

— Hiver 2024 —

Un Brin de Jasette

Journal de l'APHK Est Inc.



Joyeuses Fêtes et Bonne Année 2025

de la part de toute l'équipe APHK

| | |
|-------------------------------|----|
| Mot du président | 3 |
| Mot de la directrice générale | 4 |
| Mot de la résidence L'Envol | 5 |
| Retour: Activités L'Envol | 6 |
| Retour: Activités APHK | 8 |
| Retour: Ateliers | 11 |
| Boutique: Nouveaux produits | 12 |
| Boutique: Produit vedette | 13 |
| Retour: Volet A.I.S. | 14 |
| Recette | 15 |
| Nouveaux membres | 17 |
| Membres honoraires | 18 |
| Dons et remerciements | 19 |
| Petites annonces | 20 |
| Commanditaires | 21 |
| Jeux & anniversaires | 22 |
| Conte de Noël | 23 |

La fin de l'année est à nos portes et nous sommes déjà dans la préparation de la nouvelle qui pointera le bout de son nez bientôt!

Comme vous le constatez, **Un Brin de Jasette** fait peau neuve et notre site Web a maintenant une rubrique "Blogue" grâce à Johanne, notre nouvelle adjointe administrative spécialisée en marketing Web. Si vous avez des suggestions d'articles pour le blogue ou pour améliorer encore plus notre journal, n'hésitez pas à lui en faire part.

Toute l'équipe de l'APHK vous souhaite un très Joyeux Noël et une Bonne et Heureuse Année!



L'Association des Personnes Handicapées du Kamouraska Est Inc.

L'Association des Personnes Handicapées du Kamouraska Est Inc. est un organisme dont la mission est de promouvoir les droits et de défendre les intérêts des personnes handicapées et de leur famille. Le conseil d'administration de l'APHK est composé de bénévoles, en majorité membres d'une famille où vit une personne handicapée, ou est elle-même handicapée.

Les membres du conseil d'administration élus lors de l'Assemblée Générale du 19 juin 2024 sont :

- M. Étienne Brodeur, président
- Mme Denise Landry, vice-présidente
- Mme Nicole Barbeau, trésorière
- Mme Yolande Lavoie, secrétaire
- Mme Josée Théberge, administratrice



Les membres du personnel sont :

- Mme Carole Lévesque, directrice générale
- Mme Johanne Parent, agente administrative et marketing Web
- Mme Réjeanne Drapeau, technicienne comptable
- M. Mathieu Perron, chargé de projet
- Mme Marie-Hélène Pelletier, superviseure des ateliers de la Boutique APHK
- Mme Annie Michaud, couturière
- M. Martin Desjardins, entretien et désinfection
- Mme Sandra Lévesque Michaud, coordonnatrice Résidence L'Envol



655 rue Taché, Saint-Pascal (Québec) G0L 3Y0

Téléphone : 418 492-7149

info@aphke.org

www.aphke.org

Suivez-nous sur [Facebook](#)

Ouvert du lundi au jeudi de 8h30 à 16h30

Mot du président

Célébration du 40e anniversaire



Il fallait voir la fierté de nos membres au moment d'aller chercher leur certificat personnalisé et leur trophée. « Ils étaient super beaux à voir! » Une expérience nouvelle pour la plupart : traverser le tapis rouge, en tenue de circonstance, avec musique et applaudissements nourris. Un petit numéro de danse pour certains, l'inconfort de la première fois, sourires, photos.

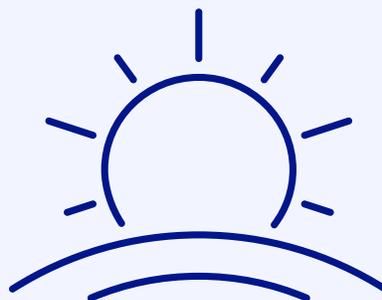
Un moment unique pour nos membres, fierté pour leurs proches, émotion pour tout le monde. Une occasion précieuse de respect, d'attention, de prise de conscience de la place de nos membres dans notre société : « C'était leur tour de se faire fêter; ils y ont bien droit. »

Ce banquet « remise-de-diplômes » était la façon choisie par l'APHK pour marquer de façon spéciale son 40e anniversaire. La fête avait lieu au centre municipal à Kamouraska le 28 septembre; la salle était remplie à pleine capacité. Une attention particulière avait été apportée à la décoration des tables, la confection des lampes... Le tout avec beaucoup de soin et de détails pour créer l'ambiance voulue.

Du dévouement et la contribution de plusieurs bénévoles à cette occasion comme au cours des 40 années d'existence de l'APHK. Remercions ceux et celles qui ont rendu la soirée possible et ceux et celles qui ont animé l'APHK au cours de ces 40 années. C'était aussi, le 27 septembre dernier, la fête de ceux et celles qui étaient présents et celle de tous les autres qui, au fil des années, ont apporté leur généreuse contribution d'une manière ou d'une autre. Tous ces efforts ont permis de donner toute sa pertinence à l'APHK hier et aujourd'hui. Merci beaucoup à chacun et chacune!

Au lendemain de la fête, le jour se lève, ce sera une belle journée.

Etienne Brodeur, président



Mot de la directrice générale



Bonjour à tous,

En cette période festive où les lumières scintillent et les cœurs s'illuminent, je tiens à vous souhaiter un temps des fêtes des plus magique. Que cette saison soit remplie de moments de joie, de rires partagés et de souvenirs inoubliables. Que chaque instant passé avec vos proches soit une source de bonheur et de tendresse.

C'est aussi la période où l'on peut penser aux vacances, aux repas et réveillons en familles, à pratiquer des sports d'hiver, bref un moment de l'année où il est important de prendre du temps de qualité avec ceux que l'on aime ! Après ces derniers mois forts bien remplis, l'équipe de travail mérite un bon repos, nous profiterons de cette période pour fermer les bureaux du 20 décembre 2024 au 5 janvier 2025. De retour le 6 janvier frais et dispo !

