

# LE FURETEUR



Votre source d'information

Février 2025

**«Il n'y a pas de hasard, il n'y a que des rendez-vous»**

- proverbe chinois

---

---

*«Rien n'est impossible, il suffit juste d'essayer»*

---



# Association des Personnes Handicapées Matawinie

## Conseil d'administration

### Présidente

Mme. Martine Lavallée

### Vice-Présidente

Mme. Lucie Rhéaume

### Trésorier

M. Bernard Guertin

### Secrétaire

Mme. Marie-Neige Martel

## Administrateurs

Mme. Aline Lafond

M. Jean Getty

M. Éric Labrecque

M. Pierre Laurin

Mme. Monique Valence

M. Gaétan Rondeau

Mme. Nicole Gadbois



## Coordonnatrice par intérim

Mme. Isabelle Grenier

## Membres de l'équipe

Mme. Marie-Ève Perron, commis de bureau et réceptionniste

Mme. Natacha, responsable du point de service de Saint-Michel-des-Saints

M. Éric Labrecque, conciergerie et animation

M. Jean-Marc Perron, animateur-intervenant (Saint-Donat)

Mme. Rachel Georgie, intervenante communautaire

Mme. Julie Grenier, intervenante communautaire

Mme. Geneviève Grignon, intervenante communautaire (Saint-Michel-des-Saints)

## Rédaction

M. Éric Labrecque

M. Jean-Marc Perron

Mme. Isabelle Grenier

Mme. Natacha

Mme. Rachel Georgie

Mme. Martine Lavallée

Mme. Marie-Ève Perron

Mme. Julie Grenier

Mme. Geneviève Grignon

Mme. Monique Valence

## Comité du journal

Mme. Isabelle Grenier

Mme. Rachel Georgie

Mme. Julie Grenier

Ce journal a été imprimé par :  
**CENTRE DE COPIES**

**CYBER-CIBLE**  
S'investir pour la Communauté



Téléphone : 450-834-4440

info.cybercible@gmail.com

www.cyber-cible.org



4046, rue Queen, Rawdon (QC) J0K 1S0

Et vous? Voulez-vous votre nom ici? Appelez-nous! 450 834-5434

# Contenu

# Bienvenue

Journal Le Fureteur



Générique .....	2
Table des matières .....	3
Un petit mot d'Isabelle .....	4
Un petit mot de Martine .....	6
Un petit mot de Natacha.....	7
Un petit mot de Marie-Ève.....	8
Un petit mot de Éric .....	9
Un petit mot de Rachel .....	10
Un petit mot de Julie .....	11
Un petit mot de Geneviève .....	12
Un petit mot de Jean-Marc.....	13
La poésie de Mme. Valence.....	14
Des nouvelles des activités .....	15
Les bons coups en défense de droit .....	18
Les communiqués .....	20
Des nouvelles de nos partenaires.....	22
Les anniversaires.....	23
Invitation bon temps .....	24
Section jeux .....	25
Pour nous joindre.....	32

## Un petit mot d'Isabelle

Bonjour cher lecteur,

Dans un premier temps, j'espère que vous avez passé un excellent temps des fêtes et j'en profite pour vous souhaiter beaucoup de bonheur et surtout beaucoup de santé pour la nouvelle année 2025.

Comme vous le savez tous, il y a eu du changement dans l'équipe de l'APHM, certains sont partis, d'autres sont restés et de nouvelles recrues sont venues joindre l'équipe. Ça m'a donné l'idée inspirante de vous partager ma perception de cette belle équipe qui partage et porte la mission et les valeurs de l'organisme dans leur cœur.

### **Bon par qui commencer:**

Allons y avec **Éric** : En novembre 2024, Éric célébrait sa quatorzième année de travail à l'APHM. Non seulement c'est le doyen de l'équipe, mais c'est aussi l'homme de la situation. Lorsqu'il est dans les locaux de l'APHM, il assure **l'entretien du bâtiment** et fait briller les planchers. Mais là où il brille le plus, c'est lorsqu'il **anime les différentes activités de l'organisme**. Il a un talent naturel pour comprendre les besoins des membres et surtout les faire rires aux éclats. C'est un réel plaisir de le côtoyer tous les matins !

Enchaînons avec **Jean-Marc** : Je ne saurais vous dire depuis combien de temps il est présent pour la belle communauté de St-Donat et qu'il travail pour l'APHM mais ce que je peux vous dire, c'est **un psychoéducateur et intervenant** chevronné qui propose à ses membres, année après année, une belle programmation complète. J'aimerais aussi souligner son talent de compositeur-interprète.

Continuons avec la belle **Rachel** qui en mai prochain, entamera sa troisième année dans l'équipe comme **intervenante communautaire** : Rachel adore les membres. Lorsqu'elle en a la possibilité, elle lâche tout avec eux ou prépare de belles activités originales qu'elle vient animer. Mais sa principale fonction dans l'équipe, c'est **la défense de vos droits** ce qu'elle fait avec brio dans différents dossiers sans se décourager du système. Il n'est pas rare de l'entendre défoncer des portes à coup de questions et d'arguments, qui si frotte s'y pique, ne lâche pas belle Rachel !

La discrète **Natacha** qui est à la fois **responsable du point de service de Saint-Michel-des-Saints et commis-comptable** : Que dire de cette belle personne qui en ce moment m'appuie beaucoup dans l'aspect administration de l'organisme. Elle touche tout ce qui est comptabilité et s'assure au bon fonctionnement financier de l'organisme. On la surnomme chaleureusement mini boss car avec son sens de l'organisation, elle ne manque pas de nous rappeler à l'ordre sur les comptes à rendre. Merci ! Sans ce soutien, c'est stressée et avec de la broue dans le toupette que je terminerais l'année !



