

# LE SOUKRIRI



Hiver 2023-2024



Association des personnes aphasiques  
de la Mauricie et du Centre-du-Québec



Numéro 49



VOTRE MAGAZINE

# LE SOURIRE

VOUS  
AIMERIEZ  
COLLABORER  
*Vous avez des idées*  
**NOUS VOULONS  
VOUS ENTENDRE**



## SOMMAIRE

# LE SOURIRE

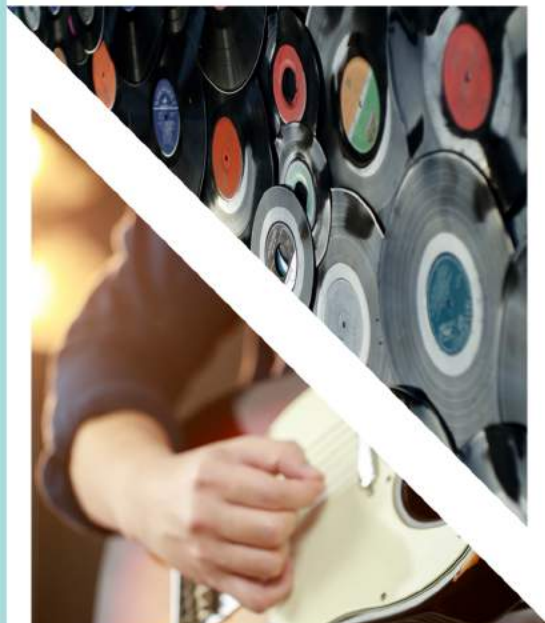
- 03** Sommaire
- 04** Mot de président
- 05** Mot de la directrice
- 06** Mot de l'animatrice
- 07 à 08** Entrevue
- 09** La proche aidance
- 10** Collectif d'écriture
- 11 à 14** Zone d'activités
- 17 à 23** Calendrier
- 24** Corrigé des activités
- 25** Nos adresses
- 26 à 27** Dons et adhésion



MAGAZINE LE SOURIRE

ASSOCIATION DES PERSONNES APHASIQUES DE LA  
MAURICIE ET DU CENTRE-DU-QUÉBEC





## MOT DU PRÉSIDENT GUY ALLARD

Bonjour chers membres,

Je suis très heureux d'avoir été nommé président du conseil d'administration de APAMCQ pour l'année 2023-2024. C'est un honneur de faire entendre ma voix pour être porteur de la vôtre.

Je suis aussi très content de cette belle année qui se termine. Nous avons vécu une année 2023 remplie de belles activités comme par exemple le banquet et le dîner de Noël. Ce sont des souvenirs qui resteront gravés longtemps dans nos mémoires.

En terminant, j'aimerais vous souhaiter un très bon temps des Fêtes rempli de bonheur.  
Prenez soin de vous.

Guy Allard





## MOT DE LA DIRECTRICE GENEVIÈVE POIRIER-DEFOY

Bonjour,

L'année 2023 a passé à la vitesse grand V !

Je suis très heureuse de tous les projets qui se sont réalisés au cours des derniers mois, particulièrement notre belle soirée du 25<sup>e</sup> anniversaire qui fut absolument fantastique ! J'en profite d'ailleurs pour souhaiter la bienvenue à tous nos nouveaux membres qui ont rejoint notre association au cours de cette soirée. Merci de votre support !

En ces temps plus difficiles dans notre société, voire même sur notre planète, je vous souhaite à tous un merveilleux temps des Fêtes rempli de beaux moments heureux, de paix et de lumière. Nous en avons tous besoin !

Ce sera un bonheur de vous retrouver en 2024.  
À bientôt !





## MOT DE L'ANIMATRICE JOSIANNE BÉDARD

Bonjour chers membres,

Hé oui, déjà Noël qui cogne à nos portes !  
J'espère que vous avez profité du petit peu de soleil que nous  
avons eu durant l'été.

