we are also renewing how we connect, reflect, and share our collective voice.

Many in our community will remember *The Perspective*, IL Canada's newsletter from several years ago (which was preceded by several years of CAILC News Bulletin). It captured the thinking of its time and helped strengthen our national movement. As the world — and our movement — has grown and changed, so too must the ways we tell our stories and share our insights.

Our Perspective is the next chapter. This renewed newsletter honours our history while looking ahead, centring lived experience, emerging issues, and the leadership of people with disabilities across Canada. It is a space for reflection, learning, and connection — grounded in 40 years of advocacy and focused on the future we are building together.

We're proud to celebrate this milestone year by sharing *Our Perspective* — and we invite you to help shape it as we move forward.

Présentation : Notre point de vue – La voix de Vie autonome Canada

Alors que VA Canada célèbre 40 ans de promotion de l'autonomie et des droits des personnes handicapées à travers le pays, nous renouvelons également notre façon de communiquer, de réfléchir et de faire entendre notre voix collective.

Nombreux sont ceux qui, dans notre communauté, se souviennent de **The Perspective**, le bulletin d'information de VA Canada paru il y a quelques années (et qui avait succédé au **CAILC News Bulletin** pendant plusieurs années). Ce bulletin reflétait les idées de son époque et a contribué à renforcer notre mouvement national. À mesure que le monde – et notre mouvement – ont évolué, nos façons de raconter notre histoire et de partager nos idées doivent elles aussi évoluer.

Notre *Perspective* ouvre un nouveau chapitre. Ce bulletin renouvelé rend hommage à notre histoire tout en se tournant vers l'avenir, en mettant l'accent sur l'expérience vécue, les enjeux émergents et le leadership des personnes handicapées partout au Canada. C'est un espace de réflexion, d'apprentissage et de connexion, fondé sur 40 ans de défense des droits et axé sur l'avenir que nous bâtissons ensemble.

Nous sommes fiers de célébrer cette année marquante en partageant

notre point de vue — et nous vous invitons à contribuer à le façonner pour l'avenir.



Follow us on social - Suivez-nous sur les réseaux sociaux



Welcome to *Our Perspective*

By Freda Uwa

National Executive Director
Independent Living Canada

Welcome—and thank you for being here.

I am so pleased to welcome you to ***Our Perspective***, Independent Living Canada's renewed newsletter. This space has been created to share stories, ideas, and reflections that centre the voices and lived experiences of people with disabilities across this country. It is a place for learning, connection, and—most importantly—truth.

The name *Our Perspective* is intentional. It speaks to the collective wisdom of our community, to the belief that people with disabilities are experts in our own lives, and to the understanding that meaningful change must be informed by those most impacted. This newsletter builds on IL Canada's long history of thought leadership while looking firmly toward the future.

This year makes that future feel especially powerful. **In 2026, Independent Living Canada celebrates 40 years** of advancing disability rights, self-determination, and community-based supports. For four decades, IL Canada and our network have challenged systems that limit choice and have worked tirelessly to ensure that people with disabilities can live with dignity, autonomy, and belonging in their communities.

As we mark this milestone anniversary, *Our Perspective* will reflect both where we have been and where we are going. We will honour the advocates and leaders who paved the way, examine the barriers that persist today, and amplify bold visions for a more inclusive Canada. This anniversary year is not only about celebration—it is about recommitment.

I hope this newsletter becomes a space you return to often. A space that informs, challenges, and inspires. A space that reminds us that progress is possible when we listen to one another and act together.

Thank you for being part of IL Canada's community, and for walking with us as we celebrate 40 years of Independent Living—and build the decades to come.

With gratitude and solidarity,

Freda Uwa



Bienvenue dans *Notre perspective*

par Freda Uwa

directrice générale nationale

Vie autonome Canada

Bienvenue — et merci d'être là.

