



## AVRIL 2021 : LE MOIS DE L'AUTISME

Nous voilà déjà à la fin du mois de mars ! Les préparatifs pour le mois de l'Autisme vont bon train. C'est vraiment avec enthousiasme et grand plaisir que voilà quelques activités qui vous seront proposées dans notre programmation... À suivre !

### Le 2 avril : JOURNÉE INTERNATIONALE DE LA SENSIBILISATION À L'AUTISME / JOURNÉE EN BLEU

#### À ne pas manquer !

**Le 3 avril**, venez vivre un petit moment enchanté avec Chantois, notre porte-parole, sur notre page Facebook !

**Le 7 avril : Quelle place occupe le stress dans votre vie ?** Un atelier-conférence et un moment de détente vous sont présentés par la Clinique-école Mamoüth à 19heures. Vous devez vous inscrire à [info@autismedelest.org](mailto:info@autismedelest.org). Un lien vous sera envoyé afin que vous puissiez participer à cet événement de bien-être. **Faites vites, les places sont limitées.**



Le stress est une réaction normale du corps humain qui a permis la survie de l'espèce humaine depuis l'époque des mammouths. Mais aujourd'hui dans nos vies modernes, avec tous les défis qu'elles contiennent, comment faire pour le gérer quand il prend toute la place?

- Quels sont les ingrédients qui causent le stress?
- Le stress est-il contagieux?
- Comment intégrer le toucher et la détente dans un contexte familial particulier?

Dans cet atelier-conférence de 60 minutes, on répond à toutes ces questions afin de vous aider à mieux comprendre le stress et à y faire face au quotidien. En prime, vous expérimenterez concrètement l'automassage pour découvrir comment cette approche peut apaiser le stress et les tensions de façon efficace, pour vous et votre famille.



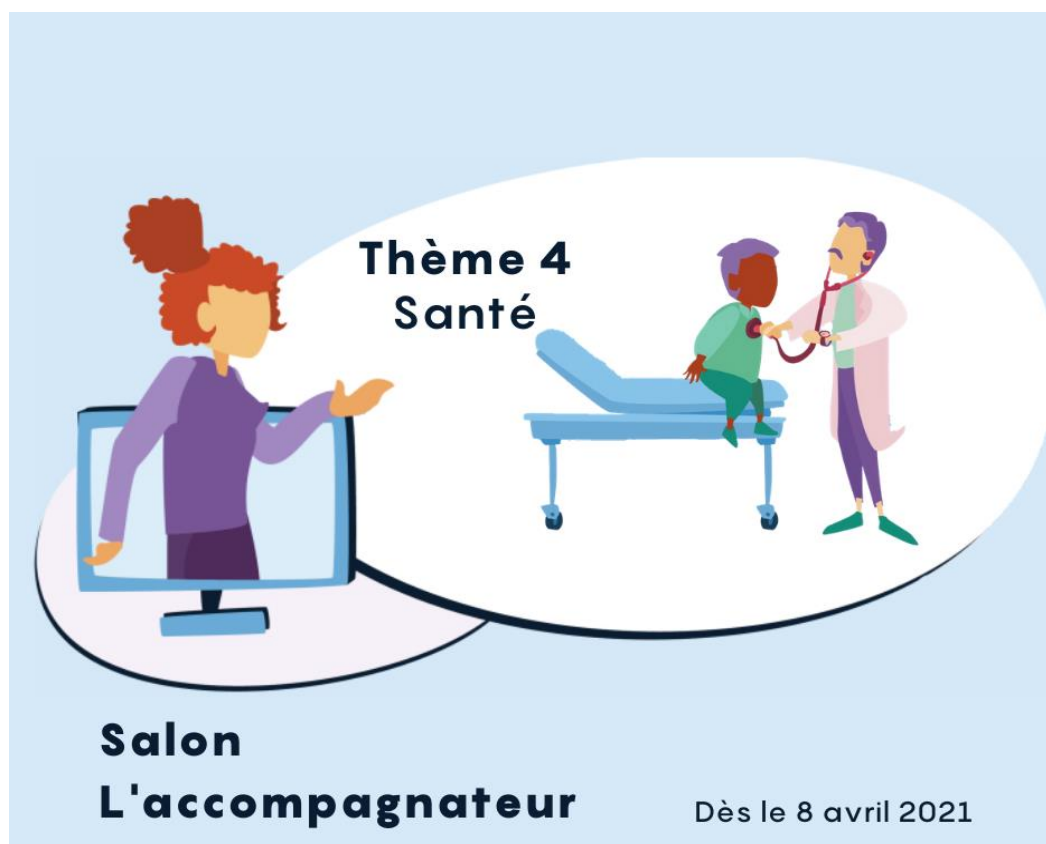
Avec Marie-Claude Rioux et Julie Carré  
Massothérapeutes et formatrices

Votre bien-être est à portée de main...