Isabelle Grenier, coordonnatrice par intérim à l'APHM

## Un petit mot d'Isabelle

J'arrive aux nouvelles recrues:

Commençons par la grande et magnifique **Julie, intervenante communautaire**: Le sort en a décidé ainsi, lors de notre premier entretien téléphonique son ton jovial m'a tout de suite séduite, mais en plus, nous avons découvert tout un tas de points communs dont notre nom de famille, aucun lien de parenté mais beaucoup de ressemblance entre nous! Julie, de par son expérience de travail, est devenue la personne **responsable des activités de l'organisme dans le secteur Rawdon**. Elle travaille à vous concocter une belle programmation. Elle soutien Éric dans ses animations et est un beau complément à l'équipe d'intervenantes!

Continuons avec la magnifique **Geneviève, technicienne en loisir**, qui a eu la merveilleuse idée d'aller vivre dans la belle municipalité de Saint-Michel-des-Saints, ce qui nous a permis de la recruter pour devenir la toute nouvelle **intervenante communautaire** en remplacement d'Audrey. Geneviève a rapidement créé des liens importants avec la communauté de SMDS mais a aussi ravie le cœur de nos précieux membres dans le secteur. Avec Natacha, elles forment une équipe de feu et c'est toujours un plaisir de collaborer avec elle, n'hésitez pas à suivre ses belles activités sur notre page Facebook!

La dernière et non la moindre en remplacement d'Isabelle H. à l'accueil de l'organisme, la petite jeunesse de l'organisme **Marie-Ève**: Marie Ève occupe depuis novembre le poste de **réceptionniste**. C'est dans le but de vivre une nouvelle expérience de travail qu'elle a joint notre belle équipe. Elle n'a pas peur des défis et s'illustre par son côté polyvalent, n'hésitez pas à lui faire une petite blague lorsque vous lui parlez, cela vous permettra d'entendre son fameux rire contagieux et par le fait même en faire profiter les collègues qui travaillent avec elle. Oui, oui! On l'entend dans tous les locaux de l'APHM ! Merci pour le petit vent de jeunesse apporté à l'APHM.

Et pour finir, il y a moi qui occupe la **coordination par intérim** depuis peu. C'est de grosses chaussures à chausser et fort de mes trois ans d'expérience à l'APHM, il en reste beaucoup à apprendre. Grâce à la belle équipe en place, j'ai la possibilité d'apprendre mes nouvelles fonctions sans trop de stress, car je suis entourée d'une équipe fonctionnelle et autonome. Ce sont les forces et les talents de chaque personne qui forme l'équipe de l'APHM d'aujourd'hui !

Pour terminer, mon article ne serait pas complet sans une invitation à profiter de notre belle régions. N'hésitez pas à consulter le site web KÉROUL: <https://www.keroul.qc.ca/>, vous y retrouverez tous les lieux touristiques et accessibles de la région.



Partenaire de découvertes  
accessibles

Je vous souhaite un bel hiver!  
ISABELLE

# Petit mot de la présidente

Bonjour cher(e)s membres,

Il me fait plaisir de vous retrouver à nouveau dans notre beau journal *Le Fureteur*. C'est une occasion de pouvoir vous donner de nos nouvelles et vous informer des faits saillants de l'organisme dont vous êtes la voix. Sachez que nous sommes là pour vous entendre.

Les mois qui sont passés depuis notre dernière parution n'ont pas été des moments de tout repos, je dois l'avouer, l'APHM a connu beaucoup de changements au cours des dernières semaines, nous avons malheureusement perdu notre coordonnatrice Mélanie Picard, on lui souhaite beaucoup de succès dans ses projets futurs. Nous avons deux nouvelles intervenantes communautaires, Julie Grenier pour Rawdon et Geneviève Grignon pour Saint-Michel-des-Saints, j'aimerais avec vous, leurs souhaiter la bienvenue. Nous avons Isabelle Grenier qui comme plusieurs on eut l'occasion de le découvrir promu à un nouveau poste, celui de coordonnatrice-adjointe, bravo à Isabelle. Une équipe de travail qui continue d'être présente et qui nous permet par leur travail exceptionnel, de répondre à la mission de l'organisme et tous ensemble, voir aux enjeux, défis qui nous attendent.

Comme tous le savez, les temps sont difficiles, des enjeux économiques importants, il faut parler de plus en plus fort pour faire entendre les besoins des personnes avec des défis particuliers. Comme présidente, je suis contente de pouvoir participer et de m'impliquer à faire avancer ce qui doit être un monde "meilleur" pour demain.

Merci de continuer d'être le cœur de l'APHM!

Martine Lavallée, Présidente



Martine Lavallée, bénévole et présidente du CA

*Martine Lavallée*

Présidente du conseil d'administration



# Un mot de Natacha de Saint-Michel-des-Saints

Bonjour à tous,

Pour cette nouvelle année, je vous souhaite avant tout une santé de fer, car la santé, comme on le sait, n'a pas de prix. Qu'elle vous permette de profiter pleinement de chaque instant, de réaliser vos rêves et de surmonter tous les défis avec énergie et sérénité .

Cette fin d'année a été marquée par des défis personnels pour moi et ma famille. Malheureusement, nous sommes tombés malades à plusieurs reprises. Pour la première fois, j'ai même découvert l'hôpital de Québec. Entre la COVID, le rhume, la grippe, et même une pneumonie, ces derniers mois ont été éprouvants.

Mais malgré tout, je tiens à rester positive et à croire que chaque épreuve nous rend plus fort.

Cependant, ces épreuves m'ont aussi permis de découvrir des solutions naturelles pour renforcer notre santé. J'aimerais vous partager une recette de tisane aux bienfaits naturels, qui agit comme un véritable antibiotique naturel.



## Voici la recette :

- Ingrédients : 1 cuillère à café de miel, un morceau de gingembre frais râpé, une belle branche de thym.
- Préparation : Faites infuser le gingembre et le thym dans de l'eau chaude pendant 5 à 10 minutes, puis mélangez avec le miel juste avant de boire.
- Bienfaits : Cette tisane aide à stimuler le système immunitaire, à combattre les infections et à apaiser la gorge irritée.



Thym : Ses propriétés sont antibactériennes, hypotensives, antivirales et aussi anti-inflammatoires. Améliore le sommeil et l'endormissement.