2023 a été formidable !  
Vous avez été nombreux à participer à nos activités tout au long  
de l'année. Je connaissais plusieurs d'entre vous, mais j'ai  
également fait de nouvelles rencontres. Vous pouvez compter  
sur nous pour que 2024 soit tout aussi plaisante.  
J'espère vous voir en aussi grand nombre lors des prochaines  
activités !

En cette période des fêtes, je vous souhaite joie, bonheur et  
beaucoup de santé.

Joyeuses fêtes!





# LE DERNIER VOYAGE

PAR GENEVIÈVE POIRIER DEFOY  
ET JOSIANNE BÉDARD

« PAUL, VIVAIT BEAUCOUP DANS LE  
DÉNI. IL N'A JAMAIS VRAIMENT  
ACCEPTÉ SON APHASIE. »

-FRANCE MERCIER

L'entrevue de cette édition du magazine devait mettre en lumière notre ami Paul Toupin. Membre de APAMCQ depuis les 11 dernières années, Paul aimait beaucoup raconter des histoires et faire rire les gens. Il avait tant de choses à dire...

Malheureusement, Paul est décédé de façon subite, le 6 octobre dernier. Nous n'avons pas eu l'occasion de faire l'entrevue avec lui.

Grâce à la gentillesse de France, son épouse, nous allons rendre hommage à cet homme au grand cœur. Dans cette entrevue, Madame Mercier nous parlera de la vie de Paul, des traces de l'aphasie qui ont changé leurs vies, mais également de son parcours de proche-aidante.





**Tout d'abord, merci énormément France de prendre le temps de répondre à nos questions, si peu de temps après le départ de Paul. Cela demande beaucoup de courage. Dis-nous, depuis combien d'années étiez-vous mariés ?**

Paul et moi, on s'est connus à Rivières-du-Loup et nous nous sommes mariés en 1976. 47 ans de mariage !

**Que faisait Paul dans la vie lorsque vous vous êtes rencontré ?**

Il était musicien partout dans la province. Sept-Îles, Rimouski, Ville Degelis, Sherbrooke, Trois-Rivières et plusieurs autres villes du Québec. Il a ensuite joué sur des navires de croisière partout dans le monde pour finalement terminer sa carrière avant son AVC.

**À quand remonte l'AVC de Paul ?**

Ça faisait maintenant 11 ans.

**As-tu quitté ton travail à ce moment-là pour devenir proche-aidante ?**

À l'époque, j'étais assistante dentaire à la polyclinique. J'ai pris ma retraite deux ans après l'AVC de Paul.

**Quels ont été tes principales difficultés au tout début de votre "nouvelle vie" ?**

Paul vivait beaucoup dans le déni. Il n'a jamais vraiment accepté son aphasie. Ce qui a été le plus difficile a été de lui faire comprendre qu'il n'aurait plus de permis de conduire. Encore aujourd'hui, il en parlait.

**Avais-tu suffisamment de ressources pour t'aider ?**

Oui, j'ai eu beaucoup de soutien. Paul a passé trois mois à l'hôpital et aussi chez Interval pour sa réadaptation. Ensuite, j'ai eu de l'aide à domicile pour les soins ou encore pour passer du temps avec lui si je devais m'absenter. Dans les dernières années, il allait aussi passer occasionnellement une semaine ou deux dans une résidence privée.

**Que faisais-tu pour prendre soin de toi et ne pas t'oublier depuis toutes ces années ?**

J'aime beaucoup aller déjeuner entre amis. Je suis également amatrice de tissage. Je fais toutes sortes de choses, comme, des linges de table, des couvertures... D'ailleurs j'étais en train d'en terminer une pour Paul juste avant son décès. J'adore le tissage !

**Selon toi, qu'est-ce que l'aphasie a pu apporter de positif dans la vie de Paul ?**

C'est difficile à dire puisqu'il ne l'acceptait toujours pas. Les gens autour ne pouvaient pas se douter qu'il ne l'acceptait toujours pas. Il aurait eu de la difficulté à répondre à cette question lui aussi...