Stagiaire

J'apprécie toujours la participation et la contribution des stagiaires à l'APHK; c'est la raison pour laquelle je tiens à souligner le passage de Vanessa Legivre qui, au cours des derniers mois, a accompagné Marie-Hélène aux ateliers de travail, à l'organisation du 40e anniversaire, l'Halloween et lors des activités aux membres. Alors, je te remercie Vanessa pour ton dévouement et ton implication auprès de la clientèle.

Notre équipe s'agrandit ...

Nous sommes très heureux d'accueillir Mme Johanne Parent à titre d'agente administrative et marketing web. Mme Parent est avec nous depuis le 15 octobre. Nous lui souhaitons la bienvenue au sein de notre belle équipe.

Activité de financement \$\$\$\$

Nous avons encore, cette année, nos billets de loterie de l'APHK. Les billets sont en vente auprès des différents membres et bénévoles. N'hésitez pas à nous encourager! Si vous avez le goût de nous aider à en vendre, n'hésitez pas à m'appeler, vous serez les bienvenus!

Que la magie de Noël vous apporte chaleur et sérénité, et que le Nouvel An qui approche soit synonyme de nouvelles aventures, de rêves réalisés et de belles surprises.

Carole Lévesque, directrice générale

Mot de la résidence L'Envol



Bonjour à vous tous,

Voici quelques lignes vous résumant la vie à la résidence depuis le mois de juin.

De grands changements ont été apportés au niveau du menu de la résidence. Un menu diversifié et santé est offerts à nos résidents. Ils ont maintenant la chance de goûter à de nouvelles recettes. Nous acceptons les suggestions de tous, afin de connaître de nouvelle saveur.

Nous avons eu la chance d'utiliser les aménagements extérieurs à plusieurs reprises cet été. Par la suite, nous avons pu faire pousser de bons légumes dans nos bacs à jardin. Bien sur nos plants ont été achetés à la boutique de l'APHK. Merci aux résidents qui ont contribué à l'arrosage et au désherbage.

Une belle soirée musicale a été possible grâce à notre talentueuse Sylvie Roussel qui a joué de la guitare et chanté autour d'un feu. Lors de cette soirée musicale a eu lieu un petit tournage pour une capsule que vous pouvez voir sur le site Web de L'APHK. Guimauves saucisses cocktail et bonne humeur étaient au rendez-vous.

En juillet, nous avons accueilli un nouveau résident M. Robin Saint-Pierre. Bienvenue à M. Saint-Pierre dans notre résidence.

Florence est revenue de son congé de maternité en août. Nous sommes bien contents de son retour. Elle s'occupe du volet cuisine de la résidence en plus de travailler à la résidence comme préposée, elle occupe le poste des soins à domicile.

Début septembre, j'ai réalisé une entrevue avec José Soucy du journal Le Placoteux, afin d'écrire un article sur les motifs qui m'ont amené à effectuer ce travail. Dans cet article, je raconte mon parcours scolaire, mon parcours professionnel, ainsi qu'une brève description des motifs qui m'ont poussé à étudier en tant qu'éducatrice.

À la fin septembre, j'ai eu la chance de remettre aux résidents les trophées lors du gala organisé par l'APHK pour le 40e. Ce fut une soirée mémorable pour nos membres, ainsi que pour l'entourage. Voir leur visage si heureux et fiers nous rappellent pourquoi nous effectuons ce travail si gratifiant.

Sandra Lévesque-Michaud, coordonnatrice résidence L'Envol

Retour sur les activités de l'Envol



Un vent de changement souffle à la résidence, nous avons effectué des travaux de rénovation de la salle commune. Dans un avenir très rapproché, nous allons également changer la table de cuisine.

Les résidents ont contribué à l'embellissement de la pièce commune en aidant pour la décoration et à l'assemblage des meubles. Dans les prochains mois nous allons faire le couloir ainsi que mon bureau.

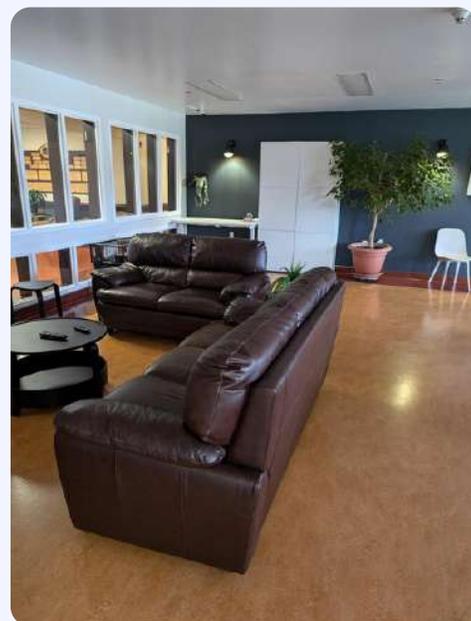
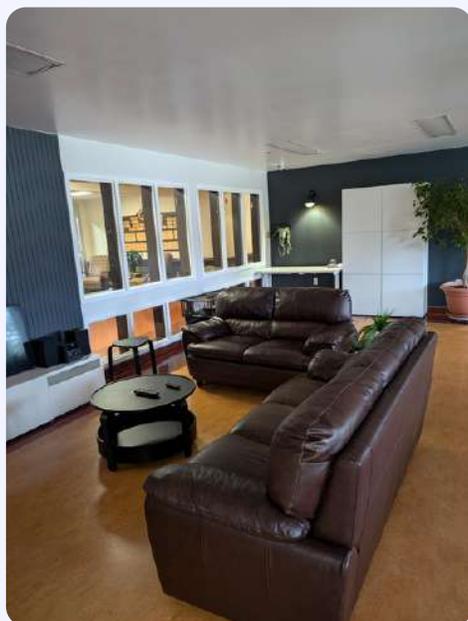
Au cours des prochaines semaines, il y aura un changement au niveau des gicleurs. Tout le système dans l'entre-toit sera refait en neuf.