Je suis ravie de vous accueillir dans ***Notre Perspective***, le nouveau bulletin d'information d'Autonomie Canada. Cet espace a été créé pour partager des histoires, des idées et des réflexions qui mettent en lumière les voix et les expériences vécues des personnes handicapées partout au pays. C'est un lieu d'apprentissage, de connexion et, surtout, de vérité.

Le nom « *Notre perspective* » est choisi avec soin. Il reflète la sagesse collective de notre communauté, la conviction que les personnes handicapées sont expertes de leur propre vie et la compréhension que tout changement significatif doit être éclairé par les personnes les plus concernées. Ce bulletin s'inscrit dans la longue tradition d'expertise de VA Canada tout en étant résolument tourné vers l'avenir.

Cette année rend cet avenir particulièrement prometteur. **En 2026, Vie autonome Canada célèbre 40 ans** de promotion des droits des personnes handicapées, de l'autodétermination et du soutien communautaire. Depuis quatre décennies, Vie autonome Canada et son réseau contestent les systèmes qui limitent les choix et œuvrent sans relâche pour que les personnes handicapées puissent vivre dans la dignité, l'autonomie et se sentir pleinement intégrées à leur communauté.

Alors que nous soulignons cet anniversaire important, *Notre Perspective* retracera notre parcours et esquissera nos perspectives d'avenir. Nous rendrons hommage aux défenseurs et aux leaders qui ont ouvert la voie, nous examinerons les obstacles qui persistent aujourd'hui et nous mettrons en lumière des visions audacieuses pour un Canada plus inclusif. Cette année anniversaire n'est pas seulement une célébration, c'est aussi un renouvellement de notre engagement.

J'espère que cette lettre d'information deviendra un espace que vous consulterez régulièrement. Un espace qui informe, interpelle et inspire. Un espace qui nous rappelle que le progrès est possible lorsque nous nous écoutons et agissons ensemble.

Merci de faire partie de la communauté de VA Canada et de nous accompagner dans la célébration de 40 ans de vie autonome — et dans la construction des décennies à venir.

Avec gratitude et solidarité,

Freda Uwa

2026 Anniversary Highlights & What's Ahead

In 2026, IL Canada marks 40 years of advancing Independent Living and disability rights across Canada. Throughout this milestone year, we will be reflecting on where we've been, celebrating the leadership that brought us here, and looking ahead to the future we are building together.

A Year of Stories, Action, and Connection

IL Canada's 40th anniversary will be marked through a series of national campaigns, storytelling initiatives, and moments of connection. Across the year, we will be sharing stories from the Independent Living movement — highlighting lived experience, community leadership, and the collective impact of Member Centres and advocates across the country. These stories will appear through *Our Perspective*, social media, and other IL Canada communications.

Visual storytelling will also play an important role in this anniversary year. You'll see new graphics, reflections, and historical moments woven throughout our communications — all designed to honour the past while remaining accessible, inclusive, and forward-looking.

Introducing Our 40th Anniversary Logo

To mark this milestone, IL Canada is unveiling a special 40th anniversary logo. This commemorative logo reflects both our history and our ongoing commitment to Independent Living principles. Throughout 2026, you'll see it used across newsletters, digital

communications, social media, and select materials to signal this shared celebration and the strength of our national network.

Member Centres and partners will be invited to use the anniversary logo in their own communications, helping to amplify the collective impact of 40 years of Independent Living leadership across Canada.



Moments forts de l'anniversaire 2026 et perspectives d'avenir

En 2026, VA Canada célébrera 40 ans de promotion de l'autonomie et des droits des personnes handicapées partout au Canada. Tout au long de cette année marquante, nous reviendrons sur notre parcours, rendrons hommage au leadership qui nous a permis d'en arriver là et envisagerons l'avenir que nous bâtissons ensemble.