Gingembre: il est reconnu pour ses propriétés anti-inflammatoires et antibactériennes. Il renforce l'énergie, la vitalité, et stimule le système immunitaire.

Natacha

Responsable l'APHM Saint-Michel-des-Saints

# Un petit mot de Marie-Ève

Bonjour à tous,

Je vous écris pour faire connaissance, mon nom est Marie-Ève.

Je suis nouvelle à L'APHM depuis novembre, comme secrétaire et j'aime beaucoup mon travail.

J'ai eu la chance de rencontrer quelques-un(e)s d'entre vous.

Avant d'être ici, j'étais pâtissière, boulangère et chocolatière.

C'était mon rêve de petite fille, malheureusement la vie a faite en sorte que je ne peux pas continuer dans cette voie du fait de certains problèmes de santé.

Cependant, j'ai vraiment adoré aller à l'école pour me perfectionner dans ce beau métier et les quelques années que j'ai pu y travailler.

Sinon à la maison, j'ai la chance d'être maman d'une magnifique petite fille de 14 mois qui se prénomme Lillyanna, elle est un vrai rayon de soleil.

Nous attendons également son petit frère pour cet été.

*Marie-Ève*

Au plaisir de vous rencontrer et faire votre connaissance



**Nourri-  
Source**  
LANAUDIÈRE

L'APHM est également fier de vous annoncer qu'elle fait maintenant parti de la route du lait de Lanaudière.

Il sera désormais possible de venir nourrir son bébé en toute sérénité dans les locaux de L'APHM.

# Un petit mot d'Éric



## Les Jeux Vidéo : Plus qu'un simple divertissement

Les jeux vidéo sont aujourd'hui bien plus qu'un simple passe-temps. Ils sont devenus une forme d'art, un outil éducatif et un moyen de socialisation. Que vous soyez un joueur occasionnel ou un passionné, il est fascinant de voir comment cette industrie a évolué pour devenir un pilier de la culture populaire.

### Un univers sans limites



L'une des forces des jeux vidéo réside dans leur diversité. Des mondes ouverts comme The Legend of Zelda: Breath of the Wild, aux récits interactifs tels que The Last of Us, ou encore aux jeux compétitifs comme League of Legends, il y a un jeu pour chaque personnalité et chaque humeur. Cette diversité permet aux joueurs de voyager dans des univers variés, d'explorer des histoires captivantes ou de relever des défis stimulants.

Éric Labrecque, animateur et concierge de l'APHM

### Un impact positif

Les jeux vidéo ne se limitent pas qu'au divertissement. Ils ont démontré leur utilité dans plusieurs domaines :

- Développement cognitif : Résolution de problèmes, prise de décision rapide, et amélioration de la coordination œil-main.
- Apprentissage : Les jeux éducatifs aident à enseigner des concepts complexes, qu'il s'agissent de mathématiques, d'histoire ou même de programmation.
- Socialisation : Les jeux en ligne permettent de rencontrer des gens du monde entier et de tisser des liens à travers des expériences partagées.

### Gérer le temps de jeu

Cependant, comme pour toute activité, il est essentiel de maintenir un équilibre. Passer trop de temps devant l'écran peut avoir des effets négatifs, notamment sur la santé physique et mentale. C'est pourquoi il est important de définir des limites et de diversifier ses activités.

### Le futur des jeux vidéo

Avec les avancées technologiques, notamment la réalité virtuelle et augmentée, les possibilités semblent infinies. Les jeux vidéo deviennent plus immersifs, permettant aux joueurs de vivre des expériences encore plus intenses et réalistes.

Que vous jouiez pour vous détendre, pour relever des défis ou pour explorer de nouveaux mondes, les jeux vidéo sont un formidable outil d'expression et de créativité. Alors, prenez votre manette ou votre clavier, et plongez dans l'aventure!



Eric

# Un petit mot de Rachel

Comparativement à l'habitude, j'ai décidé de faire ça court! Il est difficile de mettre des mots sur la relation que nous avons avec la musique. C'est du chacun pour soi.

Donc, j'ai décidé de vous partager des citations de personnes connues ou pas. Voyez ça comme une petite réflexion sur le message et la perception du rôle de la musique qu'elle peut avoir comme impact (positif ou pas) dans nos vies.

Pour moi, sans musique, il n'y a pas de rassemblement, pas de rythme, de mouvement, de motivation, d'émotion, de moment présent, pas de souvenir, etc..

Elle est très importante dans ma vie, c'est mon étoile!



Rachel Georgie, intervenante communautaire à l'APHM

*La musique donne une âme à nos coeurs  
et des ailes à la pensée*

*Platon (poème La Musique)*



*La musique est peut-être l'exemple unique  
de ce qu'aurait pu être – s'il n'y avait pas eu  
l'invention du langage, la formation des  
mots, l'analyse des idées – la communication  
des âmes.*

*Marcel Proust*

*Lorsque nous écoutons de la  
musique, l'âme calcule.*

*Johann Sebastian Bach*

RACHEL

# Un petit mot de Julie

03 Janvier 2025 ....Le vent se lève...

Au beau milieu d'un stationnement de supermarché, je n'ai pour seul objectif d'arriver en vitesse à ma voiture pour y mettre à fond le chauffage..

Le froid me fouette et pourtant, je reste figée, les pieds enracinés au sol.  
Mes pensées s'emballent ...

Je sens mes yeux se fermer et comme une prière à demi assumée ma tête se lève vers le ciel...

Aujourd'hui .... Est-ce que c'est aujourd'hui qu'une vie se terminera par manque d'humanité...

Et si c'était aujourd'hui qu'il fait trop froid pour supporter son coin de banc, son coin de rue...  
Si c'était aujourd'hui...

J'attends et mon cerveau refuse de comprendre la chance donnée à un mais inaccessible à l'autre...

Je reste là, figée...

Mes doigts maintenant douloureux me rappellent les souvenirs...