Je dirais donc être conscientisé à mieux prendre soin de lui et de son alimentation.

**Que dirais-tu à une personne nouvellement proche-aidant(e) d'une personne aphasique ?**

D'être patient et d'essayer de comprendre l'autre, mais surtout de prendre soin de soi autant que de l'autre.





# LA PROCHE AIDANCE

En tant que proche aidant, vous devez savoir que vous avez des ressources pour vous aider et des programmes gouvernementaux qui ont été modifiés, bonifiés ou ajoutés au niveau fiscal.

Plus que jamais, il est important de favoriser le mieux-être ainsi que des meilleures conditions de vie pour les personnes qui soutiennent des proches présentant une maladie ou un handicap.

Informez-vous et n'attendez pas d'être épuisés avant de demander de l'aide. Notre organisme peut également vous soutenir et répondre à toutes vos questions. N'hésitez pas à nous contacter.

819 841-0108

[www.apamcq.com](http://www.apamcq.com)

**NOUVEAU !!**

*Salon Yves Bergeron  
Nouvel espace détente proches aidants  
Disponible pour nos membres-soutiens*







# UN COLLECTIF D'ÉCRITURE

**PAR LUCIE SMITH, SYLVAIN COULOMBE,  
GUY ALLARD ET DENIS BOULANGER  
ACCOMPAGNÉS DE  
GENEVIÈVE POIRIER DEFOY**

*C'est durant un atelier de lecture du mois de septembre qu'une idée fut lancée aux participants, soit celle de créer notre propre histoire en laissant aller l'inspiration du moment. Un atelier qui s'est avéré très enrichissant et qui donna le résultat que vous lirez ci-bas. Bonne lecture !*

Je regarde par la fenêtre et je me laisse inspirer par toutes ces couleurs que la nature nous apporte. Me prend l'envie de marcher à l'extérieur accompagné de mes proches et profiter de l'air pur. Être dans la forêt, contempler ce spectacle de la nature. Je rêve secrètement à la première tempête pour chevaucher de nouveau ma motoneige.

Un feu, de la musique et de la bonne compagnie, cela fait aussi partie des joies de la vie. Oui, le bonheur est ici !

Et si le bonheur, c'était de voir grandir toute la marmaille ? Nos petits-enfants, des rires aux éclats. Il n'y a certainement pas mieux que cela...

Nos animaux de compagnie, nos meilleurs amis. Ces petites bêtes de qui nous sommes à la merci. Des récepteurs d'émotions, se comprendre sans se parler...

Un souvenir de maman, j'y repense parfois tout comme mes deux siamois. Nos longues promenades, de beaux souvenirs...

Tous ces moments uniques que jamais, nous oublierons.







Zone  
d'activités





# La suite logique de NOËL

Pour trouver la sortie du labyrinthe, suis les cases en respectant toujours cet ordre















↓


→



## Répondez aux questions à l'aide des images.

Écrivez la réponse et numérotez chaque image avec le bon numéro associé.

1. On met des figurines représentant la famille du Christ dans une maison. ....	2. Une plante à feuilles persistantes et baies blanches .....	3. On décore le sapin de Noël avec .....	4. Une chose froide, blanche qui couvre le paysage en hiver .....	5. Le père Noël va livrer les cadeaux avec ce moyen de transport .....	6. Beaucoup de gens y vont après le 24 décembre à minuit .....	7. Faites attention, les feuilles piquent, mais les baies rouges sont jolies .....	8. Beaucoup d'enfants construisent cette figure dans la neige .....	9. Beaucoup d'enfants les pendent au coin du feu .....	10. On les donne aux membres de la famille et aux amis pour Noël .....	11. Un vieil homme qui habite au pôle Nord .....	12. Il a conduit les saints 3 Rois Mages .....	13. Un petit bonhomme qui aide le père Noël .....	14. Un animal tirant le traîneau à Noël .....	15. Un arbre décoré que beaucoup de gens mettent dans les maisons pour Noël .....	16. Une couronne installée dans la maison 4 semaines avant Noël .....	17. Nous les metons sur l'arbre pour l'allumer .....	18. Ils viennent le 6 janvier .....	19. Beaucoup de gens les préparent pour Noël .....	20. Les enfants ouvrent chaque jour une fenêtre .....
																			

