Journal La Lumière





***Pleins feux sur :***

Salon : Partenaires de

la diversité 1

Notre implication dans

le milieu 3

Infos et liens utiles 4

Tirage de la semaine

de la famille 6

Qui sommes-nous ? 7

***Dates à retenir :***

Congés à venir :

Nos bureaux seront fermés :

* les 7 et 10 avril 2023 en raison du congé pascal
* le 22 mai pour la journée nationale des patriotes

## **L’invitation est lancée !**

Nous souhaitons, par le biais de cet événement, rendre visible et regrouper tous les acteurs du territoire dont les actions contribuent à favoriser l’inclusion, la participation sociale et l’amélioration des conditions de vie des personnes handicapées et celle de leurs proches, démontrant ainsi la vitalité de notre milieu.

Puisque cet évènement est une initiative de l’APHRSO et qu’il s’adressera principalement aux personnes handicapées et à leurs proches, nous vous transmettons en primeur l’information et nous vous invitons par la même occasion à venir nous rendre visite et rencontrer nos partenaires qui seront présents.

Le salon *Partenaires de la diversité* aura lieu :

* Lundi, le 5 juin 2023
* De 13 h 00 à 16 h 00
* Au Complexe Roméo-V.-Patenaude

(135, chemin Haendal, Candiac)

Évènement accessible à tous !

L’APHRSO est très heureuse de réunir ses partenaires du milieu communautaire et du secteur public œuvrant auprès des personnes handicapées et leurs proches.

Il s’agit en fait d’un salon des partenaires qui vise d’une part à permettre aux organismes de réseauter et d’apprendre à se connaître entre eux et d’autre part, d’une occasion pour les citoyens et les divers intervenants du territoire de faire connaissance avec les ressources existantes dans notre région.

Originalement prévu pour 2020, notre salon : *Partenaires de la diversité*, s’inscrira cette année dans les activités entourant la semaine québécoise des personnes handicapées (SQPH) qui se déroulera du 1er au 7 juin prochain.

## **Partenaires de la diversité :**

**Un salon organisé par l’APHRSO dans le cadre de la**

**semaine québécoise des personnes handicapée (SQPH)**

*En soutien à la réalisation de sa mission, l’APHRSO peut compter sur la participation financière du CISSS Montérégie-Centre et de Centraide du Grand Montréal.*

*Mars 2023*

*Édition 29, Numéro 4*



## **Exprimez-vous !**

Saviez-vous que le journal la Lumière est mis à la disposition de nos membres pour qu’ils puissent s’exprimer sur des sujets qui les préoccupent ? Que vous souhaitiez réagir sur un sujet d’actualité ou encore nous faire réfléchir sur une réalité qui vous touche, nous vous invitons à nous transmettre le tout par courriel à : [info@aphrso.org](mailto:info@aphrso.org).

Nous serons heureux de vous publier dans le journal de VOTRE association.

***L’équipe de l’APHRSO***

**Votre Conseil d’administration pour 2022-2023**

Présidente : Madame Karine Lévesque

Vice-présidente : Madame Guylaine Rathel

Secrétaire : Madame Odette Gagnon

Trésorier : Monsieur Éric Cyr

Administrateurs.trices : Madame Christine Paquette

Madame Stéphanie Boucher

Monsieur Ian Rajotte

**Le personnel permanent**

*Directrice générale : Madame Nancy Côté*

*Responsable des services de soutien et d’informations : Madame Nancy Therrien*

*Agente de promotion et de développement social : Madame Marie-Eve Clermont*

## **L’implication de l’APHRSO**

## **dans son milieu**



Saviez-vous qu’en plus de travailler en collaboration avec les villes de son territoire, l’APHRSO collabore également avec d’autres organismes de la région ? C’est le cas notamment avec Mouvement Action Découverte par le prêt de nos locaux pour la réalisation de leurs centres d’activités de jour. C’est le cas également avec l’organisme Le Partage à qui nous offrons un soutien pour l’intégration de personnes en situation de handicap, en plus d’offrir sporadiquement la contribution bénévole de nos membres pour la réalisation d’activités.