Une année d'histoires, d'actions et de partage :

Le 40e anniversaire de VA Canada sera souligné par une série de campagnes nationales, d'initiatives de partage de témoignages et de moments de convivialité. Tout au long de l'année, nous partagerons des histoires du mouvement pour la vie autonome, mettant en lumière l'expérience vécue, le leadership communautaire et l'impact collectif des centres membres et des défenseurs des droits à travers le pays. Ces histoires seront publiées dans Notre Perspective , sur les médias

sociaux et par d'autres moyens de communication de VA Canada. La narration visuelle jouera également un rôle important durant cette année anniversaire. Vous découvrirez de nouveaux éléments graphiques, des réflexions et des moments historiques intégrés à nos communications, le tout conçu pour honorer le passé tout en restant accessible, inclusif et tourné vers l'avenir.

Présentation de notre logo du 40e anniversaire

Pour souligner cet événement marquant, VA Canada dévoile un logo spécial pour son 40e anniversaire. Ce logo commémoratif reflète notre histoire et notre engagement continu envers les principes de l'autonomie. Tout au long de 2026, vous le verrez utilisé dans nos infolettres, nos communications numériques, nos médias sociaux et certains documents afin de souligner cette célébration commune et la force de notre réseau national. Les centres membres et les partenaires seront invités à utiliser le logo commémoratif dans leurs propres communications, contribuant ainsi à amplifier l'impact collectif de 40 ans de leadership en matière de vie autonome partout au Canada.



Why We're Launching This Newsletter Now

A 40th anniversary is more than a moment to look back — it's an opportunity to listen, reconnect, and imagine what comes next.

As IL Canada marks 40 years of advancing Independent Living and disability rights, we are launching *Our Perspective* at a time when connection matters more than ever. Across the country, people with disabilities are navigating complex and intersecting challenges — from accessibility and affordability to climate impacts, policy shifts, and ongoing systemic barriers. This milestone year invites us to deepen our relationships, strengthen our shared voice, and create space for reflection and dialogue across our national movement.

Our Perspective is designed to be a place where those conversations can live.

Throughout IL Canada's 40th anniversary year, readers can expect this newsletter to highlight stories from the Independent Living movement — past and present — that reflect the diversity, resilience, and leadership of people with disabilities across Canada. We'll share advocacy updates and national policy work, offering insight into how lived experience is shaping change at the federal level. We'll also create room for honest reflection: celebrating progress while naming the barriers that persist, and the work that still lies ahead.

At its core, *Our Perspective* is rooted in a commitment to accessible and inclusive communication. We believe information should be clear, plain-language, and available in formats that respect different access needs. This newsletter is an ongoing practice of listening, learning, and improving — shaped by the same Independent Living principles that have guided our movement for 40 years.

We're launching *Our Perspective* now because this moment calls for collective insight. This anniversary year is not just about where we've been — it's about how we move forward, together.

Autonomy

Justice

Presence

Dignity

Voice

Progress

Equity

Strength

Possibility

Respect

Unity

Momentum

Freedom

Collective

IL Canada

Pourquoi lançons-nous cette infolettre maintenant ?

Un 40e anniversaire, c'est bien plus qu'un simple retour sur le passé : c'est l'occasion d'écouter, de renouer des liens et d'imaginer l'avenir.

Alors que VA Canada célèbre 40 ans de promotion de l'autonomie et des droits des personnes handicapées, nous lançons Notre Perspective à un moment où les liens sont plus importants que jamais. Partout au pays, les personnes handicapées doivent relever des défis complexes et interdépendants, qu'il s'agisse d'accessibilité, d'abordabilité, d'impacts climatiques, de changements de politiques ou d'obstacles systémiques persistants. Cette année marquante nous invite à approfondir nos relations, à renforcer notre voix commune et à créer un espace de réflexion et de dialogue au sein de notre mouvement national.

Notre Perspective se veut un lieu où ces conversations peuvent se poursuivre.