Trouver les lettres manquantes afin de former les mots.

Indiquez vos réponses ici

Pr\_n\_emp\_

-----

T\_l\_pe

-----

\_ol\_il

-----

B\_urge\_n

-----

Ér\_b\_e

-----

\_â\_u\_s

-----

\_i\_ea\_x

-----



Regardez la première image et encerclez les 10 différences sur la deuxième image.



Placez les phrases dans le bon ordre

Indiquez vos réponses ici

la est neige première Aujourd'hui, tombée. \_\_\_\_\_  
arrivé printemps Le est. \_\_\_\_\_  
Avec resterai je maison à tempête, la cette. \_\_\_\_\_  
St-Valentin reçu fleurs des pour J'ai la. \_\_\_\_\_  
tourtère de J'ai la pour cuisiné Noël les. \_\_\_\_\_



# Banquet 25e anniversaire

1er septembre 2023





# On répond à 5 questions concernant notre jeu de société "Quiz Aphasie"

## À qui s'adresse le jeu de société ?

Pour toutes les personnes qui aiment jouer et non pas seulement pour les personnes aphasiques. C'est un jeu pour jouer en famille ou entre amis !

## Pourquoi avoir créé un jeu de société ?

C'est une façon originale et amusante d'amasser des fonds.

## 40\$ pour un jeu, c'est un peu cher, non ?

C'est un montant considérable, nous en sommes bien conscients.

Nous aurions pu opter pour un souper spaghetti pour le même coût, mais nous avons envie de quelque chose de tangible, que nous pourrions avoir en mains. Nous ne faisons pas beaucoup de profit compte tenu du coût de fabrication.

## Où vont les profits de ces ventes ?

100% dans les coffres de APAMCOQ afin de maintenir la qualité et le faible coût de nos activités.

Plus nous vendrons de jeux et plus, vous en profiterez également.

## Comment se procurer un exemplaire ?

En commandant votre copie par téléphone au 819-841-0108.

Nous pouvons même aller livrer votre copie directement à votre porte selon notre itinéraire de la semaine !





# Calendrier des activités APAMCO Janvier à Juin 2024



LUNDI	MARDI	MERC	JEUDI	VEND	SAM	DIM
1 <b>Jour de l'An</b>	2 <b>Congé des Fêtes</b>	3 <b>Congé des Fêtes</b>	4 <b>Congé des Fêtes</b>	5 <b>Congé des Fêtes</b>	6	7
8 Atelier Trois-Rivières 14h à 16h	9 Atelier Drummondville 13h à 14h30	10	11	12	13	14
15	16 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	17 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h	18 Atelier Shawinigan 13h à 14h30	19	20	21
22 Atelier Trois-Rivières 14h à 16h	23 Atelier Drummondville 13h à 14h30	24	25	26	27	28
29	30 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	31 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h				





LUNDI	MARDI	MERC	JEUDI	VEND	SAM	DIM
			1 Atelier Shawinigan 13h à 14h30	2	3	4
5 Atelier Trois-Rivières 14h à 16h	6 Atelier Drummondville 13h à 14h30	7	8	9	10	11
12	13 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	14 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h	15 Atelier Shawinigan 13h à 14h30	16	17	18
19 Atelier Trois-Rivières 14h à 16h	20 Atelier Drummondville 13h à 14h30	21	22	23	24	25
26	27 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	28 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h	29 Atelier Shawinigan 13h à 14h30			