Il est fréquent également que l’APHRSO soit sollicitée par d’autres partenaires qui souhaitent bénéficier de l’expertise ou du soutien de notre organisme. À titre d’exemples, nous siégeons au comité de sélection des locataires de l’organisme PAL et au comité d’admission du transport adapté d’exo. Nous travaillons également avec la Maison du Goéland, soit pour accompagner certains participants dans diverses démarches ou encore pour partager notre expertise avec les intervenants du milieu. Nous soutenons également divers projets que souhaitent réaliser nos partenaires. Ce fût le cas cette année avec le Centre de femmes l’Éclaircie et plus récemment avec l’organisme Vents d'Espoir. L’APHRSO est heureuse d’apporter sa contribution dans la communauté et ainsi participer à l’effort collective de soutenir notre population. En parallèle, nous croyons que c’est en travaillant de concert avec les instances et les organismes du milieu que nous contribuons concrètement à faire de la transformation sociale et ainsi faciliter l’inclusion et la pleine participation sociale des personnes handicapées.

.





L’APHRSO et ses membres ont contribué à la collecte de denrées dans le cadre de la Guignolée 2022 du Partage.

Nos lutins bénévoles ont également fabriqué 150 boîtes contenant de petites douceurs à offrir.

Vous avez été nombreux à participer à notre consultation visant à connaître votre niveau de satisfaction quant à nos divers outils de communication. Nous profitons d’ailleurs de cette édition pour vous remercier de votre précieuse collaboration.

Selon les résultats obtenus, les éditions du journal La Lumière, le site web et la page Facebook de l’APHRSO sont des outils d’information que vous appréciez et qui répondent bien à vos besoins, selon près de 90% des répondants.

Nous sommes donc ravis de constater que ces outils répondent aux objectifs pour lesquels ils sont conçus.

Par ailleurs, nous vous rappelons qu’en tant que membres, vous pouvez vous aussi collaborer au contenu de ces outils, soit en partageant des informations sur nos groupes Facebook, en nous soumettant des articles ou encore, en nous faisant parvenir vos propres textes afin que nous les diffusions.

Si vous souhaitez partager une réalité qui vous concerne ou qui vous touche, nous serons heureux de vous lire et de partager le tout avec nos membres.

## **Retour sur notre consultation en lien avec nos outils de communication**

Notre année financière se termine très bientôt et nous sommes déjà à la préparation du bilan et à la planification des actions que nous souhaitons réaliser au cours de la prochaine année.

Le tout vous sera présenté lors de l’assemblée générale annuelle qui aura lieu le 19 juin prochain. Nous avons bien hâte de vous retrouver en présentiel, mais sachez que nous offrirons tout de même la formule hybride pour ceux et celles qui préféreraient se joindre à nous en virtuel.

Vous recevrez l’invitation officielle au courant du mois de mai, mais nous vous invitons d’ores et déjà à mettre cette date à votre agenda.

## **Notre assemblée générale annuelle**

## **La nouvelle mesure d’assistance**

La mesure d’assistance permet à une personne qui vit une difficulté d’être assistée gratuitement par une ou deux personnes de son choix.

Reconnus officiellement par le Curateur public, les assistants au majeur peuvent aider la personne assistée :

* à prendre soin d’elle-même;
* à prendre des décisions;
* à exercer ses droits;
* à administrer son patrimoine.

L’assistant peut alors communiquer avec des tiers (services gouvernementaux, institutions financières, entreprises, fournisseurs de services et professionnels, tels que médecins, pharmaciens, travailleurs sociaux, juristes, comptables, etc.) au nom de la personne assistée.

Pour plus de renseignements ou pour faire reconnaître une personne comme assistante:

<https://www.quebec.ca/justice-et-etat-civil/protection-legale/mesure-assistance/a-propos>

Vous pouvez également contacter le Curateur public au 514-873-4074





## **Liens utiles**

**PROGRAMME DE REVENU DE BASE**

Le nouveau programme de revenu de base est entré en vigueur le 1er janvier dernier. Pour en apprendre davantage sur ce programme ou trouver des réponses à vos questions, visitez le site web au <https://www.quebec.ca/famille-et-soutien-aux-personnes/aide-sociale-et-solidarite-sociale/programme-revenu-base> ou communiquez avec le ministère de l’Emploi et de la Solidarité Sociale : 514.873.4000

**FINAUTONOME**

Finautonome est un organisme communautaire qui vise à aider les personnes qui ont des limitations fonctionnelles à améliorer leur bien-être financier pour qu’elles aient plus d’autonomie et de sécurité.