Comme l'an dernier, nous irons célébrer Noël à l'extérieur de la résidence, plusieurs choix s'offre à nous. Ce sera aux résidents de choisir. Nous vous montrerons des photos de cette sortie dans la prochaine parution de mars prochain.

***“En te levant le matin,
rappelle-toi combien précieux
est le privilège de vivre, de
respirer, d’être heureux.”***



*Voici quelques photos vous montrant le résultat
des travaux de rénovation de la salle commune*



Ne manquez pas...

Quoi : Fête de Noël de l'APHK

Quand : Dimanche 8 décembre 11h30 à 15h30

Où : Salle municipale Mont-Carmel

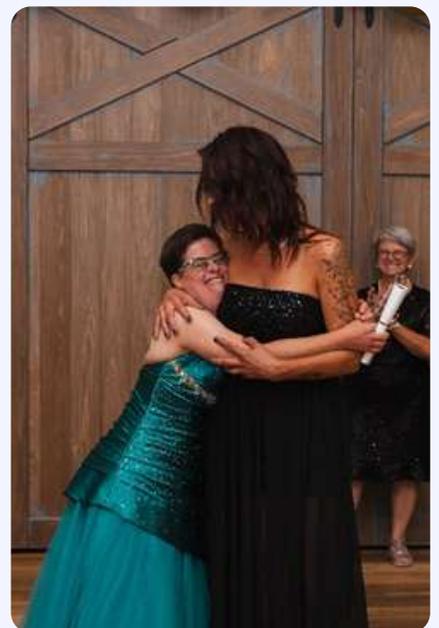
Retour sur les activités de l'APHK



Le grand bal du 40e anniversaire de l'APHK

Une soirée magique.
De beaux habits et de belles robes.
Des souvenirs gravés dans nos cœurs.
Des yeux pétillants de fierté et de joie d'avoir la
chance de vivre cette expérience hors de l'ordinaire.

Merci à tous ceux qui ont participé de près ou de loin
à cette grande organisation !





Halloween

La maison hantée APHK



Pour une deuxième année consécutive, les travailleurs des ateliers de l'APHK ont offert à la population de Saint-Pascal et des environs, une maison hantée.

Cette année, sorcier, couloir d'horreur, diseuse de bonne aventure machiavélique, poupée Annabelle, religieuse, salle de chirurgie, chaise électrique et plus encore ont hanté les locaux des ateliers.

Vous avez été plus de 315 personnes à venir. Nous espérons vous avoir donné quelques frayeurs.

Merci d'être venus nous voir en grand nombre !

Marie-Hélène Pelletier, superviseure aux ateliers



Retour sur les ateliers

Depuis le mois de juin, les travailleurs.euses ont mis de leur cœur afin de présenter en boutique de nouveaux produits. Nous avons fabriqué des étuis pour les agendas et les cartables, des sacs à épingle à linge, des étuis à lunettes, des porte-serviettes, des tabliers de jardinage, ainsi que de nouvelles décorations pour rendre votre décor de Noël plus féérique.

Maintenant, le temps des fêtes approche et les festivités avec les gens qui nous sont chers arrivent à grand pas. C'est le moment de vous souhaiter à tous des réjouissances à la hauteur de vos désirs. Que la paix, l'amour et la santé soient au cœur de vos maisons.

De notre côté, afin de prendre un peu de repos et de profiter de ce temps de l'année en compagnie des nôtres, nous fermerons les ateliers du 13 décembre au 13 janvier inclusivement. Les ateliers reprendront le cours normal de ses activités le 14 janvier, afin de vous préparer de nouveaux produits pour la saison printanière et estivale. N'oubliez pas d'aimer la page Facebook de la boutique pour ne rien manquer de nos nouveautés et de nos offres.

<https://www.facebook.com/boutiqueaphk>

Marie-Hélène Pelletier, superviseure aux ateliers

Mot de notre stagiaire



Bonjour à tous,

Je suis étudiante française en techniques d'éducation spécialisée, maman de deux enfants et stagiaire à l'APHK depuis le mois de septembre. Les fêtes de fin d'année s'en viennent à grand pas, ce qui sonne déjà la fin de mon stage. Je vais devoir dire au revoir à une équipe formidable, des membres impliqués et attachants, des bénévoles au grand cœur et des familles charmantes. J'ai eu cette chance incroyable de croiser leur chemin et cette expérience, enrichissante et challengeante, aura marqué mon parcours professionnel. J'ai découvert en l'APHK un milieu stimulant et dynamique, riche de beaux projets et engagé auprès de la communauté, une rencontre coup de cœur qui a donné tout un sens à mon projet de reconversion.

Je remercie avec ma plus grande sincérité Marie-Hélène, pour la place qu'elle m'a offerte au sein des ateliers de travail et le partage de son

savoir-faire, mais aussi Carole pour sa confiance et son ouverture. Je tiens également à remercier tous nos travailleurs et nos membres, avec lesquels j'ai partagé de belles activités et expérimenté ma créativité. Merci pour votre présence, votre bonne humeur va me manquer!

Je vous souhaite à tous une belle fin d'année.

Au plaisir de vous revoir!

Vanessa

Nouveaux produits à la Boutique APHK

Visitez la Boutique APHK pour y voir des décorations de Noël exclusives fabriquées dans nos ateliers!

