

# Journal La Lumière



Décembre 2025  
Édition 32, Numéro 4



## Dates à retenir :

Lancement du Prix coup de cœur :

3 décembre 2025

## Pleins feux sur :

Retour sur la fête annuelle	3
Des changements à venir	4
Brigade AXECIBLE	5
Prix coup de cœur	6
Qui sommes-nous ?	7



Partenaire important de nos publications.

## Notre grand tirage du temps des fêtes!

L'APHRSO est heureuse de vous inviter à participer à son grand tirage du temps des fêtes.

### À gagner :

- 3 magnifiques emballages-cadeaux d'une valeur de 100\$ chacun.

Pour courir la chance de remporter l'un d'eux, rien de plus facile !

Vous n'avez qu'à vous inscrire !



Vous pouvez le faire par téléphone du lundi au vendredi, entre 8 h 30 et 16 h 00.

Vous pouvez également envoyer un courriel à [soutien@aphrso.org](mailto:soutien@aphrso.org) ou encore nous envoyer un message via Facebook.

**Les inscriptions sont acceptées jusqu'au 11 décembre 2025 inclusivement.**

**Le tirage aura lieu le 12 décembre prochain.**

Notes :

- Une seule inscription acceptée par famille habitant sous le même toit
- Tirage exclusif à nos membres ayant un statut de membres actifs.

Bonne chance à tous !



## Un très Joyeux Temps des fêtes à vous tous !



De toute l'équipe de l'APHRSO

## Joyeuses Fêtes!

Nos bureaux seront fermés du 22 décembre 2025 au 2 janvier 2026 inclusivement.

# **L'équipe de l'APHRSO**

## **Votre conseil d'administration pour 2025-2026**

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 :*

*Nancy Côté*

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

*Nancy Therrien*

*Agente de promotion et de développement social :*

*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.



## Retour sur la fête annuelle 2025

Quel bel événement que fut notre édition 2025 de la fête annuelle. Cette année, c'est plus de 100 personnes qui étaient réunies pour souligner le 45<sup>e</sup> anniversaire de l'APHRSO.

Nous tenons donc à prendre un moment pour remercier tous les membres et leurs familles qui ont participé aussi nombreux à ce beau rassemblement de vie associative. Votre présence, vos témoignages, l'ambiance que vous y avez créée ainsi

que les nombreux échanges que nous avons eus tout au long de la soirée ont assurément permis de faire de cet événement une autre belle réussite. Merci encore à chacun d'entre vous et au plaisir de vous y retrouver l'an prochain.

## 45 ans d'engagement, de solidarité et d'espoir

### Un message de votre présidente

Cette année marque un moment exceptionnel pour notre organisme : 45 ans d'existence au service de la communauté !

Depuis sa fondation en 1980, l'organisme a grandi et évolué, mais sa mission est restée la même : Promouvoir l'inclusion et la pleine participation citoyenne des personnes ayant des limitations fonctionnelles ; en accompagnant les personnes concernées et leurs proches et en soutenant les différents acteurs du milieu. Grâce à l'implication de bénévoles, au dévouement de l'équipe et à la confiance des membres, nous avons pu transformer des vies, redonner de l'espoir et bâtir des liens humains précieux.

#### 👉 45 ans, c'est :

- Plusieurs personnes accueillies, écoutées et accompagnées ;
- Des projets novateurs qui ont contribué à changer des mentalités et améliorer la qualité de vie des personnes ayant des limitations fonctionnelles ;

- Des partenariats solides qui ont permis de multiplier notre impact ;
- Et surtout, une grande famille où chacun peut trouver sa place.

Cet anniversaire est l'occasion de dire MERCI à toutes les personnes qui ont contribué à cette belle histoire :

- Aux fondateurs qui ont cru en l'APHRSO ;
- Aux bénévoles et employés qui donnent de leur temps et de leur cœur ;
- Aux membres qui nous rappellent chaque jour l'importance de notre mission.

Lors de notre fête annuelle, nous vous avons invité à célébrer avec nous ces 45 années de solidarité et à regarder ensemble vers l'avenir, car notre histoire continue et elle s'écrit avec vous !

Finalement, au nom du conseil d'administration et de tous les membres, nous remercions sincèrement toute l'équipe de l'APHRSO.

Vous représentez bien plus qu'un lieu ou un service : vous êtes une présence bienveillante qui apporte chaleur, réconfort et espoir.

Grâce à votre écoute et à votre dévouement, vous réussissez à créer un espace où chacun se sent accueilli, soutenu et valorisé.

Chaque geste que vous posez, petit ou grand, contribue à briser l'isolement, à soutenir et accompagner ceux et celles qui en ont besoin. Merci de nous offrir non seulement de l'aide, mais aussi un véritable sentiment de communauté et d'appartenance.