Pour en apprendre davantage : <https://www.finautonome.org>

1-833-866-7334

**QUEBEC.CA :**

**PROFIL PERSONNES HANDICAPÉES**

Dans le but de simplifier l’accès à l’information et aux nombreux programmes et services destinés aux personnes handicapées et à leur famille, une section web a été ajoutée sur le site quebec.ca. Nous vous invitons donc à consulter le site :

<https://www.quebec.ca/personnes-handicapees>

**IMPÔTS 2022**

La période de déclaration d’impôt est en cours. Saviez-vous qu’il existe des mesures fiscales spécifiques aux personnes handicapées, à leur famille et à leurs proches?

Les renseignements sur les mesures fiscales se trouvent plus précisément sur le site de quebec.ca, dans la section [Mesures fiscales et rentes](https://www.quebec.ca/personnes-handicapees/mesures-fiscales-rentes).

**L’ACCOMPAGNATEUR**

L’accompagnateur outille les parents et proches de personnes handicapées de partout au Québec. Il offre également une belle diversité de conférences en ligne pouvant être utiles aux personnes handicapées et à leurs proches :

<https://laccompagnateur.org>

**LE SITE WEB DE L’APHRSO**

Saviez-vous que le site web de l’APHRSO contient une foule de renseignements et de liens utiles aux personnes handicapées et à leurs proches ?

Il contient également un répertoire des ressources disponibles sur notre territoire et un lien vers divers formulaires dont vous pourriez avoir besoin.

N'hésitez pas à consulter le site au [www.aphrso.org](http://www.aphrso.org)

**NOTRE PAGE FACEBOOK**

La page Facebook de l’APHRSO diffuse un grand nombre d’informations susceptibles d’intéresser les personnes handicapées et leur famille.

Abonnez-vous

pour ne rien manquer !

[www.facebook.com/aphrso](http://www.facebook.com/aphrso)

## **Êtes-vous un proche aidant?**

Selon la définition issue de la politique nationale pour les personnes proches aidantes, un proche aidant se définit comme suit : « désigne toute personnequi apporte un soutien à un ou à plusieurs membres de son entourage qui présentent une incapacité́ temporaire ou permanente de nature physique, psychologique, psychosociale ou autre, peu importe leur âge ou leur milieu de vie, avec qui elle partage un lien affectif, familial ou non. Le soutien apporté est continu ou occasionnel, à court ou à long terme, et est offert à titre non professionnel, de manière libre, éclairée et révocable, dans le but, notamment, de favoriser le rétablissement de la personne aidée, le maintien et l’amélioration de sa qualité de vie à domicile ou dans d’autres milieux de vie. Amis, conjoints, parents, fratrie, voisins ou autres personnes proches peuvent donc se reconnaître dans cette définition.

**Être parent proche aidant**

Les parents soutenant un ou des enfant(s) vivant avec une incapacité́ temporaire ou permanente font partie des 1 500 000 personnes proches aidantes au Québec. Ils et elles sont parents et proches aidants. À la lecture de ces mots, certains d'entre vous ne manqueront pas de réagir : « Je m'occupe de ma fille, c'est normal, je ne suis pas proche aidant, juste son parent ». Vous avez raison. Vous êtes d'abord des parents liés à votre enfant par un lien affectif qu'aucune expression ne peut réussir à qualifier. Mais votre rôle vous emmène bien au-delà. Vous offrez un soutien continu ou occasionnel, à court ou à long terme dans le but de favoriser le maintien et l’amélioration de la qualité́ de vie de votre enfant. Vous êtes maman et aussi proche aidante. Vous êtes papa et votre situation est aussi celle d'un proche aidant. C'est votre réalité.



Est là pour vous soutenir

en tant que personne

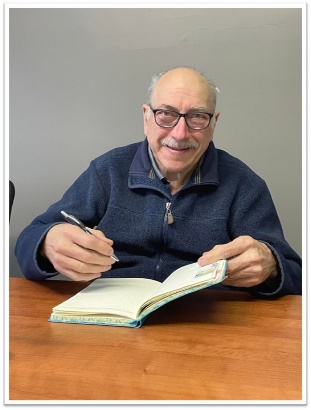
proche aidante.

[www.lappui.org](http://www.lappui.org)

1-855-852-7784



## **Connaissez-vous Info-Aidant?**



L’APHRSO a transmis en décembre dernier ses plus sincères condoléances au conjoint et aux proches de madame Nicole Lessard. Madame Lessard a été une figure marquante du milieu communautaire et son immense dévouement a été souligné ici et ailleurs. Femme de cœur et de défis, bienveillante et impliquée de façon exceptionnelle dans sa communauté, elle aura contribué activement à la création de plusieurs organismes de la région : l’APHRSO, TARSO, PAL, Bénado et l’Éclaircie, à l’époque où elle était directrice du centre du bénévolat de Candiac.