Boutique
APHK



Branche festive



Échelle de Noël



Arbre de Noël en tissu



Renne en bois



Camion de bois

Horaire de la Boutique APHK



Jeudi midi à 18h
Vendredi midi à 18h
Samedi 10h à 16h

Visitez le Facebook de la [Boutique APHK](#)

**Produit
vedette!**

DISPONIBLE À LA BOUTIQUE APHK

Pour ranger et transporter vos cartes à jouer ou pour jouer aux cartes en ayant de l'aide pour tenir votre jeu en main, la Boutique APHK vous offre de beaux étuis en tissus, ainsi que des modèles de porte-cartes en bois et en tissus.



Porte-cartes



Activités à l'APHK

Consultez régulièrement la page Facebook de l'APHK et celle de la Boutique APHK, ainsi que notre site Internet. Vous y trouverez les détails de nos activités à venir.

Volet activités et intégration (AIS)

Chloé a partagé quelques bons moments avec les membres, au mois de juillet et août. Certains ont eu la chance d'aller au Cirque de la Pointe Sèche, au spectacle de Kaïn et d'autres ont participé à un pique-nique/crème molle, à de la cuisine ou encore à un cinéma extérieur.



Avec la complicité de Vanessa, nous avons offert quelques activités. Depuis septembre et jusqu'à la mi-décembre, huit personnes jouent aux quilles à chaque mardi.



Au mois d'octobre, nous avons offert quelques activités telles que de la cuisine, de la décoration de citrouille, un bricolage de capteur de rêve version Halloween et bien sûr, notre traditionnel dîner déguisé suivi d'un bingo.

Au plaisir de refaire quelques activités avec vous tous !

Marie-Hélène Pelletier, éducatrice spécialisée



Recette en vedette



Petits pains fourrés de Bob Le Chef

Ingrédients

- 1 c. à soupe (15 ml) d'huile végétale
- 500 g (1,1 lbs) de boeuf haché
- 500 g (1,1 lbs) de porc haché
- 500 g (1,1 lbs) de veau haché
- 1 gousse d'ail hachée
- 1 oignon ciselé
- 1 c. à soupe (15 ml) de moutarde sèche
- 125 ml (½ tasse) de ketchup
- 1 can (boîte de conserve) de 10 oz (284 ml) de soupe Gumbo (de la marque Campbell)
- 24 petits pains à salade (ou petits pains de "première communion")
- Sel et poivre au goût



Préparation

1. Dans une grande poêle avec l'huile végétale chaude, cuire le bœuf, le porc et le veau haché
2. Une fois la viande bien cuite, ajouter l'ail et l'oignon puis continuer la cuisson environ 2 minutes
3. Ajouter le ketchup, la moutarde et la soupe Gumbo
4. Mijoter environ 5 à 10 minutes
5. Farcir les petits pains avec le mélange
6. Cuire au four préchauffé à 350°F environ 6 à 10 minutes
7. Servir

Notes

Si vous n'avez pas de soupe Gumbo, vous pouvez la remplacer par une soupe poulet et nouilles Campbell.

Les petits pains fourrés peuvent se congeler, juste après les avoir farci. Pour les cuire, vous les sortez du congélateur, le temps que le four atteigne 350°F, puis les cuire de 10 à 15 minutes.

Lien vers la recette

<https://www.boblechef.com/recettes/pains-fourres-a-ma-mere/>



Devenir membre de l'APHK

Pourquoi devenir membre ou renouveler votre adhésion à l'APHK?

Vous pouvez devenir membre pour plusieurs raisons dont :

- Pour soutenir la cause
- Pour appuyer activement une équipe dévouée et enthousiaste
- Pour soutenir les services qui sont offerts et la réalisation de projets
- Et plus encore...



Devenir membre est un acte d'engagement. C'est un premier geste à poser envers notre organisme. Ça permet de créer un sentiment d'appartenance et cela fait toute une différence pour nous, car plus il y a de membres et plus cela augmente notre crédibilité et nous permet de mieux représenter, promouvoir et défendre les intérêts de notre clientèle.

Votre adhésion est importante pour nous et merci de nous soutenir en ces temps difficiles. Le coût est de 10\$ par année ou 20\$ pour deux ans.

Procédure pour adhérer ou renouveler la carte de membre en ligne

1. Allez sur aphke.org/boutique puis sur "carte de membre"
2. S'il s'agit d'une nouvelle adhésion, passez directement à l'étape 5
3. S'il s'agit d'un renouvellement et que vous n'êtes pas déjà connecté, cliquez sur "connectez-vous" afin de vous identifier
4. Entrez les informations demandées puis passez à l'étape suivante
5. Choisissez la catégorie "adhésions" dans le menu principal de la boutique
6. Prenez connaissance des indications qui vous guideront sur la marche à suivre, puis choisissez la carte de membre appropriée
7. Remplissez les quelques champs obligatoires et ajoutez la carte à votre panier
8. Une fois vos achats à la Boutique APHK terminés, cliquez sur "voir le panier" et suivez les instructions pour finaliser votre commande

Vous avez besoin d'aide?

Pour une assistance technique avec la Boutique APHK : soutienadmin@aphke.org

Nouveaux membres

L'APHK vous souhaite la bienvenue

Membre Carte OR

Robin St-Pierre



Membre Carte ARGENT

Suzanne Lapointe



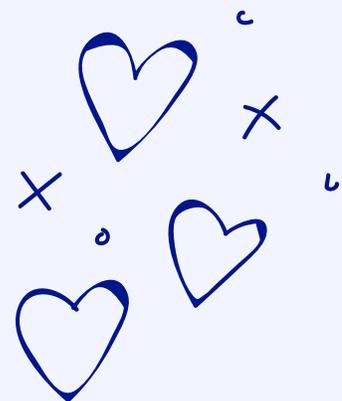
Faire un don

Saviez-vous qu'il est possible de faire un don en toute sécurité sur le site Web de l'APHK?