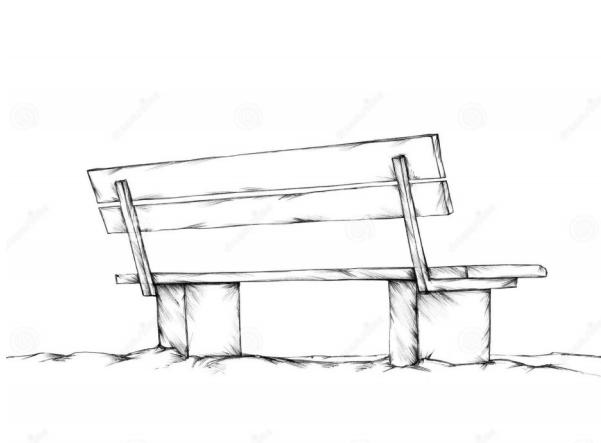
Souvenirs d'une vraie chaleur, celle qui arrive même à réchauffer le cœur, celle d'une main qui comprend et qui un jour sauva une petite fille du froid.

J'avance enfin... J'avance vers une chance que je ne comprends pas mais que l'on m'a oppressée à normaliser...

Quand l'humain se lèvera enfin pour son semblable, je pourrai ressentir à nouveau de l'admiration.



Julie Grenier, intervenante communautaire à l'APHM



JULIE

## Un petit mot de Geneviève

Bonjour à vous tous, cher(e)s membres!

Nouvellement Intervenante Communautaire pour l'APHM, je me présente un peu!

Mon nom est Geneviève Grignon et je suis en poste depuis le 11 novembre dernier afin de compléter notre belle équipe, mais à Saint-Michel-des-Saints.

Depuis que je suis dans le monde du travail, j'ai acquis plusieurs expériences avec tous les types de clientèle. J'ai travaillé en garderie avec les petits, j'ai travaillé dans les écoles primaires, secondaires et même au CEGEP. J'ai eu l'occasion de travailler avec les aînés et même les futurs parents et leur bébé naissant car, durant 10 ans, j'ai donné des cours prénataux, j'ai accompagné à la naissance et j'ai donné des ateliers de massage pour bébé.

D'un côté plus personnel, j'ai 4 beaux et grands enfants: Félix 22 ans, Alyssa 21 ans, Louka 19 ans et Zakaël 14 ans. Ils sont ma fierté. Une autre belle fierté que j'ai, c'est de pouvoir passer du temps avec les membres de l'APHM. J'ai découvert des humains formidables, travaillants, émotifs, bref, tellement merveilleux. Que ce soit en activité inclusive à la garderie, à nos AJV, notre cuisine collective ou en café-rencontre, vous comblez de bonheur mes journées avec vous!

J'ai également eu la chance de participer à votre fête de Noël au club de golf Montcalm et quelle belle énergie il y avait tous ensemble! J'ai vraiment très hâte de tous vous revoir lors d'un prochain évènement!

En attendant, je vous souhaite plein d'amour, de belles rencontres, de belles activités avec notre merveilleuse équipe de l'APHM et je vous fais, à tous et chacun, un gros câlin!

Voici un petit bout de moi, ma famille!

GENEVIEVE



Geneviève Grignon, intervenante communautaire SMDS



# Un petit mot de Jean-Marc

## LES P'TITS POTINS DES JOYEUX LURONS...

**PSSSTT!!!**



**Paraîtrait que...** un de nos bénévoles, **Jacques Anger** qui a quand même 85 ans, a eu une opération importante dans un genou l'été dernier... et il est toujours présent sur les pistes de ski. Je pense qu'il est tombé dans la potion des skieurs lorsqu'il était jeune. Bravo à toi cher Jacques. Tu es pour nous un modèle de personne qui prend les moyens qu'il faut pour se tenir en forme.

**Paraîtrait que...** **Jean-Marc** (responsable des Joyeux Lurons) commence à jouer un peu mieux aux quilles. Évidemment, il n'arrive pas aux talons de Jocelyn et encore moins de notre champion Alexandre. Et Thierry le bat presque tout le temps. Que voulez-vous, c'est la vie.

**Paraîtrait que...** **Jocelyn** est heureux dans son nouveau logement parce qu'il n'a pas besoin de pelleter les entrées quand il y a des tempêtes. Mais il doit le faire pour les "clients" chez qui il va déneiger les entrées à chaque fois qu'il tombe de la neige. Il est fiable et il travaille de façon minutieuse. La "job" doit être bien faite à ses yeux. Super Jocelyn!

**Paraîtrait que...** **Thierry** essaie de "voler" les biscuits de Jocelyn à la boulangerie de Saint-Donat qui nous offre les breuvages gratuitement quand nous terminons nos journées d'activité les mercredis et jeudis de chaque semaine. Toujours un beau moment de socialisation.

## LEÇON DE VIE...

Je veux ici lever mon chapeau et féliciter notre ami **Pierre Lavoie** qui, à 68 ans, a relevé avec succès un défi important. En effet, Pierre qui a toujours vécu à Saint-Donat qu'il connaît comme le fond de sa poche, a dû déménager il y a un an et demi dans une nouvelle ressource à Joliette. Eh oui, à Joliette. C'est un gros changement qui nécessite beaucoup d'adaptation. Nouvelles personnes, nouvelle demeure, nouvelles habitudes, vivre en groupe plutôt que seul, nouvelles règles de vie, etc. Pierre s'y est petit à petit adapté et il y est heureux. La clé de ce succès : la capacité de Pierre à s'adapter et, dans une grande mesure, le fait que Maryline (la responsable de la ressource) aime Pierre. Bravo à toi Pierre et reconnaissance à toi Maryline.

Ce sont quelques nouvelles des Joyeux Lurons. Bonne poursuite d'hiver à tous et à toutes. Ici on est enseveli par la neige. Beaucoup de pelletage, mais aussi beaucoup de beauté du paysage.

À la prochaine.

**JEAN-MARC**

psychoéducateur, responsable des Joyeux Lurons.