Madame Lessard est décédée à l’âge de 76 ans, à Natashquan où elle y résidait et s’y impliquait activement depuis plus d’une trentaine d’années. Tout au long de sa vie, elle aura été un exemple d’implication social et communautaire qui mérite admiration et reconnaissance. Bon repos madame Lessard.

Pierre était un fier membre de l’APHRSO et un bénévole impliqué et dévoué au sein de notre organisme. Sa présence va grandement nous manquer. Nous offrons de nouveau nos plus sincères condoléances à ses proches et à tous ceux qui sont attristés par son départ.

Info-aidant est un service téléphonique d'écoute, d'information et de références professionnel, confidentiel et gratuit. Il s'adresse aux proches aidants et à leur entourage.

Le service est accessible tous les jours de 8 h à 20 h, par téléphone au 1 855 852-7784, et par courriel à [info-aidant@lappui.org](mailto:info-aidant@lappui.org).

Pour plus d’information, visitez le site :

<https://www.lappui.org/fr/nous-sommes/info-aidant>

C’est avec une grande tristesse que nous avons appris le décès de monsieur Pierre Julien. La veille de son départ, Pierre était entouré de plusieurs de ses amis lors d’un dîner Cause-Ris à l’APHRSO et personne ne s’attendait à ce que ce soit son dernier rendez-vous avec nous.

Pierre était un fier membre de l’APHRSO et un bénévole impliqué et dévoué qui va grandement nous manquer.

## **Décès de madame Nicole Lessard**

## **Au revoir Pierre**

## **Les membres de votre conseil d’administration**

## **Qui sont-ils?**

Je suis Stéphanie Boucher et j’occupe un poste d’administratrice au sein du conseil d’administration. Je suis membre de l’APHRSO depuis 2019 et membre du CA depuis juin 2022. À la suite d’un diagnostic de paraparésie spastique à l’âge de 19 ans, je suis progressivement passé de la station debout avec des aides techniques à la station assise dans un fauteuil roulant.

Grâce à un kinésiologue d’un CMR, j’ai découvert les sports adaptés. J’ai essayé le ski de fond, le tennis, la bicyclette et depuis 12 ans, je pratique le parahockey de façon récréative.

Je fais partie du Club de parahockey Richelieu pour lequel je suis bénévolement la trésorière depuis sa création. Malgré ma condition, j’ai toujours été capable d’avoir un emploi, et le télétravail a été d’un grand secours.

Présentement, j’ai un nouvel emploi après un retour aux études d’un an en secrétariat. Je suis aussi la maman de 2 adolescents avec un diagnostic de TSA (trouble du spectre de l’autisme).

Pour moi, l’APHRSO est un organisme qui est motivé à l’inclusivité des citoyens présentant une limitation. Leurs différences nous font voir la vie autrement. De plus, à l’intérieur du CA, je suis impliqué sur un comité : commerces et services accessibles.

Le fait de me déplacer en fauteuil roulant depuis quelques années me sensibilise beaucoup à l’accessibilité universelle. Cependant, voir que plusieurs endroits ne sont pas adaptés me fait ressentir un mélange de colère et de tristesse.



## **Nos activités des derniers mois et celles à venir**



Tirage de Pâques le 31 mars prochain!

Bonne chance

à tous!

Notre Grand tirage du Temps des fêtes :

Nos trois (3) gagnants ont reçu des coffrets-cadeaux d’une valeur de 100$ chacun, contenant divers items suggérés par nos membres et leurs proches lors d’une consultation réalisée à cet effet.

Encore une fois cette année, ce grand tirage a suscité beaucoup d’intérêt et nous en sommes ravis.

Félicitations encore à nos trois gagnants !

Notre tirage

de la Saint-Valentin

Pour souligner cette fête de l’amour de manière particulière, nous avons offert en février dernier un magnifique panier cadeau. Le grand gagnant est un conjoint proche aidant qui prend soin au quotidien de son épouse. Rappelons que les participants à notre tirage devaient poser un geste d’amour soit au profit d’organismes qui redonnent à leur communauté ou encore soutenir ou rendre service à un proche.

Félicitations monsieur Lefebvre ! Votre dévouement quotidien méritait bien cette petite attention de notre part !