**15-16-17 avril**

## **SALON L'ACCOMPAGNATEUR**

Savez-vous où se situe le centre de réadaptation le plus proche de chez vous? Connaissez-vous les services en milieu communautaire ou à domicile, ou êtes-vous à la recherche d'un diagnostic pour votre enfant? Le Salon L'accompagnateur vous permet de rencontrer les ressources en santé de votre région ! [laccompagnateur.org/salon](http://laccompagnateur.org/salon)



## **SALON L'ACCOMPAGNATEUR**

Pour la première fois en avril, L'accompagnateur vous offre un salon conçu pour les parents de personnes handicapées. L'objectif, comme toujours : vous guider vers des ressources et informations pertinentes ! Grâce au salon, vous pourrez découvrir de nouvelles ressources selon les besoins de votre enfant, en apprendre davantage sur des enjeux communs et rencontrer virtuellement les organisations près de chez vous.

**Quand** : Tous les jeudis, vendredis et samedis du mois d'avril. Chaque semaine, de nouvelles régions seront mises en lumière.

**Où** : Sur la plateforme web.

Le salon est entièrement gratuit et les fiches ressources seront ouvertes à tous, sans inscription, 24h/24 7j/7.

**Au programme** : Rencontrez en direct et sans rendez-vous les ressources des régions qui vous intéressent, prenez rendez-vous avec la personne de référence en tête-à-tête et participez à des conférences en journée ou à des soirées d'information.

[laccompagnateur.org/salon](http://laccompagnateur.org/salon)

## **À VENIR...**

- Une série de conférences gratuites avec Dr Isabelle Hénault... à suivre !
- Weekend Film – Le film « Champion » partir de 19h samedi le 18 avril à 19h dimanche le 19 avril. Gratuit avec lien Vimeo. Nous reviendrons avec les détails de l'inscription !
- Un colloque virtuel...
- Des surprises !
- Nous reviendrons avec tous les détails... Suivez-nous sur Facebook 😊

**LE CENTRE DE DOCUMENTATION DE LA FQA** offre la possibilité pour les résidents du Québec d'emprunter gratuitement livres, revues et matériel audiovisuel (un dépôt de 20 \$/emprunt est demandé puis remis au retour). Retrait sur place ou envoi possible par Poste Canada avec enveloppe prépayée. Pour en savoir plus : [autisme.qc.ca](https://autisme.qc.ca) ou source : <https://bit.ly/2NlmgRS>

## LES NOUVEAUTÉS

- 10 choses que chaque enfant autiste aimerait que vous sachiez par Ellen Notbohm (traduction par Benjamin Peylet);
- L'autisme et le sport. Enjeux et bénéfices : le pari de la confiance par Christian Alin;
- 10 questions sur... Les hypersensibilités sensorielles chez l'enfant et l'adolescent de Josiane Caron Santha.

## ACTIVITÉ GRATUITE

INSCRIPTIONS JUSQU'AU 9 AVRIL



### Atelier de création collective avec David Marin, *l'écriture d'une chanson*

La Ressource et David Marin offre une activité spéciale s'adressant aux personnes handicapées de tout son territoire, leur famille et leurs amis. Un projet unique de 4 à 6 ateliers virtuels en avril, mai et juin où les participants guidés par David Marin vivront tout le processus d'écriture d'une chanson. Cette œuvre unique sera ensuite enregistrée en studio et dévoilée au 25<sup>e</sup> Téléradiothon en janvier 2022. Il n'est pas nécessaire d'avoir de l'expérience, seulement avoir de l'intérêt pour l'écriture, le chant ou la musique.

David vous invite à faire de la musique pour le simple plaisir de faire de la musique ensemble.  
Pas besoin d'avoir de l'expérience, juste de la motivation  
Pas besoin de vous déplacer pour les ateliers, on fait ça en ligne  
Aucun frais d'inscription

**Inscriptions jusqu'au 9 avril**

**Informations : 418 722-7233 / 1-888-413-7233**

**David Marin** a fait paraître 3 albums et a été nommé deux fois à l'Adisq, pour l'album folk de l'année et comme auteur-compositeur-interprète de l'année. Il a parcouru les routes du Québec et de l'Europe, a chanté avec les plus grands chansonniers québécois et a composé pour de nombreux projets artistiques.