Jean-Marc Perron, responsable du point de service de St-Donat



# La poésie de Mme. Valence

L'être humain est si fragile mais en même temps si résistant.

Suite à mon deuil, je survis. Ma famille est amputée, j'aurais

aimé que ma fille n'ouvre pas la porte du paradis si tôt.

Un voile de solitude m'enveloppe, j'aurais besoin que tu reviennes.

En même temps, je ne me refuse pas au bonheur, j'entrevois la fin du tunnel.



Mme. Monique Valence, administratrice en compagnie de son fils Éric

Je vois ma vie à présent, pleine de rires et d'euphories, une flamme qui ne doit pas s'éteindre.

La tristesse m'accompagne encore, mais je suis paisible.

Chaque matin, je lance un regard vers la lumière et je bois le soleil.

J'ai des photos, vidéos, mais graduellement quelques brides de souvenirs se font de moins en moins nets.

Avant, avant, tu ... Le chagrin, c'est l'amour qui n'a pas de chez lui. Avec le temps, tout s'arrange !

Mais parfois, j'aimerais qu'il s'arrête pour faire le plein d'amour comme on fait le plein d'essence.

## FAIT VÉRIDIQUE

J'ai toujours sorti mes vêtements d'hiver fin août. Et oui, c'est bizarre, ma fille disait : ça s'peux-tu !

Tu vas faire venir l'hiver avant le temps. Cette année, je l'ai fait début octobre. Pourquoi ? J'en sais rien.

De là-haut elle doit se dire : Elle me niaise !

## BELLE PENSÉE À RETENIR :

La fleur la plus belle perd un jour sa beauté, mais l'amour de Sylvie durera toute l'éternité.



Ralenti...car  
le bonheur  
ne roule pas vite.

*Mme Monique Valence*

# LES BONS COUPS DE L'APHM

Fête de Noël du 8 décembre 2024, que de la magie!

Un énorme merci, du fond du cœur  
de l'équipe à **TOUS NOS BÉNÉVOLES**.

Sans vous, cette fête n'aurait pas  
lieu.



P.S Je n'ai pas les photos de tous les bénévoles, mais n'empêche que vous êtes aussi importants et on ne vous oubliés pas, Lucie et son conjoint Lucien, Donat, Patrick (le conjoint de Rachel).

# L'APHM EN FÊTE

**Fête de Noël du 8 décembre 2024, que de magie!**

Mais quels beaux moments que nous avons vécus. Il y avait une atmosphère magique remplie d'amour, de compassion, d'entraide, de joie et des magnifiques sourires. Nous avons bien mangé étant donné le bon repas. Et n'oublions pas la visite du Père-Noël! De plus, que dire des deux belles chansons composées et chantées par notre très cher collègue de St-Donat, Jean-Marc. La chanson, "Steve cacanne", a su donner une ambiance festive avec les gens qui répétaient le refrain. Ce moment était bel et bien magique. Des images valent mille mots, en voici quelques-unes.



# Des nouvelles de nos activités

Félicitations à nos chefs qui ont tous relevé plusieurs nouveaux défis dans les derniers mois !!

Et que dire de leurs recettes !!!

Miam !!



Les activités de jour valorisantes sont maintenant responsables de la création des cartes d'anniversaire et de remerciements de L'APHM !!!

Rien de mieux pour se sentir valorisé que d'être responsable d'une tâche aussi importante !!

D'autres changements se pointeront le bout du nez dans les prochains mois

À suivre...

Parions qu'ils seront en mesure de relever le défi haut la main !!



# LES BONS COUPS DE L'APHM

## En défense de droits

*Pour une mobilisation qui vise à défendre les droits des usagers du transport adapté, l'APHM y était!*

### CONFÉRENCE DE PRESSE

Le Regroupement des usagers du transport adapté (RUTAL) et la Table de concertation régionale des associations des personnes handicapées de Lanaudière (TCRAPHL), les organisateurs en chef, ont rendu possible la formation d'un comité de mobilisation pour le transport adapté de tout Lanaudière avec des organismes travaillant auprès des personnes en situation d'handicap. Ce dernier a pour but de trouver des moyens pour dénoncer les mauvais services des transports adaptés de Lanaudière et surtout, VOUS FAIRE ENTENDRE.

Une des actions fut une conférence de presse donnée au Château de Joliette, le 3 décembre dernier lors de la journée internationale des personnes en situation d'handicap.

Ce fut le lancement d'une vidéo avec des petites capsules vidéos tournées avec les membres de différents organismes qui dénoncent les mauvais services reçus et qui sont adressées directement à Monsieur Legault.

Madame Nathalie Savard, directrice du RUTAL, a mentionné : « C'était un beau moment de défense de droits qui, je le souhaite profondément, raisonnera dans le cœur du Premier ministre, François Legault, et qu'enfin il agisse et pose des actions concrètes pour que les personnes handicapées puissent vivre leur vie comme tout le monde, en ayant un transport RÉELLEMENT adapté, comme cela devrait être ».

Vous pouvez regarder la vidéo sur notre page Facebook.

Geneviève,  
collègue de  
Saint-Michel  
(on l'a voit  
presque  
pas)

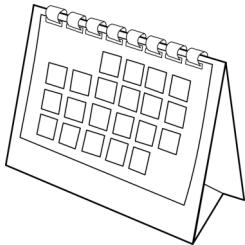
Diane,  
membre,  
Julie, Ra-  
chel, Isa-  
belle.



Une très belle réussite avec un taux de participation au-delà de nos espérances qui démontre le portrait décevant DES MAUVAIS SERVICES des usagers du transport adapté.

# LES BONS COUPS DE L'APHM

## En défense de droits



**DATE IMPORTANTE À METTRE À VOTRE AGENDA:** 21 MAI



Nous invitons **TOUS** les membres utilisateurs du transport adapté, ainsi que vos familles, vos amis, les ressources, à manifester devant les bureaux de circonscription de Monsieur le Premier Ministre, François Legault, à l'Assomption le 21 mai prochain..