Vos dons permettent à l'APHK de réaliser des projets et d'élargir la plate-forme de services destinés à ses membres.

Soutenir l'APHK, c'est investir dans sa communauté.

www.aphke.org



Membres honoraires 2024

L'APHK apprécie votre soutien et afin de continuer notre mission

Architecte Daniel Dumont
Arpentage Côte-du-Sud
Association Femmes Engagées
Caisse Desjardins Centre-Est-de-Kamouraska
Camille Dumais Inc.
Centre Visuel Saint-Pascal
C.G. Thériault Inc.
Clinique Dentaire Kamouraska
Clinique de Physiothérapie de Kamouraska
Club des 50 ans et plus de Kamouraska
Club des 50 ans et plus de Saint-Pascal
Club Lions de Mont-Carmel
Club Lions de Saint-Pascal
Claude Langlais
Électrizonne Inc.
Équipements JPL Inc.
Gaétan Lévesque Dr.
Groupe Funéraire Caron
Industries Desjardins Ltée (Les)
Jean-Guy Morin
Jean-Luc Rivard & Fils Inc
Jean-Marie Rossignol Inc.
Le Placoteux
Le Jardin des Pèlerins
Marcel Charest & Fils Inc.
Monique Bélanger
Municipalité de Mont-Carmel
Municipalité de Saint-André
Municipalité de Saint-Bruno
Municipalité de Saint-Germain
Municipalité de Saint-Hélène
Municipalité de Saint-Philippe-de-Néri
Ovila Thiboutot Inc.
Olivier Kamouraska Chrysler
Restaurant de la Montagne 2.0
Tabagie Lunik
Tannerie des Ruisseaux
Lucie Thériault
Toiture C.V. Dionne
Ville Saint-Pascal

Mission

Promouvoir et défendre les droits et intérêts des personnes handicapées et de leur famille.
Valoriser les personnes vivant avec un handicap en développant leurs compétences, leurs talents et leur autonomie, le tout soutenu par des services de qualité adaptés à leur réalité.

Vision

Être reconnu comme un organisme qui fait une réelle différence pour les personnes handicapées.



Reconnaissance et remerciement

L'APHK tient à remercier les bénévoles

L'APHK tient à remercier ses bénévoles qui oeuvrent sur le comité administratif, ainsi que tous les autres qui nous aident et nous libèrent de plusieurs tâches en nous permettant d'accomplir plus, avec le temps que nous avons. Un gros merci à tous ceux et celles qui s'impliquent.

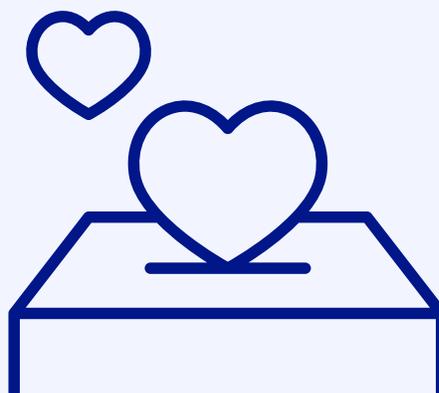
L'APHK remercie la population

L'APHK tient à remercier tous ceux et celles qui nous apportent la matière recyclable qui nous sert à la fabrication des articles fabriqués aux ateliers et destinés à la Boutique. Non seulement les coûts de fabrication sont grandement amoindris, mais vous contribuez aussi à l'économie circulaire et à l'environnement.

Merçi

Merci de tout coeur à nos généreux donateurs du 20 juin au 20 novembre 2024

| | |
|-------------------------|--------|
| Club Rotary : | 4000\$ |
| Don anonyme : | 1000\$ |
| Dons de la population : | 254.75 |



Petites annonces



La majorité des articles vendus à la Boutique APHK sont fabriqués avec des matériaux recyclés et nous sommes à la recherche de :

- Pots Masson (toutes grandeurs)
- Tissu de coton
- Jeans de couleur
- Fermetures-éclair
- Petits boutons de couleur
- Poignées d'armoires
- Crochets
- Retailles de bois franc



Avis de Recherche



L'APHK a pour mission de trouver un fauteuil roulant en bon état pour le Cirque de la pointe sèche à St-Germain, afin d'offrir aux visiteurs qui pourraient en avoir besoin. Si vous en avez un à donner, contactez l'APHK.



Articles à donner

Les intéressés doivent communiquer avec l'APHK.



Barre d'appui mural



Coussin pivotant



Barres d'appui pour toilette



Chaise d'aisance

Commenditaires

L'APHK tient à remercier ses commenditaires



Desjardins
Caisse Centre-Est-
du-Kamouraska

Saint-Pascal
On voit loin!

465, rue Taché
Saint-Pascal, Québec, G0L 3Y0
418 492-2312
hoteldeville@villestpascal.com
www.villestpascal.com

Membre affilié
familiprix

Pharmacie
Raphaëlle Paradis et Marcelle Pelletier inc.

Heures d'ouverture

| | | |
|------------------------------------|-------------|---|
| Lundi, mardi, mercredi et vendredi | 9 h à 18 h | 555, rue Taché Saint-Pascal (QC) G0L 3Y0 |
| Jeu | 9 h à 20 h | Tél. : 418-492-1234 |
| Samedi | 9 h à 17 h | Télex : 418-492-2255 |
| Dimanche | 10 h à 13 h | Courriel : 2366proprio@familiprix.ca |

ENSEMBLE
Créer
Dynamiser
Soutenir

MATHIEU RIVEST
DÉPUTÉ DE CÔTE-DU-SUD

418 224-1033
mathieu.rivest@legislatif.gouv.qc.ca

Là pour vous!