Tout au long de l'année du 40e anniversaire de VA Canada, les lecteurs et lectrices pourront s'attendre à ce que cette infolettre mette en lumière des histoires du mouvement pour l'autonomie – d'hier et d'aujourd'hui – qui reflètent la diversité, la résilience et le leadership des personnes handicapées partout au Canada. Nous partagerons des nouvelles sur les activités de défense des droits et le travail mené sur les politiques nationales, offrant un aperçu de la façon dont l'expérience vécue influence le changement au niveau fédéral. Nous créerons également un espace de réflexion sincère : célébrer les

progrès accomplis tout en nommant les obstacles persistants et le travail qui reste à accomplir.

Notre Perspective repose avant tout sur un engagement envers une communication accessible et inclusive. Nous croyons que l'information doit être claire, rédigée dans un langage simple et disponible dans des formats respectant les différents besoins d'accès. Cette lettre d'information est une démarche continue d'écoute, d'apprentissage et d'amélioration, guidée par les mêmes principes de vie autonome qui animent notre mouvement depuis 40 ans. Nous lançons Notre Perspective aujourd'hui car le moment est propice à une réflexion collective. Cette année anniversaire ne se résume pas à notre passé ; elle concerne aussi notre avenir commun.

Autonomie

Justice

Présence

Dignité

Voix

Progrès

Équité

Force

Possibilité

Respect

Unité

Dynamique

Liberté

Collectif

VA Canada

CAN Canadian
Accessibility
Network

RCA Réseau
Canadien
d'Accessibilité

IL Canada Celebrates Freda Uwa's Leadership on the National Stage!

We are incredibly proud to celebrate and congratulate Freda Uwa, National Executive Director of Independent Living Canada (IL Canada), on her meaningful role as a Co-Lead of the Education & Training Community of Practice with the Canadian Accessibility Network (CAN)!

Freda's appointment to this national leadership table is a testament to her unwavering commitment to accessibility, equity, and inclusion for Canadians with disabilities. Drawing on her lived experience and deep

professional expertise in accessibility, mental health, policy development, and advocacy, Freda brings a powerful and unified voice to advancing accessible education and training across Canada.

In this key role, Freda works alongside other accessibility champions to shape strategic priorities, support collaborative projects, and guide the Community of Practice in expanding awareness, skills, and opportunities in accessibility education. Her leadership helps ensure that accessibility is anchored at the heart of learning environments and professional development efforts nationwide.

Freda's national influence extends beyond her CAN role — she continues to steer IL Canada with vision and integrity as our National Executive Director, empowering individuals and organizations to embrace inclusion and dignity for all.

Please join us in celebrating Freda's remarkable achievements and her dedication to creating a more accessible and inclusive Canada. Her work inspires us all and reminds us of the meaningful impact that strong, compassionate leadership can have on communities from coast to coast.

VA Canada célèbre le leadership de Freda Uwa sur la scène nationale !

Nous sommes incroyablement fiers de célébrer et de féliciter Freda Uwa , directrice générale nationale de Vie autonome Canada (VA Canada) , pour son rôle important en tant que co-responsable de la communauté de pratique en éducation et formation au sein du Réseau canadien pour l'accessibilité (CAN) !

La nomination de Freda à cette instance dirigeante nationale témoigne de son engagement indéfectible envers l'accessibilité, l'équité et l'inclusion des personnes handicapées au Canada. Forte de son expérience personnelle et de sa vaste expertise professionnelle en matière d'accessibilité, de santé mentale, d'élaboration de politiques et de défense des droits, Freda porte une voix forte et unifiée pour promouvoir l'accès à l'éducation et à la formation partout au Canada.

Dans ce rôle clé, Freda collabore avec d'autres experts en accessibilité pour définir les priorités stratégiques, soutenir les projets collaboratifs et guider la communauté de pratique afin de développer la sensibilisation, les compétences et les opportunités en matière de formation à l'accessibilité. Son leadership contribue à garantir que l'accessibilité soit au cœur des environnements d'apprentissage et des initiatives de perfectionnement professionnel à l'échelle nationale.