Les détails de l'évènement vous seront transmis dans une info-lettre en avril. Il ne sera pas nécessaire de téléphoner à l'APHM puisque nous n'avons pas toutes les informations et/ou détails.

L'équipe de l'APHM compte sur vous !

# Belle découverte à la télévision

## La série télévisée VESTIAIRES

**Des acteurs québécois en situation d'handicap qui n'ont peur de rien ! RIEN !**



Une première série québécoise met en scène des comédiens handicapés qui défient tous les tabous. Ils rient de leur handicap, se moquent des gens « normaux » et sont tellement décomplexés qu'ils font partie d'un club de nageurs. L'action se déroule en bonne partie dans le vestiaire, où l'on entend des répliques aussi osées qu'amusantes.

Un gag n'attend pas l'autre. Les dialogues vont droit au but. Surtout, la série normalise les personnes handicapées en les faisant parler et se comporter comme tout autre humain.

Les héros n'ont peur de rien. Ils plongent dans la piscine et paradent dans le vestiaire en maillot de bain même s'ils n'ont qu'une jambe, un bras ou d'autres handicaps. Une des héroïnes a le syndrome Gilles de la Tourette. Un autre personnage est autiste. Dominic Sillon, du duo d'humour Dominic et Martin, a écrit le tier du scénario issu d'idées et d'anecdotes tirées du quotidien des comédiens.

Si vous avez envie de rire, de briser des tabous, faire tomber les préjugés et bien, gâtez-vous ! Fou rire garanti. Ce sera un excellent sujet de conversation !

La série de huit (8) épisodes de trente (30) minutes est disponible à: ICI TOUT.TV.

Source: <https://www.ledevoir.com/culture/écrans/810191/écrans-vestiaires-acteurs-handicapés-ont-peur-rien>



# Communiqué

## POUR QUI? Pour es personnes/familles à faible revenu

### Organismes aidants :

- CHERSTEY: La maison des aînés: 450-882-1688
- RAWDON : Solidarité sociale: 450-834-4911
- SAINT- DAMIEN: La Ruche : 450-835-9228
- SAINT-JEAN-DE-MATHA : Cuisines Collectives: 450-759-7677
- ACEF Lanaudière : offre de l'information et de l'aide à la gestion des finances personnelles et familiales.



200 rue de Salaberry, bureau 124, Joliette – tél : 50-756-1333/1-866-414-1333

- ACTION DIGNITÉ LANAUDIÈRE : Améliorer les conditions de vie socioéconomique des personnes à faible revenus.

144 Rue St Joseph, Joliette, QC J6E 5C4 tél : 450-756-1155

### IMPORTANT:

**AU FÉDÉRAL:** vous pouvez ajouter, **SI PLUS DE 40 KILOMÈTRES,** vos rendez-frais de transport médicaux **pour des secteurs plus éloignés.**

Pour de plus d'informations, veuillez communiquer avec Rachel au 450-834-5434 ou encore par courriel à l'adresse suivante; [inter-com@aphm.org](mailto:inter-com@aphm.org)



# Des nouvelles de nos partenaires



## Annonce d'ouverture d'un Centre de jour à Saint-Calixte

Le **Centre de jour Jardin D'Étoiles** est heureux de vous annoncer l'ouverture prochaine d'un nouveau Centre de jour à **Saint-Calixte**, en collaboration avec **Santé mieux-être Montcalm – Coop de solidarité**. Ce centre sera spécialement dédié à l'accompagnement et au bien-être des personnes vivant avec un poly/multihandicap.

### Un lieu inclusif et adapté

Notre nouveau centre proposera :

- **Une grande salle d'activités** : un espace chaleureux et polyvalent conçu pour accueillir des activités éducatives, ludiques, stimulantes et adaptées aux besoins spécifiques des personnes poly/multihandicapées.
- **Une salle sensorielle** : un environnement de stimulation adapté conçu pour favoriser l'apaisement, la stimulation sensorielle, la communication et le bien-être. La salle peut accueillir toutes clientèles confondues : autisme, déficience intellectuelle, démence, Alzheimer, TDA, et plusieurs autres. Enfants et adultes y trouveront leur compte.

Ces environnements seront partagés avec d'autres organismes partenaires.

### Une ouverture prévue au printemps

Les travaux débuteront cet hiver et nous avons hâte de vous accueillir dès le printemps dans ce nouveau lieu pensé pour répondre aux besoins uniques de notre communauté.

#### Notre mission

Contribuer au bien-être et à la socialisation des adultes lourdement handicapés de Lanaudière dans un environnement de stimulation adapté, par le biais d'activités valorisantes.

#### Vision

Ce projet est en concordance avec notre vision qui est de rendre accessible nos services pour les membres dans toutes les MRC de Lanaudière.

# Toutes les informations...

Pour plus d'informations, n'hésitez pas à nous contacter ou à suivre nos communications.

## Centre de jour Jardin D'Étoiles

### Rawdon :

450-834-3070, poste #1027  
3931 Lakeshore Drive, J0K 1S0  
[info@jardinetoiles.ca](mailto:info@jardinetoiles.ca)

### Joliette :

450-394-3998  
St-Viateur, J6E 3B3  
[info@jardinetoiles.ca](mailto:info@jardinetoiles.ca)