Semaine de la famille

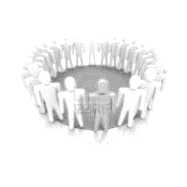
**Que feriez-vous en famille avec une carte-cadeau de 100$ du Quartier DIX30 ?**

C’est ce que nous aimerions savoir pour inscrire votre famille au tirage que nous ferons le **5 mai** prochain dans le cadre de la semaine québécoise des familles. Appelez-nous ou écrivez-nous avant le 30 avril et votre famille sera automatiquement inscrite *(une seule inscription par famille. Tirage exclusif aux membres de l’APHRSO).*

Retour sur notre fête annuelle

À la suite du sondage que nous avons réalisé auprès de nos membres, nous sommes heureux de vous annoncer le retour de notre traditionnelle fête annuelle en 2023**.** Puisque vous avez été nombreux à souhaiter le retour de cet évènement dans sa formule habituelle, nous vous invitons dès maintenant à mettre à votre agenda la date du **22 septembre**.

Plus de détails à venir.

Intervention collectiveIntervention individuelle****

Nos bureaux sont ouverts du lundi au vendredi,

de 8 h 30 à 16 h 00.

Le formulaire à compléter est disponible sur notre site internet. Vous pouvez d’ailleurs le compléter en ligne. Sachez qu’il est également disponible sur demande en version papier.

Pour de plus amples informations, nous vous invitons à communiquer avec nous.

**Qui sommes-nous ?**

**Notre Mission**

L’APHRSO est un organisme communautaire autonome fondé en 1980 dont la mission vise à promouvoir l’inclusion et la pleine participation citoyenne des personnes ayant des limitations fonctionnelles.

**Nos principaux objectifs**

* Promouvoir les intérêts des personnes et ceux de leur famille
* Promouvoir l’accessibilité universelle
* Faire reconnaître et défendre l’ensemble des droits collectifs et individuels des personnes et ceux de leur famille
* Collaborer avec les ressources du milieu pour soutenir la réponse aux besoins des personnes et ceux de leur famille
* Soutenir les personnes et leur famille dans leurs démarches personnelles

**Le territoire**

L’organisme couvre le territoire de la MRC du Roussillon (Candiac, Delson, La Prairie, Saint-Constant, Sainte-Catherine, Saint-Mathieu, Saint-Philippe, Châteauguay, Léry, Mercier et Saint-Isidore).

**Notre approche**

Pour exercer notre rôle d’acteur de changement et dans une perspective de transformation sociale, nous intervenons à la fois auprès des individus pour qu’ils puissent exercer leur pouvoir d’agir et sur divers déterminants sociaux de la santé pour améliorer la qualité de vie des gens, soutenir le développement de ressources et d’environnements adéquats et accessibles et ainsi lutter contre l’exclusion sociale.

Nos actions sont guidées par une approche globale des problématiques et par les valeurs suivantes : Dignité Justice sociale Respect Autonomie Équité Démocratie

Activités de sensibilisation, de promotion et d’éducation populaire

Consultations, représentations et revendications

Concertations sectorielles et intersectorielles

Collaboration et soutien aux municipalités, organismes et partenaires du milieu

**Nos services aux membres et à la communauté**

**Devenez membre, c’est gratuit !**

Accueil, écoute

Renseignements et documentation

Soutien individuel et de groupe

Assistance et soutien technique

Accompagnement individuel

Soutien civique

Références vers les ressources et programmes existants

Rencontres d’échanges et d’information

Toute personne ayant des limitations fonctionnelles, les membres de leur famille ainsi que toute personne sensibilisée à la cause et qui appuie notre mission sont invités à devenir membres de l’organisme, et ce gratuitement.

Association des

personnes handicapées

de la Rive-Sud Ouest (APHRSO)

**www.facebook.com/aphrso**

100, rUE STE-MARIE

LA PRAIRIE (QC)

J5R1E8

TÉlÉphone :

(450) 659-6519

TÉlÉcopie :

(450) 659-6510

COURRIEL :

[info@aphrso.org](mailto:info@aphrso.org)



Consultez notre site internet :

[**www.aphrso.org**](http://www.aphrso.org)



Logo de Delson

171 rue St-Pierre, Local 100

Saint-Constant (Québec) J5A 2G9

Téléphone : 450 638-6835

Télécopieur : 450 638-1988

**Imprimeriemosaique.com**

*Merci à Imprimerie MOSAÏQUE, un partenaire important pour les publications de l’APHRSO.*

**Nom de la société**

**Adresse**

**Code postal, Ville  22134**