Il a été formateur en écriture de chanson à plusieurs reprises, entre autres au camp chanson de Petite-Vallée. David habite au Bas-Saint-Laurent depuis un an et offre à La Ressource un projet de création collective avec comme finalité la réalisation d'une chanson pour le 25<sup>e</sup> anniversaire de l'organisme.

*Il vous invite à faire de la musique pour le simple plaisir de faire de la musique ensemble.*

## PARENTS RECHERCHÉS POUR UNE CONSULTATION SUR LA TRAJECTOIRE DE SERVICES POUR L'ÉVALUATION DIAGNOSTIQUE DES TROUBLES NEURODÉVELOPPEMENTAUX CHEZ LES ENFANTS

L'INESSS, INSTITUT NATIONAL D'EXCELLENCE EN SANTÉ ET SERVICES SOCIAUX collabore actuellement à l'élaboration d'une trajectoire de référence pour l'évaluation diagnostique des troubles neurodéveloppementaux pour les enfants de la naissance à neuf ans.

Peut-être connaissez-vous des parents qui pourraient être intéressés à apporter leur contribution?

Votre implication dans le projet serait de participer à un groupe de discussion d'une durée de 2 heures, avec d'autres parents, sur la plateforme virtuelle Microsoft Teams. Pour poser votre candidature, nous vous invitons à remplir le formulaire d'ici le 28 mars 2021. **Suivez le lien ici, c'est facile !**

Source : <https://bit.ly/318C0ko>

## PANDÉMIE... *Tenir bon!*

### Vaccin: des personnes avec un handicap physique ou intellectuel seront prioritaires, Oui, mais !

« C'est une excellente nouvelle pour ceux qui sont prisonniers de leurs milieux résidentiels depuis des mois », a déclaré en entrevue Lili Plourde, présidente du conseil d'administration de la Fédération québécoise de l'autisme.

« Par contre, cela laisse un autre pan de la population qui ne sera toujours pas priorisé, c'est-à-dire ceux qui vivent avec leurs familles. »

Pour en savoir davantage sur les suites et les différents impacts de cette prise de décision... suivez le lien! <https://bit.ly/3caXmnv>

## UN NOUVEAU DÉFI!



Très chers membres,

C'est avec regret que nous souhaitons vous informer du départ de l'une des nôtres. En effet, notre agente de développement communautaire en Gaspésie et aux Îles de la Madeleine, madame Cynthia Joly, ira tout prochainement relever de nouveaux défis. Jeune femme engagée et au service de la communauté de l'est du Québec, Cynthia volera de ses ailes magnifiques le 2 avril prochain. Elle aura marqué son passage par sa volonté de mettre en place des ateliers, de nombreuses discussions avec les membres et sa capacité à établir des liens avec plusieurs partenaires de cette belle et grande région.

Nous lui souhaitons le meilleur et la réalisation de tous ses projets.

Bonne route Cynthia!

*L'équipe de l'ADEQ*

## UNE RESSOURCE IMPORTANTE POUR VOUS !

Le CAAP BSL a pour mission d'assister et d'accompagner les personnes insatisfaites d'un service du système de santé et de services sociaux. Par l'information individuelle et collective et l'assistance directe, nous contribuons au respect des droits et à l'amélioration du système de santé de notre région. Nous accompagnons les locataires des résidences privées pour aînés également. Contactez-nous pour obtenir plus d'informations.

Pour le BSL : [soutien@caapbsl.org](mailto:soutien@caapbsl.org)

Pour la Gaspésie et les îles de la Madeleine 1 877-767-2227 / 418-368-7433 [caap-gim@cgcable.ca](mailto:caap-gim@cgcable.ca)

Source : <https://www.caapbsl.org/>



*L'équipe de l'ADEQ vous souhaite  
Joyeuses Pâques!*

**Veillez noter que pour la fête de Pâques, nos bureaux seront fermés du vendredi 2 avril au 5 avril inclusivement.**

Autisme de l'Est-du-Québec : 418 725-2575 ou sans frais 1 877 725-2575



**Oh ! Vous déménagez ? N'oubliez pas de nous transmettre vos nouvelles coordonnées en utilisant le courriel sur notre site: [info@autismedelest.org](mailto:info@autismedelest.org) ou au [secretariat@autismedelest.org](mailto:secretariat@autismedelest.org)**