## Santé mieux-être Montcalm

### Coop de solidarité

6185 Route 335,  
Saint-Calixte J0K 1Z0  
[info@coopsmem.com](mailto:info@coopsmem.com)



# Bon Anniversaire!

## **Février**

Steve Léveillé

Nancy Labelle

Vincent Duhaime

Nicole Marquis

Ginette Boivin

Marie-Neige Martel

Alexis Massé-Genest

Samir Arbach

Luc Giroux



## **Mars**

Lise Bélanger

Mario Benoit

Denise Contant

Anick Langlois

Martin Roy

Daniel Hardy

Ginette Perron

Natacha Riel

Rachel Georgie

Anita Marcotte

Audrey Perron

## **Avril**

Diane Belleville

Louise Massicotte

Marc Tremblay

Marie-Marthe R

Rosie Veresan

Daniel Forest

André Fortier

Cécile Tardif

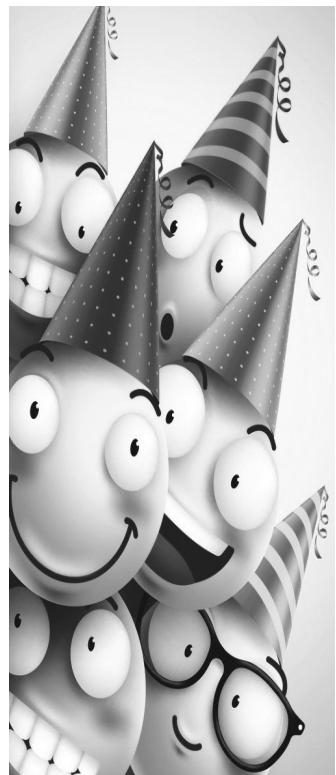
Bernard Guertin

## **Mai**

François Bourgon

Christian Gagné

Angèle Légère



# VIENS PASSER DU BON TEMPS AVEC L'APHM !!!

## DATES À RETENIR

### KARAOKÉ/DANSE !!!

- Vendredi 28 mars 2025
- Vendredi 18 avril 2025
- Vendredi 16 mai 2025

Date limite d inscription: 14 Mars 2025



### CABANE À SUCRE !!!

- Vendredi 04 Avril 2025

Date limite d'inscription: 28 Mars 2025



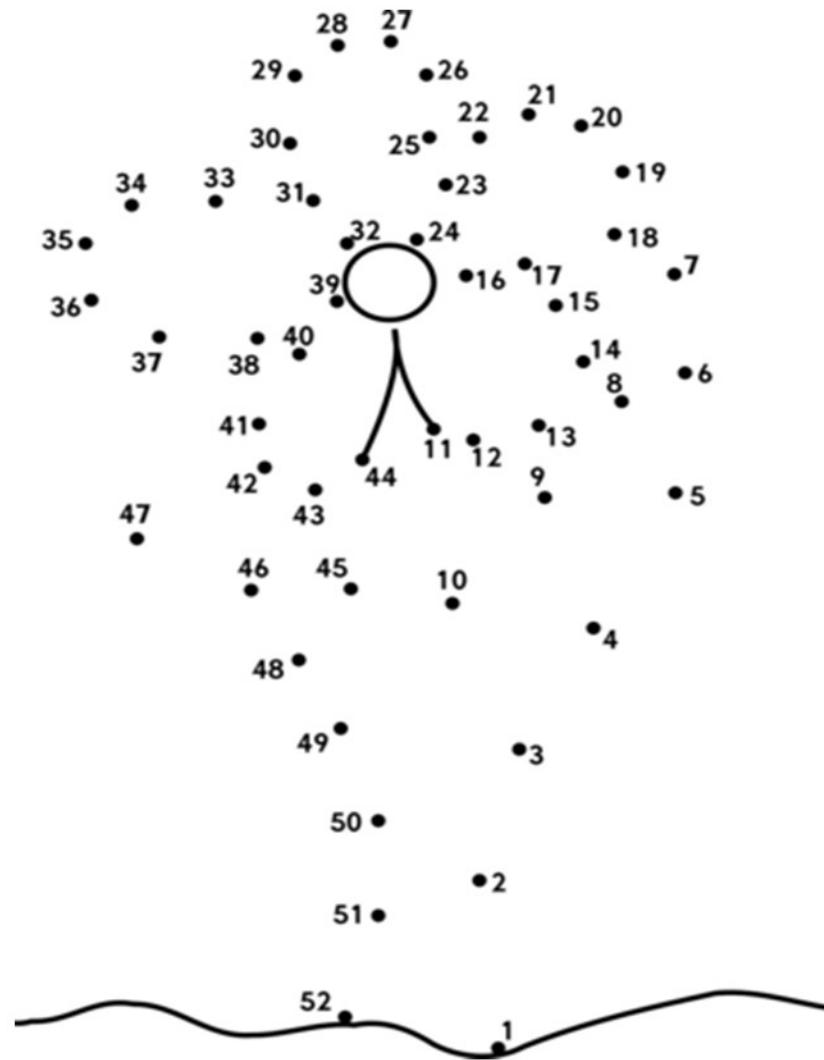
### PARADE DE LA SAINT-PATRICK

- Dimanche 16 Mars 2025

Date limite d'inscription: 13 Mars 2025

## Section jeux

### Relie les chiffres



### Charade

Mon premier est un synonyme de montagne

Mon troisième est un adjectif

Mon deuxième est un sport

Mon tout vole



## Section jeux (suite)

### Blague



### Labyrinthe :



# Du temps pour moi...

Mère nature...

T V A G U E S C H P W Q L S Z G H M O A  
X G I F U E T I M M B V N F C M Ç S O T  
R E I U L P X N B C U W V E N T W S W A  
B E P G Z F I O P C X F D M B L Y J I N  
O X D L Q A N I M A U X H E A J Z W I J  
U B Z J A B K T T Y J B V R S W A G B U  
A D Ç Z P N C C E A G O I V T U R S Y D  
A E F T R D E E R S B T I E I K D Y Q S  
Q H Q G O E U T R T I O R I U A M K G Ç  
S T E R O F V O E I Q A I L R C A V R N  
P G R R E F Ç R S U Y R K L B C Ç V V S  
F Q V E B W L P M R R M G E D F K E N P  
D L O M S E W E T F R L S S S K G K A T  
Y B G C K P O D U Q L I E L O S M W Ç M  
R I V I E R E S D R Z E M Z S R V V G Q  
Y E Z C Z N S C C U S N U A N M F Ç S O  
P R G C S H O D T R N X G O A K A W W A  
B Z L P N F L C A R B R E S E S Y A R V  
D E P Q I Q S K C M F Z L H C N G T H P  
Ç X R N K F H V N J A I S U O X Z O A O

ANIMAUX  
ARBRES  
BRUITS  
FLEURS  
FORETS  
FRUITS  
HERBE  
LEGUMES  
MER  
MERVEILLES  
OCEANS  
PLANETE  
PLUIE  
PROTECTION  
RESPECT  
RIVIERES  
SOLEIL  
TERRE  
VAGUES  
VENT



# MANDALAS

## SAINT-VALENTIN





## Jeux de st-Valentin

### Parle moi de toi

**Lance 2 dés et pose la question !!**

(ex: je lance 2 dés...