BERNARD GÉNÉREUX
DÉPUTÉ (MONTMAGNY—CYGNET—
KAMOURASKA—RIVERIE-DU-LOUP)

BERNARDGENEREUX.CA

CARON
GROUPE FUNÉRAIRE

groupefunerairecaron.com
353, avenue Chapleau
Saint-Pascal (Québec) G0L 3Y0
Téléphone : 418 492-2222

PME INTER
NOTAIRES

GARON, LÉVESQUE, GAGNON, ST-PIERRE
SERVICES JURIDIQUES INC.

506, Taché, Bureau 101, Saint-Pascal
Tél. : 418-492-1441 / 418-492-7294

802, 6e avenue Pilote, La Pocatière
Tél. : 418-856-4166

PLOMBERIE PASCAL DUMAIS

Pascal Dumais
PRÉSIDENT

pascal@plomberiepascaldumais.com
plomberiepascaldumais.com

SECTION
KAMOURASKA
196, route 220
St-Philippe-de-Néri
418 498 3071

SECTION
RIVERIE DU LOUP
155 A, rue Paradis
St-Antoine
418 862 9593

CMMTQ

Fleuriste
Le Bel Arôme

614, 4^e Avenue, La Pocatière
GOR 1Z0
418.856.2925

1 800 463.1291

CENTRE VISUEL ST-PASCAL
UN REGARD SUR L'HORIZON

AIDONS L'APHK

Billets de loterie de l'APHK

1 billet pour 2\$
3 billets pour 5\$

Merci de votre soutien!

Campagne de financement APHK

Achetez vos billets dès maintenant!

Venez chercher vos livrets de
billets à vendre au local de l'APHK!

Anniversaires

L'APHK tient à souligner l'anniversaire de ses membres

Octobre

Adaline Lebel
Isabelle Ouellet
Gilles Michaud
Jeanine Ouellet
Marie-Paule Rivard
Lana Ann St-Onge
Lucie St-Pierre
Lucie Thériault
Dany Bourgoïn
René-Claude Dumont
Pierre Roussel
Louisette Rossignol



Novembre

Denise Landry
Monique Gaudet
Christopher Jean
Patricia Briand
Michel Chouinard
Line Simoneau
Martin Charest
Alain Dionne
Émile Lajoie



Décembre

Alexandre Bernier
Hélène Ouellet
Suzanne M. Briand
Ghislaine Émond
Nicole Thériault
Michel Boucher
Lorraine Michaud
Jacinthe Lapointe



Janvier

Pauline Dumais
Cindy Michaud
Anne Morneau
Marjolaine Tremblay
Paul Lemieux
Jérémy Nadeau
Nicole Dionne
Claire Lévesque

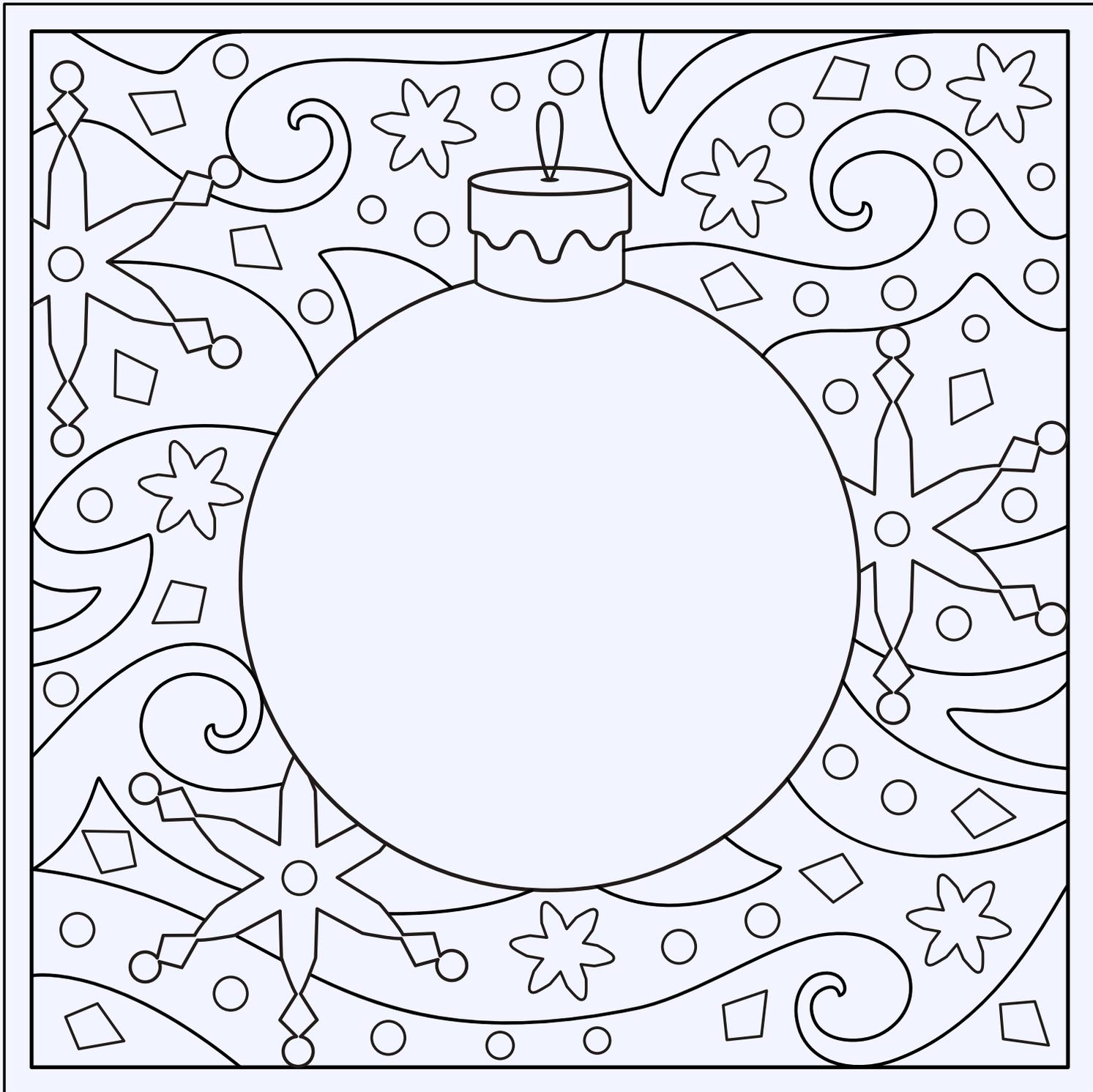


Février

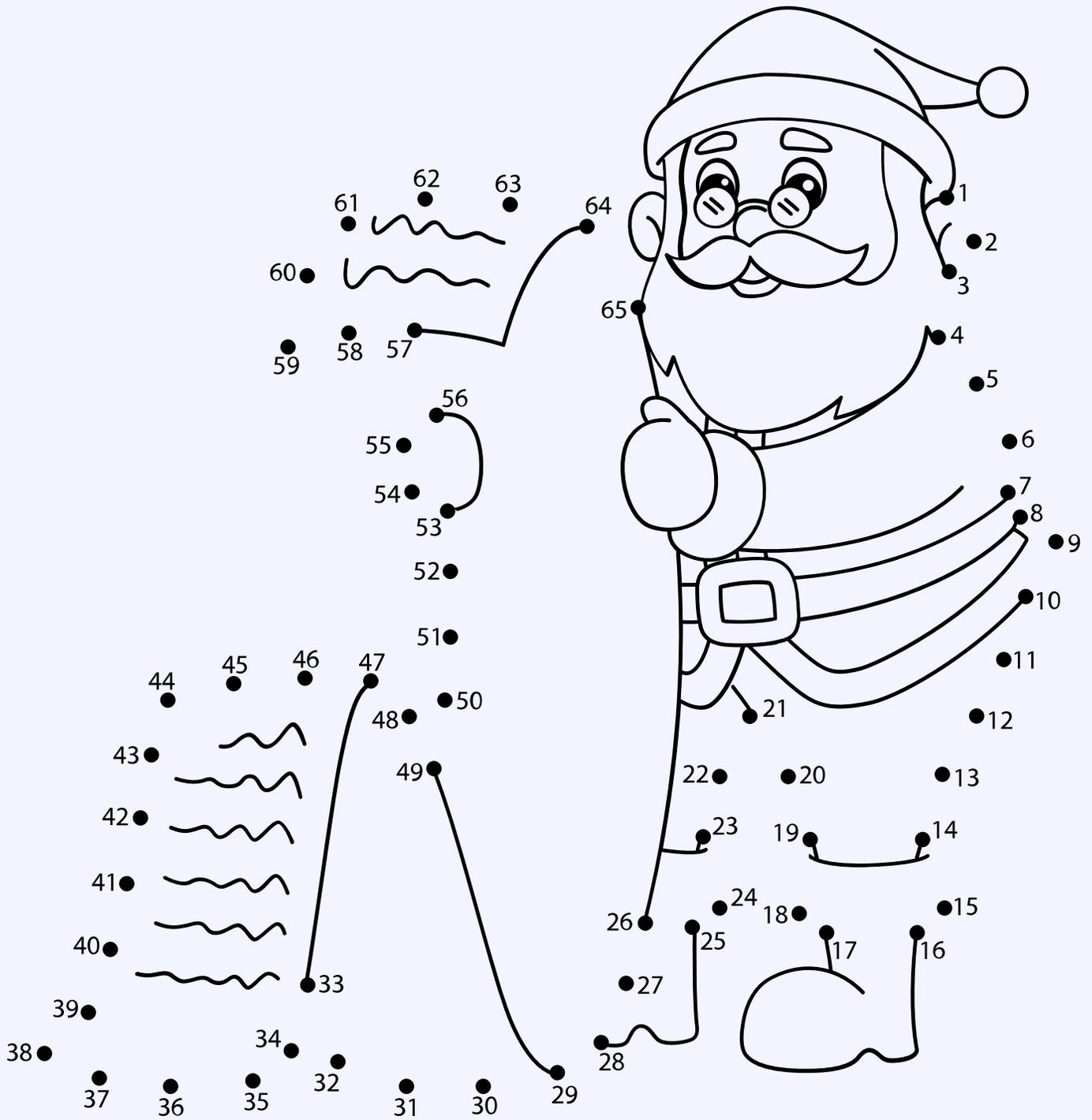
Michel Allaire
Nicole Barbeau
Claudette Desjardins
Stéphane Lagacé
Suzanne Lapointe
Madeleine Moreau
Chantale Dumont
Micheline Rodrigue
Caroline Briand
Marie-Josée Carrier



Jeux et divertissement

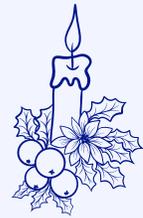


Jeux et divertissement



La veillée de Noël

Conte de Noël publié en 1822 par Clément Clarke Moore



C'était la nuit de Noël, un peu avant minuit, à l'heure où tout est calme, même les souris. On avait pendu nos bas devant la cheminée, pour que le Père Noël les trouve dès son arrivée. Blottis bien au chaud dans leurs petits lits, les enfants sages s'étaient déjà endormis. Maman et moi, dans nos chemises de nuit, venions à peine de souffler la bougie. Quand, au dehors, un bruit de clochettes me fit sortir d'un coup de sous la couette. Filant comme une flèche vers la fenêtre, je scrutais tout là-haut le ciel étoilé.