L'influence nationale de Freda dépasse son rôle au sein de CAN — elle continue de diriger VA Canada avec vision et intégrité en tant que directrice générale nationale, donnant aux individus et aux organisations les moyens d'adopter l'inclusion et la dignité pour tous.

Nous vous invitons à vous joindre à nous pour célébrer les réalisations exceptionnelles de Freda et son engagement à bâtir un Canada plus accessible et inclusif. Son travail est une source d'inspiration pour nous tous et nous rappelle l'impact significatif qu'un leadership fort et bienveillant peut avoir sur les communautés d'un océan à l'autre.

IL Canada's Youth Advisory Council!

Did you know that we have strong and vibrant youth voice in our network! The Youth Advisory Council is bringing a fresh and current perspective to all things IL in Canada from a place of lived experience!

Connect with them at: www.ilcyouth.ca



Le Conseil consultatif jeunesse de VA Canada !

Saviez-vous que notre réseau compte une voix jeune forte et dynamique ? Le Conseil consultatif jeunesse apporte un regard neuf et

actuel sur tout ce qui concerne VA au Canada, grâce à son expérience vécue !

Connectez-vous avec eux : www.ilcyouth.ca

Our Network: Member Centres Across Canada -A National Movement, Local Impact

At the heart of the Independent Living movement in Canada are IL Canada's Member Centres — community-based organizations that bring the principles of choice, control, and self-determination to life every day.

For 40 years, these centres have been places of leadership, connection, and action. While IL Canada works at the national level, it is Member Centres that create local impact: providing peer support, advancing accessibility, responding to community needs, and ensuring that people with disabilities have the tools and support to live independently on their own terms.

Sharing Our Stories in 2026

Throughout 2026, IL Canada will be highlighting the voices and experiences of Member Centres across Canada. We invite centres to share stories, photos, reflections, and milestones that capture what Independent Living looks like in your community — past, present, and future.

These contributions will help tell the collective story of a national movement powered by local leadership. Whether it's a program highlight, a community success, a lesson learned, or a reflection on change over time, your stories matter.

Together, we are a national network with local impact. And together, we are shaping the next chapter of Independent Living in Canada.

Share your stories everywhere!

How to Contribute

Member Centres are invited to share:

- Short stories or reflections (300–600 words)
- Photos or visual highlights from your community
- Milestones, anniversaries, or local successes
- Reflections on how Independent Living has evolved in your region

Submissions will be featured throughout IL Canada's 40th anniversary year in *Our Perspective* and other national communications. Details on submission timelines and accessibility guidelines will be shared soon.

Notre réseau : des centres membres partout au Canada. Un mouvement national, un impact local.

Au cœur du mouvement pour la vie autonome au Canada se trouvent les centres membres de VA Canada — des organisations communautaires qui donnent vie chaque jour aux principes de choix, de contrôle et d'autodétermination.

Depuis 40 ans, ces centres sont des lieux de leadership, de connexion et d'action. Bien que VA Canada œuvre à l'échelle nationale, ce sont les centres membres qui créent un impact local : ils offrent du soutien par les pairs, améliorent l'accessibilité, répondent aux besoins de la communauté et veillent à ce que les personnes handicapées disposent des outils et du soutien nécessaires pour vivre de façon autonome selon leurs propres conditions.

Partageons nos histoires en 2026.

Tout au long de l'année 2026, VA Canada mettra en lumière les témoignages et les expériences des centres membres à travers le Canada. Nous invitons les centres à partager des récits, des photos, des réflexions et des moments marquants qui illustrent ce que représente la vie autonome dans votre communauté – hier, aujourd'hui et demain.