Avec toute notre gratitude et notre affection,

Karine Lévesque  
Présidente



# Fête annuelle - Des changements à venir

## Légère augmentation du coût des billets

Comme vous le savez sûrement, plusieurs dépenses viennent avec l'organisation d'un événement, comme celui de notre fête annuelle.

Comme partout ailleurs, ces frais augmentent d'année en année, c'est pourquoi nous devons ajuster périodiquement le prix des billets afin de couvrir une partie de ces dépenses. Ce sera d'ailleurs le cas l'an prochain, alors que **le coût des billets pour nos membres passera de 20 \$ à 25 \$.**

Ainsi, en supposant que les dépenses à venir n'augmenteront pas de manière trop importante, l'APHRSO absorbera approximativement la moitié du coût total de l'activité et les membres absorberont l'autre moitié.

## Un tarif différent pour les non-membres

De plus, à compter de l'an prochain, les personnes désireuses de participer à la fête annuelle devront obligatoirement avoir un statut de membre pour bénéficier du tarif à 25\$.

**Les personnes qui n'ont pas de statut de membres** pourront tout de même participer à l'événement si elles le souhaitent, mais le coût d'achat du billet sera toutefois de **40 \$.**

Pour ne pas avoir à payer cette somme, nous invitons dès maintenant les parents, conjoints, amis et autres membres de la famille à devenir membre de l'APHRSO si cela n'est pas déjà fait, et ce avant la prochaine mise en vente des billets. Nous vous rappelons que l'**adhésion** est **gratuite** et que vous n'avez qu'à remplir le formulaire qui correspond à votre situation : <https://www.aphrso.org/devenir-membre/>

L'objectif de ce changement relié aux non-membres n'est pas de pénaliser qui que ce soit, mais plutôt de nous assurer que toute personne qui participe à nos activités, telles que la fête annuelle, soutient également, par son adhésion, notre mission et les objectifs que nous poursuivons.

Merci à nos membres de passer le mot à leurs proches. Vous avez des questions à ce sujet ou vous souhaitez vérifier si vous êtes membres de notre organisme? Communiquez avec nous sans tarder.

## Salles à manger inclusives

Tous les dimanches, de 11 h à 13 h, plusieurs rôtisseries St-Hubert, dont celles de **Candiac** et de **Châteauguay**, offrent un environnement accueillant et bienveillant pour les personnes autistes et leurs familles. Il s'agit d'un projet initié avec le soutien et l'expertise de l'organisme **À pas de Géant**. Ainsi, les employés de ces restaurants sont formés pour mieux répondre à la

réalité des personnes autistes et s'assurent de répondre aux diverses sensibilités de cette clientèle. Plusieurs mesures sont également mises en place pour que l'expérience soit agréable, dont la diminution de la luminosité artificielle et du volume de la musique d'ambiance et des trousses sensorielles sont disponibles pour les clients. De plus, pour les rôtisseries traditionnelles, une présen-



## St Hubert

lection des tables est également effectuée pour une expérience plus confortable.

Il est également possible de faire une visite virtuelle d'une rôtisserie typique et d'utiliser des outils préparatifs pour ceux qui souhaitent préparer leur venue en restaurant.

Pour information ou réservation :

<https://www.st-hubert.com/fr/responsabilite-sociale/projet-inclusion/salle-a-manger.html>

## SAVIEZ-VOUS QUE?

Il est maintenant possible de planifier des déplacements en transport adapté sur la nouvelle plateforme de réservation d'exo. Réserver un trajet est maintenant plus simple, accessible et convivial.

Avec la réservation en ligne, les usagers peuvent, entre autres :

- planifier un déplacement occasionnel en toute simplicité, 24h/24, jusqu'à 14 jours à l'avance;
- ajouter facilement des accompagnateurs à leurs trajets;
- choisir des aides à la mobilité, adaptées à leurs besoins.



Pour plus d'information : <https://exo.quebec/fr/planifier-trajet/transport-adapte>

## Un généreux don de la Ligue de pétanque de La Prairie

En octobre dernier, nous avons reçu un don inattendu provenant de la vente de billet qui a eu lieu lors de la soirée de clôture de la saison de la Ligue de pétanque de La Prairie.

C'est un généreux don de 800\$ qui a été remis à l'APHRSO par l'entremise de Myriam Cyr qui était présente à cette soirée, en compagnie des organisateurs et de nombreux membres de la ligue.

Un immense MERCI à Myriam et à tous ceux et celles qui ont contribué avec une grande générosité à cette activité réalisée au profit de notre organisme.



## Brigade AXECIBLE – L'APHRSO porteuse du dossier dans la MRC de Roussillon

Depuis plus d'un an, l'APHRSO fait régulièrement la promotion de Brigade AXECIBLE.