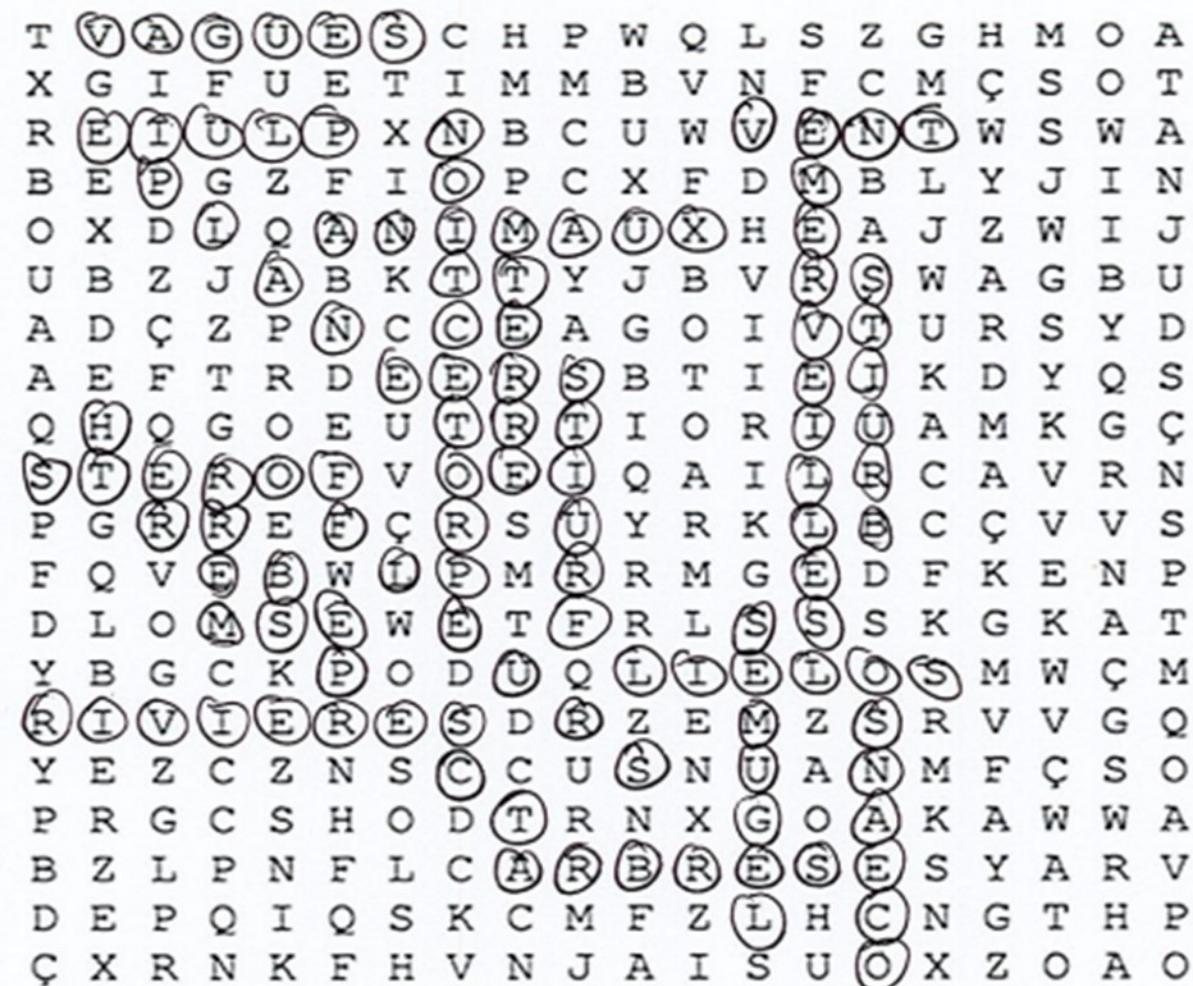
premier dé, j'obtiens le 4 (→horizontale) et le deuxième dé j'obtiens le 3

↑ ( vertical) Je pose donc la question : Porte Bonheur

Bonne partie ! »!

	1	2	3	4	5	6
1	Ton surnom	Passe temps	Vacance Préférée	Combien Animaux	Sport Préféré	Nombre Sœurs
2	Nom Mère	Nombre Frères	Ton Age	Couleur Préférée	Nombre Enfants	Nom Père
3	Saison Préférée	Rêve Enfance	Chanson Souvenir	Porte Bonheur	Livre Préférée	Berceuse enfance
4	Synonyme Bonheur	Fruit Préférée	Pays Visités	Histoire souvenir	Anecdote Drôle	Série Écoutée
5	Repas préféré	Catégorie Film	Ville Ou	J'ai Peur	Chanson Préférée	Emploi rêve
6	Sucrée ou salé	Je rêve de	Voiture préférée	J'aime-rais acheter	Chat ou Chien	Ville que J'habite

## Mots croisées



## Labyrinthe



## La charade

## Mon tout est : Montgolfière



Association des personnes  
handicapées Matawinie

Être soutenu   Informé   Accompagné...

### Pour nous joindre

#### Rawdon



4046 rue Queen  
Rawdon, Québec  
J0K 1S0

#### Saint-Michel des Saints



**450 834-5434**  
**1 877-834-5434**

**579 337-6162**



[administration@aphm.org](mailto:administration@aphm.org)   [st-michel@aphm.org](mailto:st-michel@aphm.org)

Suivez nous sur:

