

# Journal La Lumière



Février 2025  
Édition 31, Numéro 5

**APHRSO**  
Partenaire du mieux-être depuis 1990

## Dates à retenir :

Prix Coup de cœur :  
Date limite le 1<sup>er</sup> mars.

Semaine québécoise de la  
déficience intellectuelle :  
Du 16 au 22 mars 2025

## Pleins feux sur :

Bottin des ressources 3

REEI 4

Brigade AXECIBLE 4

Mobilisation SQDI 5

Qui sommes-nous ? 7



Partenaire  
important de nos publications.

## Prix Coup de cœur

Notre campagne « *Prix Coup de cœur* » est en cours.

Rappelons que cette campagne vise à mettre en lumière les villes, les commerces et les employeurs qui fournissent des efforts annuellement pour améliorer leur accessibilité aux personnes handicapées.

**Vous fréquentez des commerces, des organismes ou des lieux publics dans le Roussillon ou utilisez des services municipaux en raison de leur accessibilité ?**

L'APHRSO vous invite à les mettre en candidature !

**Vous connaissez des employeurs qui embauchent des personnes handicapées ?**

N'hésitez pas à soumettre leur candidature !



Vous pourriez gagner une carte-cadeau d'épicerie d'une valeur de 200\$.



**Vous avez jusqu'au 1<sup>er</sup> mars 2025** pour contribuer à cette campagne et participer au tirage !

Tous les détails au :  
<https://www.aphrso.org/prixcoupdecœur/>

## Tirage de Pâques

C'est déjà le temps de vous inscrire pour notre tirage de Pâques !

Deux magnifiques chocolats à gagner, d'une valeur de 50\$ chacun.

**Vous avez jusqu'au 11 avril 2025 pour vous inscrire.**

Le tirage aura lieu le 14 avril 2025.

Vous pouvez vous inscrire par téléphone ou par courriel à [soutien@aphrso.org](mailto:soutien@aphrso.org)



Il est à noter que nous acceptons une seule inscription par famille, composée de personnes résidant sous le même toit, et que le tirage est réservé à nos membres actifs.

Bonne chance à tous !

## L'équipe de l'APHRSO

### Votre conseil d'administration pour 2024-2025

Présidente : Karine Lévesque  
Vice-présidente : Guylaine Rathel  
Secrétaire : Odette Gagnon  
Trésorier : Eric Cyr

Administrateurs.trices : Christine Paquette  
Stéphanie Boucher  
Ian Rajotte



### Le personnel permanent

*Directrice générale :*

*Responsable des services de soutien et d'informations :*

*Agente de promotion et de développement social :*

*Nancy Côté*

*Nancy Therrien*

*Marie-Eve Clermont*



### 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.

## Ajout d'un bottin des ressources



Notre site web s'est récemment refait une beauté.

Sans changement majeur sur le plan visuel, nous avons toutefois revu l'ensemble de son contenu et fait l'**ajout d'un bottin des ressources** pour les personnes handicapées et leurs proches.

Cet outil a pour but de faciliter la recherche d'information sur les différents programmes et services offerts par les organismes, les entreprises et autres dispensateurs de services.

Nous vous invitons donc à naviguer sur notre site web et à consulter entre autres notre nouveau bottin des ressources :

<https://www.aphrso.org/>

### Un bottin des ressources en remplacement du salon des partenaires

Cet ajout à notre site web fait suite aux résultats des deux dernières éditions de notre salon des partenaires, dont l'une a été réalisée en collaboration avec Desjardins.

Malgré un bilan général positif de ces deux événements, le taux de participation était moins élevé que ce que nous espérons, tant du côté des exposants que des citoyens.

Par conséquent, après analyse et consultation, nous avons fait le choix de nous tourner vers une nouvelle formule ayant les mêmes objectifs, mais qui se veut plus accessible en raison de sa disponibilité en ligne et de son utilisation au moment qui conviendra le mieux aux personnes handicapées et à leurs proches.

Nous espérons donc que ce nouvel outil sera à la hauteur de vos attentes.

## Accès aux soins de santé et examens médicaux



Depuis l'automne dernier, l'APHRSO s'est entretenu à quelques reprises avec divers responsables du CISSSMO concernant certaines problématiques en lien avec l'accès aux soins et aux examens médicaux pour les personnes ayant des limitations physiques.

De façon plus spécifique, nous avons abordé des enjeux reliés à l'absence d'équipements médicaux adaptés aux conditions des personnes, tant dans les hôpitaux en général que dans d'autres types d'établissements de santé.

On y référerait notamment aux échographies, mammographies, examens gynécologiques ou obstétriques, mais l'un des enjeux les plus soulevés par les membres que nous

avons consultés est l'absence de tables d'examen ajustables dans les cabinets de médecin.

Sachez que nos discussions avec le réseau de la santé ont été très constructives et que les représentants du CISSSMO se sont montrés très sensibles aux enjeux soulevés.

Ils nous ont d'ailleurs assurés, après vérification, que toute personne ayant des difficultés de mobilité peut recevoir, à l'hôpital Anna-Laberge, des soins de santé adaptés à sa condition.

Cependant, il est possible que des tables d'examen ajustables ne soient pas disponibles actuellement dans tous les CLSC, cliniques ou GMF de la région.

Cet élément a donc été pris en note pour s'assurer que le remplacement éventuel du matériel médical tienne compte dans l'avenir de l'accessibilité de ces équipements.

Même chose en ce qui a trait à la sensibilisation auprès du personnel qui aurait avantage à être déployée pour tous les intervenants en contact avec la clientèle.

Cela dit, nous invitons les personnes ayant des enjeux de mobilité à faire connaître leurs besoins lors de la prise de rendez-vous ou lors d'examens médicaux.

Si un soin ou un examen médical ne peut vous être administré sur notre territoire en raison de l'inaccessibilité du matériel, merci de nous en informer.

# Comment ouvrir un **Régime enregistré d'épargne-invalidité (REEI)** pour vous ou un proche en situation de handicap

## POUR ÊTRE ADMISSIBLE AU REEI, LE BÉNÉFICIAIRE DOIT...



- être résident du Canada
- posséder un numéro d'assurance sociale (NAS)
- être approuvé pour le crédit d'impôt pour personnes handicapées (CIPH)
- avoir moins de 60 ans (avant le 31 décembre de l'année où le bénéficiaire atteint l'âge de 59 ans)

**Bénéficiaire :** La personne approuvée pour le CIPH qui touchera l'argent du REEI.

**Titulaire :** La personne qui ouvre et gère le REEI (peut également être le bénéficiaire).

## Le saviez-vous?

Les personnes en situation de handicap âgées de 0 à 49 ans bénéficiaires d'un REEI peuvent recevoir jusqu'à **20 000 \$** en bons et jusqu'à **70 000 \$** en subventions du gouvernement du Canada

Pour apprendre davantage sur le REEI, veuillez visiter le [canada.ca/REEI](http://canada.ca/REEI) ou appelez le 1 800 O-Canada (1-800-622-6232)

Pour demander ce document sous d'autres formats, veuillez composer le 1-800-622-6232. Si vous utilisez un téléscripteur (ATS), composez le 1-800-926-9105.

**1**  
Obtenez l'approbation pour le **Crédit d'impôt pour les personnes handicapées (CIPH)**

Remplissez et envoyez le formulaire T2201 de l'Agence de revenu du Canada  
Pour plus d'informations sur le CIPH, visitez le [canada.ca/impots](http://canada.ca/impots)

**2**  
Choisissez une **institution financière qui offre le REEI et prenez un rendez-vous**

Visitez le [canada.ca/reei-ouvrir-regime](http://canada.ca/reei-ouvrir-regime) pour voir la liste

**3**  
Ouvrez un **régime**

Remplissez les formulaires de demande directement auprès de l'institution financière

**4**  
**Produisez une déclaration de revenus**

Les renseignements sur le revenu familial\* servent à déterminer le montant de la subvention et du bon à payer  
Produisez une déclaration de revenus pour les années précédentes, au besoin; cela peut être fait après l'ouverture du REEI

**5**  
**CHAQUE ANNÉE, LE GOUVERNEMENT DU CANADA PAIERA\*\***

Jusqu'à 1 000 \$ en bons aux particuliers à revenu faible ou modeste, sans cotisation personnelle requise  
Jusqu'à 3 500 \$ en subventions, avec une contrepartie jusqu'à 300 % pour les contributions personnelles

**Commencez à épargner et regardez votre argent fructifier!**

Rattrapez automatiquement les subventions et les bons des dix dernières années approuvées par le CIPH

\* Pour les bénéficiaires âgés de 19 ans et plus, le revenu familial annuel désigne le revenu net du bénéficiaire plus celui de son époux ou conjoint de fait.  
Pour les bénéficiaires âgés de moins de 19 ans, le revenu familial annuel est le revenu net des parents ou des tuteurs légaux du bénéficiaire.

En13-1162023F-FDF  
979-0-660-69388-0

\*\* La subvention et le bon sont payables jusqu'au 31 décembre de l'année où le bénéficiaire atteint 49 ans.



Emploi et Développement social Canada

Employment and Social Development Canada

Canada

## Êtes-vous inscrits à la Brigade AXECIBLE?

Vous êtes une personne vivant avec des limitations fonctionnelles, un proche aidant ou un accompagnateur ?

Vous fréquentez les lieux publics ou utilisez les différents services publics dans votre communauté ou à proximité ?

Vous rencontrez des obstacles qui réduisent la qualité de votre expérience en tant que citoyens ou au contraire, vous aimeriez donner une appréciation positive d'un lieu ou d'un service en lien avec son accessibilité ?

Vous correspondez exactement au profil que nous recherchons pour faire partie de la Brigade AXECIBLE.

Brigade AXECIBLE est en fait une application mobile et un site web, utilisés par une équipe de brigadiers anonymes.

C'est un outil simple que peuvent utiliser les personnes handicapées pour faire connaître leur appréciation quant à l'accessibilité des différents lieux et services publics de proximité, utilisés fréquemment ou sur une base occasionnelle.

Pour l'APHRSO, cette application constitue un bel outil pour vous permettre de vous exprimer en temps réel sur vos expériences vécues et ainsi permettre aux élus et décideurs des différents milieux d'être informés et de pouvoir apporter des correctifs afin de rendre leurs installations et leurs services plus accessibles à l'ensemble de leurs citoyens.

Vous voulez en connaître davantage ou vous inscrire à titre de brigadiers ? Visitez-le :

<https://www.aphrso.org/brigadeaxecible/>





# L'APHRSO appuie la campagne de mobilisation en habitation de la SQDI

## Campagne de mobilisation en habitation

Plus de milieux de vie de qualité, sains et sécuritaires pour les personnes ayant une déficience intellectuelle ou autistes.

Mobilisons-nous pour demander des changements concrets. Chaque signature compte pour bâtir un avenir plus inclusif.



Je signe la pétition!



Parce que les personnes ayant une déficience intellectuelle ou autistes ont beaucoup de difficulté à trouver des endroits sécuritaires, respectueux et intéressants pour vivre en dehors de leur famille et considérant qu'elles font face à des obstacles importants pour accéder à des milieux de vie substitués (appartements supervisés, ressources intermédiaires et de type familial, etc.), la SQDI poursuit sa campagne de mobilisation en habitation et demande votre soutien en signant la pétition :

<https://www.sqdi.ca/fr/actualites/petition-en-habitation-ameliorer-les-milieux-de-vie-pour-les-personnes-ayant-une-deficience-intellectuelle-ou-autistes/>

L'APHRSO, comme plusieurs autres organismes au Québec, appuie cette campagne de mobilisation demandant l'ajout de ressources pour assurer la qualité des services existants et le développement et la pérennité de nouvelles ressources qui répondront aux besoins et aux aspirations de cette population encore trop souvent oubliée.

**Vous avez jusqu'au 3 mars prochain pour joindre votre signature à la nôtre !**

## Envie de participer à notre Projet Coup de main?



Tu aimes faire des casse-têtes ?

Tu es libre les mardis matin et tu aimerais pouvoir socialiser avec d'autres adultes vivant avec une déficience intellectuelle ?

L'APHRSO recherche justement quelques personnes pour se joindre à l'équipe de bénévoles qui est à l'œuvre les mardis dans le cadre du Projet Coup de main.

Tu aimerais en apprendre davantage sur ce projet d'implication sociale ?

Consulte notre site web à l'adresse suivante : <https://www.aphrso.org/projet-coup-de-main/>

Tu veux t'inscrire ou discuter avec la personne responsable de ce projet ?

Communique avec Marie-Eve Clermont, notre agente de promotion et de développement sociale.

Tu peux la joindre par téléphone au 450 659-6519 ou par courriel à [promo@aphrso.org](mailto:promo@aphrso.org)

# Vous venez d'apprendre le diagnostic de votre enfant ou d'un.e proche et vous ne savez pas par où commencer?

Le "Parcours de vie", disponible sur [L'accompagnateur](#), décortique chaque étape.

En choisissant l'âge de la personne et son ou (ses) type(s) de handicap, vous visualiserez facilement les différentes étapes charnières de son parcours.

Découvrez des ressources adaptées, des marches à suivre claires et des conseils d'experts, rassemblés au même endroit.

De l'annonce du diagnostic aux défis quotidiens, tout est pensé pour les familles.

Un outil intuitif et complet pour mieux planifier et anticiper les besoins.

Explorez le "Parcours de vie" juste ici : <https://laccompagnateur.org/parcours-de-vie>



## Connaissez-vous Place à l'école?

Place à l'école accompagne les parents dans leur démarche collaborative avec l'équipe école dans le cadre du parcours d'intégration et d'inclusion scolaire de leur enfant.

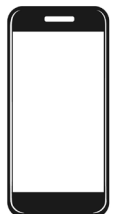
<https://isemg.quebec/services-pour-les-parents>

(450) 646 2714, poste 206



## Des rabais sur votre forfait cellulaire! Ça vous intéresse?

Certaines compagnies de services de télécommunication offrent aux personnes handicapées des rabais sur les forfaits mobiles ? On nous a d'ailleurs rapporté que le rabais peut être de 20\$ par mois. Renseignez-vous auprès de votre fournisseur.



### Saviez-vous que... ?

Donner à Centraide, c'est soutenir un réseau de plus de 375 organismes et projets communautaires, dont l'APHRSO, qui luttent contre la pauvreté et l'exclusion pour une personne sur cinq dans le Grand Montréal.

Pour faire un don : <https://don.centraide-mtl.org>



Association des  
personnes handicapées  
de la Rive-Sud Ouest  
(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)



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



## 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**

## Nos services aux membres et à la communauté

### Intervention individuelle

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

### Intervention collective

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

## Devenez membre, c'est gratuit !

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 invitées à devenir membres de l'organisme, et ce **gratuitement**.

Le formulaire d'adhésion est disponible sur notre site web : <http://www.aphrso.org/devenir-membre>

Vous pouvez d'ailleurs le remplir en ligne. Pour de plus amples informations, nous vous invitons à communiquer avec nous.

Nos bureaux sont ouverts du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h 00.



## Notre territoire



MRC DE ROUSSILLON



*Merci à nos principaux partenaires financiers*