Pourquoi ? D'abord parce que nous considérons qu'il s'agit d'un bel outil web permettant aux personnes handicapées ou à leurs représentants de faire connaître les enjeux d'accessibilité rencontrés dans les différents établissements publics de la région.

Deuxièmement, parce que les informations recueillies au moyen de ces évaluations nous permettent comme organisme de mieux cibler nos interventions.

Pour ce faire, nous devons toutefois avoir accès à ces données et c'est pourquoi, nous sommes heureux d'avoir été nommés porteur du dossier pour notre territoire. Cela nous permet de recueillir l'ensemble des informations pour mieux intervenir et d'évaluer les besoins de bonification de l'outil afin de nous assurer qu'il réponde bien aux besoins des utilisateurs.

En parallèle, nous continuons d'apporter du soutien individuel aux personnes qui nécessitent un accompagnement pour l'utilisation de celui-ci.

Jusqu'à présent, une douzaine d'évaluations ont été réalisées et des suivis ont été faits auprès des responsables des établissements concernés par les enjeux qui ont été soulevés. D'ailleurs, on note à certains endroits que des correctifs ont déjà été effectués ou sont en voie de l'être, à la suite de nos interventions.

Nous vous invitons donc à vous familiariser avec cet outil et à l'utiliser au besoin pour nous aider à vous aider 😊 :

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

## Prix Coup de cœur

### Un tout nouveau partenariat avec Desjardins

L'APHRSO est heureuse de vous annoncer un tout nouveau partenariat avec Desjardins, en lien avec nos Prix Coup de cœur.

Comme vous le savez sans doute, l'APHRSO a développé, il y a deux ans, la campagne « Prix Coup de cœur ». Celle-ci avait pour objectif de mettre en lumière de belles initiatives réalisées dans le Roussillon pour améliorer l'accessibilité des lieux et des services publics.

Pour assurer la réussite de ce projet, l'APHRSO a pu compter, depuis le tout début, sur le soutien financier d'un partenaire important, Desjardins.

Cela dit, bien que nous soyons très satisfaits de la visibilité qu'ont connue les deux précédentes éditions, nous souhaitions comme organisme faire un pas de plus et aller un peu plus loin, dans le but d'avoir un impact encore plus concret, tant sur le territoire que pour les personnes handicapées que nous représentons.

C'est pourquoi nous avons de nouveau contacté Desjardins afin de proposer une toute nouvelle formule « Prix coup de cœur », et, encore une fois, Desjardins a accepté notre demande.

Nous sommes donc très heureux de ce nouveau partenariat qui, nous l'espérons, aura des impacts et des retombées positives dans la région.

#### Quel est-il ce nouveau partenariat ?

Dorénavant, le *Prix coup de cœur* permettra de soutenir concrètement la réalisation d'un projet qui améliorera l'accessibilité d'un lieu ou d'un service public dans la MRC de Roussillon.

Grâce à Desjardins, une aide financière sera accordée soit à une ville, un organisme ou un commerce de la région qui aura déposé un projet et qui aura été choisi à la suite d'un vote du public.

Vous serez donc invités en avril prochain à participer au vote qui déterminera le projet gagnant pour l'édition 2026.

Pour plus d'information :

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



## Vaccination gratuite pour certaines personnes

L'APHRSO apprenait en septembre dernier par l'intermédiaire des médias que la vaccination contre la covid-19 ne serait plus gratuite, sauf pour certaines clientèles jugées plus vulnérables. Comme ce fut le cas au déclenchement de la pandémie en 2020, les personnes handicapées n'étaient pas incluses systématiquement dans cette liste.

L'APHRSO a donc interpellé les différents députés de la région, demandant leur intervention pour que soient reconstruits les critères d'admissibilité à la gratuité afin d'y inclure les personnes handicapées et leurs proches aidants. Notre demande n'a toutefois pas été considérée dans son entièreté, mais une précision a été portée à l'attention des professionnels responsables de la vaccination, quant aux conditions chroniques admissibles à la gratuité.

On y réfère entre autres aux conditions médicales entraînant une diminution de l'évacuation des sécrétions respiratoires ou des risques d'aspiration (ex. : un trouble cognitif, une lésion médullaire, un trouble convulsif, des troubles neuromusculaires, la trisomie 21).

Si vous êtes dans l'une de ces situations ou si vous êtes une personne hébergée en établissement, vous seriez donc admissibles à la vaccination gratuite. Renseignez-vous.



#### 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

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



Consultez notre site internet :  
[www.aphrso.org](http://www.aphrso.org)



[www.facebook.com/aphrso](https://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 invités 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>

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

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



## Notre territoire



*Merci à nos principaux partenaires financiers*