LUNDI	MARDI	MERC	JEUDI	VEND	SAM	DIM
				1	2	3
4 <b>Semaine de relâche</b>	5 <b>Semaine de relâche</b>	6 <b>Semaine de relâche</b>	7 <b>Semaine de relâche</b>	8 <b>Semaine de relâche</b>	9	10
11	12 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	13 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h	14 Atelier Shawinigan 13h à 14h30	15	16	17
18 Atelier Trois-Rivières 14h à 16h	19 Atelier Drummondville 13h à 14h30	20	21	22	23	24
25	26 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	27 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h	28 Atelier Shawinigan 13h à 14h30	29 <b>Vendredi Saint</b>	30	31 <b>Pâques</b>





LUNDI	MARDI	MERC	JEUDI	VEND	SAM	DIM
1 <b>Lundi de Pâques</b>	2 Atelier Drummondville 13h à 14h30	3	4	5	6	7
8	9 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	10 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h	11 Atelier Shawinigan 13h à 14h30	12	13	14
15 Atelier Trois-Rivières 14h à 16h	16 Atelier Drummondville 13h à 14h30	17	18	19	20	21
22	23 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	24 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h	25 Atelier Shawinigan 13h à 14h30	26	27	28
29 Atelier Trois-Rivières 14h à 16h	30 Atelier Drummondville 13h à 14h30					

LUNDI	MARDI	MERC	JEUDI	VEND	SAM	DIM
		1	2	3	4	5
6	7 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	8 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h	9 Atelier Shawinigan 13h à 14h30	10	11	12 <b>Fête des mères</b>
13 Atelier Trois-Rivières 14h à 16h	14 Atelier Drummondville 13h à 14h30	15	16	17	18	19
20 <b>Fête de la Reine</b>	21 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	22 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h	23 Atelier Shawinigan 13h à 14h30	24	25	26
27 Atelier Trois-Rivières 14h à 16h	28 Atelier Drummondville 13h à 14h30	29	30 <b>AGA annuelle</b>	31		



*Ne manquez pas notre  
Assemblée Générale Annuelle !*

*Bonne fête à toutes les nanans !*





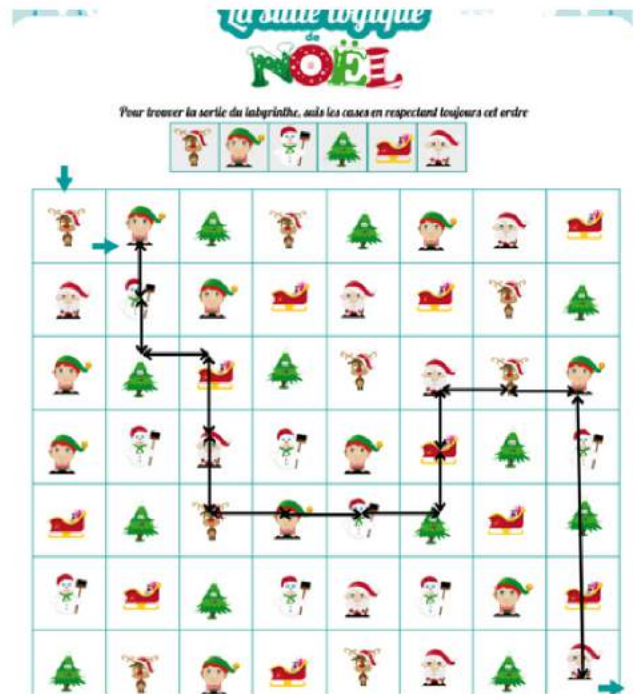
LUNDI	MARDI	MERC	JEUDI	VEND	SAM	DIM
					1	2
3	4 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	5 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h	6 Atelier Shawinigan 13h à 14h30	7	8	9
10 Atelier Trois-Rivières 14h à 16h	11 Atelier Drummondville 13h à 14h30	12	13	14	15	16
17	18 Atelier Victoriaville 13h à 14h30	19 Club de lecture Trois-Rivières 14h à 15h	20 Atelier Shawinigan 13h à 14h30	21	22	23
24 <b>Saint-Jean-Baptiste</b>	25 Atelier Drummondville 13h à 14h30	26	27	28	29	30