Ces contributions permettront de raconter l'histoire collective d'un mouvement national porté par un leadership local. Qu'il s'agisse d'un moment fort d'un programme, d'une réussite communautaire, d'un

enseignement tiré de l'expérience ou d'une réflexion sur l'évolution au fil du temps, vos témoignages sont importants.

Ensemble, nous formons un réseau national ayant un impact local. Et ensemble, nous façonnons le prochain chapitre de l'autonomie au Canada.

Partagez vos histoires partout !

Comment contribuer

Les centres membres sont invités à partager :

- Nouvelles ou réflexions (300 à 600 mots)
- Photos ou images marquantes de votre communauté
- Étapes importantes, anniversaires ou succès locaux
- Réflexions sur l'évolution du logement autonome dans votre région

Les contributions seront présentées tout au long de l'année du 40^e anniversaire de VA Canada dans la publication « *Notre perspective* » et d'autres communications nationales. Les détails concernant le calendrier de soumission et les lignes directrices en matière d'accessibilité seront communiqués prochainement.

What's Ahead in *Our Perspective*

Future editions of *Our Perspective* will continue to explore the themes of this anniversary year while staying grounded in current realities. Readers can expect:

- Feature stories from Member Centres and community leaders
- Updates on national advocacy and policy work
- Reflections on progress, challenges, and emerging issues
- Opportunities to engage, contribute, and take action

This anniversary year is not a single moment — it's an ongoing conversation. Through *Our Perspective*, we invite you to reflect, celebrate, and help shape what comes next.

As we move through 2026, we look forward to sharing this milestone with you — and to continuing the work of Independent Living together.

À venir dans *Notre Perspective*

Les prochains numéros de *Notre Perspective* continueront d'explorer les thèmes de cette année anniversaire tout en restant ancrés dans les réalités actuelles. Les lecteurs peuvent s'attendre à :

- Articles de fond des centres membres et des dirigeants communautaires
- Mises à jour sur le travail national de plaidoyer et de politique
- Réflexions sur les progrès accomplis, les défis à relever et les enjeux émergents
- Des opportunités de s'engager, de contribuer et d'agir

Cette année anniversaire ne se résume pas à un seul moment, mais à un dialogue continu. À travers *Notre Perspective*, nous vous invitons à réfléchir, à célébrer et à contribuer à façonner l'avenir.

Tout au long de l'année 2026, nous nous réjouissons de partager cette étape importante avec vous et de poursuivre ensemble le travail en faveur de la vie autonome.

Help Us Do Better

Accessibility is strongest when it is shaped by lived experience. We invite readers to share feedback on how IL Canada can continue to improve the accessibility of our communications and engagement. Your insights help us learn, adapt, and strengthen our work — now and into the future.

As we reflect on 40 years of progress, we remain clear-eyed about the work ahead. Accessibility is not just part of our history. It is our ongoing responsibility — and our promise to each other.

Aidez-nous à améliorer

L'accessibilité : elle est plus efficace lorsqu'elle s'appuie sur l'expérience vécue. Nous invitons nos lecteurs à nous faire part de leurs commentaires sur la façon dont VA Canada peut continuer d'améliorer l'accessibilité de ses communications et de ses activités.

Vos suggestions nous aident à apprendre, à nous adapter et à renforcer notre travail, aujourd'hui et pour l'avenir.

Alors que nous revenons sur 40 ans de progrès, nous restons lucides quant au travail qui nous attend. L'accessibilité n'est pas seulement un pan de notre histoire ; c'est notre responsabilité permanente et notre engagement les uns envers les autres.

Stay tuned - There's much more to come!
Restez à l'écoute ! Il y a encore beaucoup à venir !

**Independent Living /
Vie autonome Canada**

PO BOX 74085, RPO Beechwood
Ottawa, Ontario
Canada



You received this email because you are a valued ally to the Independent Living Movement and IL Canada.

Vous avez reçu ce courriel parce que vous êtes un allié précieux du mouvement pour la vie autonome et d'IL Canada.

[Unsubscribe](#)