# SE CORRIGER

Trouver les lettres manquantes

- Pr\_n\_emp\_ / Printemps
- T\_l\_pe / Tulipe
- \_ol\_il / Soleil
- B\_urge\_n / Bourgeon
- Ér\_b\_e / Érable
- \_â\_u\_s / Pâques
- \_i\_ea\_x / Oiseaux



Quiz de Noël



Les phrases en ordre

- Aujourd'hui, la première neige est tombée.
- Le printemps est arrivé.
- Avec cette tempête, je resterai à la maison.
- J'ai reçu des fleurs pour la St-Valentin.
- J'ai cuisiné de la tourtière pour Noël.

Les 10 différences





# Nous rejoindre

## Nos points de services



Trois-Rivières  
(Siège social)  
10470, Boul. St-Jean  
Trois-Rivières (Qc) G9A 5E1



Shawinigan  
750, Promenade du St-Maurice  
Local #1 - (Édifice Dehauffe)  
Shawinigan (Qc) G9N 1L6



Victoriaville  
80, rue St-Paul (Interval)  
Victoriaville (Qc) G6P 9C8



Louiseville  
624, rue Dalcourt  
Bureau du transport adapté  
(porte arrière)  
Louiseville (Qc) J5V 2Z7



Drummondville  
350, rue St-Jean  
Salle 1016 - (CLSC)  
Drummondville (Qc) J2B 5L4

Veuillez nous contacter  
avant de vous déplacer.  
Merci !

819 841-0108  
1-888 841-0108



APAMCQ@gmail.com



www.APAMCQ.com





L'Association des Personnes Aphasiques de la Mauricie et du Centre du-Québec est un organisme à but non lucratif de près de 100 membres.

Nos objectifs visent à :

- Apporter du support, de l'aide et de l'écoute aux personnes aphasiques ainsi qu'à leurs proches;
- Faire connaître l'aphasie et toute sa problématique au grand public;
- Briser l'isolement en créant un groupe d'appartenance;
- Stimuler la communication;
- Informer les personnes aphasiques et leurs proches de leurs droits et défendre ces droits avec eux.

Si vous êtes une personne aphasique ou si vous désirez vous impliquer dans notre association il vous suffit de devenir membre de l'APAMCQ.

Votre abonnement vous donne droit aux avantages suivants :

- Réception du journal « Le sourire » qui est distribué deux fois l'an, soit en juin et en décembre;
- Pour les personnes aphasiques, participer aux ateliers de communication et d'art dramatique;
- Participer aux activités éducatives et sociales organisées par l'APAMCQ (souper de Noël, cabane à sucre, pique-nique, épluchette de blé d'inde, visites récréo touristiques etc..)
- Services de support et d'information dispensés aux personnes aphasiques ainsi qu'à leurs proches.

Le coût de notre carte de membre est de : 20.00\$ membre renouvelable chaque année.



**Association des personnes aphasiques**  
de la Mauricie et du Centre-du-Québec





Il est également possible de faire un don à notre organisme en envoyant un chèque par la poste ou directement via notre site Web au [www.apamcq.com](http://www.apamcq.com) sous l'onglet **Faire un don** situé en haut à droite de l'écran. C'est un moyen simple et sécuritaire. Un reçu aux fins de l'impôt sur le revenu vous sera retourné dans les plus brefs délais.

**Association des Personnes Aphasiques de la Mauricie Centre-du-Québec**

☎ 819 841-0108 ou sans frais 1-888-841-0108

@ [apamcq@gmail.com](mailto:apamcq@gmail.com)

 [www.APAMCQ.com](http://www.APAMCQ.com)

*Merci*

✂ ..... Retournez ce coupon avec votre don ou paiement

Prénom \_\_\_\_\_

Nom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Code postal \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_


Courriel \_\_\_\_\_



M E R C I

à nos partenaires

Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Mauricie-et-  
du-Centre-du-Québec

Québec 



Association des personnes aphasiques  
de la Mauricie et du Centre-du-Québec