Au-dessus de la neige, la lune étincelante illuminait la nuit comme si c'était le jour. Je n'en crus pas mes yeux quand apparut au loin, un traîneau et huit rennes pas plus gros que le poing. Dirigés par un petit personnage enjoué : c'était le Père Noël, je le savais. Ses coursiers volaient comme s'ils avaient des ailes. Et lui chantait, afin de les encourager : "Allez Tornade! Allez Danseur! Allez Furie et Fringant! En avant Comète et Cupidon! Allez Éclair et Tonnerre! Tout droit vers ce porche, tout droit vers ce mur! Au galop au galop mes amis! Au triple galop!"



Pareils aux feuilles mortes, emportées par le vent qui montent vers le ciel pour franchir les obstacles, les coursiers s'envolèrent, jusqu'au-dessus de ma tête, avec le traîneau, les jouets et même le Père Noël.

Peu après, j'entendis résonner sur le toit le piétinement fougueux de leurs petits sabots. Une fois la fenêtre refermée, je me retournais, juste quand le Père Noël sortait de la cheminée. Son habit de fourrure, ses bottes et son bonnet, étaient un peu salis par la cendre et la suie. Jeté sur son épaule, un sac plein de jouets, lui donnait l'air d'un bien curieux marchand.



Il avait des joues roses, des fossettes charmantes, un nez comme une cerise et des yeux pétillants. Une petite bouche qui souriait tout le temps, et une très grande barbe d'un blanc vraiment immaculé. De sa pipe allumée coincée entre ses dents, montaient en tourbillons des volutes de fumée. Il avait le visage épanoui, et son ventre tout rond sautait quand il riait, comme un petit ballon.



Il était si dodu, si joufflu, cet espiègle lutin, que je me mis malgré moi à rire derrière ma main. Mais d'un clin d'oeil et d'un signe de la tête, il me fit comprendre que je ne risquais rien. Puis sans un mot, car il était pressé, se hâta de remplir les bas, jusqu'au dernier, et me salua d'un doigt posé sur l'aile de son nez, avant de disparaître dans la cheminée.

Je l'entendis ensuite siffler son bel équipage. Ensemble ils s'envolèrent comme plume au vent. Avant de disparaître, le Père Noël cria : "Joyeux Noël et à tous une bonne nuit."

L'Office vient de publier le rapport intitulé *Les programmes et mesures destinés aux personnes handicapées : portrait global et dépenses, édition 2024*. Ce rapport ainsi que son infographie présentent un portrait des programmes et mesures du gouvernement du Québec destinés aux personnes handicapées, financés par le fonds consolidé du revenu. Il comprend également les dépenses effectuées pour les années 2018-2019 à 2021-2022 par le gouvernement du Québec dans le cadre des programmes et mesures destinés aux personnes handicapées.

Portrait global

Mentionnons qu'en date du 15 janvier 2024, 153 programmes et mesures financés par le fonds consolidé du revenu étaient destinés aux personnes handicapées ou à leur entourage.

Globalement, 16 ministères et organismes publics se partagent la responsabilité de ces programmes et mesures.

Ces programmes et mesures visent :

- à compenser le revenu (20 %);
- à agir sur les coûts supplémentaires liés aux déficiences, incapacités et situations de handicap (80 %).

Dépenses

Le gouvernement du Québec a dépensé un minimum de 13,9 G\$ en 2021-2022 dans le cadre des 153 programmes et mesures destinés aux personnes handicapées financés par le fonds consolidé du revenu. Il s'agit d'une augmentation de 28 % sur les trois dernières années répertoriées.

La plupart (93 %) des dépenses effectuées en 2021-2022 concernent des programmes liés :

- à l'habitation et aux ressources d'hébergement (37 %);
- au soutien du revenu (17 %);
- aux activités permettant de vivre à domicile (16 %);
- aux services de réadaptation (14 %);
- à l'éducation (10 %).

Le rapport et l'infographie se trouvent dans les Publications de l'Office des personnes handicapées du Québec, sous la section intitulée « Statistiques ».

Le 3 décembre est la Journée internationale des personnes handicapées (JIPH).

L'Office des personnes handicapées du Québec vous invite à en faire la promotion au sein de votre organisation et auprès de vos partenaires.

L'édition 2024 se déroulera sous le thème « Un monde plus inclusif, j'embarque! ».



Il s'agit d'une phrase thématique proposée par l'Office pour inviter les gens à participer à cette journée instaurée par l'Organisation des Nations Unies (ONU).

Des idées pour participer :

Peu importe votre rôle dans la société, vous pouvez contribuer à rendre votre communauté plus inclusive. Que ce soit dans votre milieu de travail, à l'école ou dans votre municipalité, vous pouvez faire une différence.

Vous voulez embarquer? Ces outils peuvent vous aider :

- La page [Embaucher des travailleuses et travailleurs handicapés](#) de l'Office;
- Les [vidéos de sensibilisation à l'intimidation vécue par les personnes handicapées](#);
- [L'autoformation Mieux accueillir les personnes handicapées](#).

Unissons nos voix pour promouvoir la JIPH

Consultez l'actualité Web sur Québec.ca portant sur la [Journée internationale des personnes handicapées](#) pour découvrir des idées pour participer. Vous y trouverez aussi des visuels pour vos réseaux sociaux et vos différents médias. N'hésitez pas à les utiliser!

Nous vous invitons également à partager les publications diffusées sur la [page Facebook de l'Office](#). Utilisez le mot-clic [#JIPH2024](#).

Message de Trans-apte

Chers utilisateurs et utilisatrices de nos services de transport,



À l'approche de la saison froide et de l'arrivée de la neige, nous vous rappelons quelques petites règles, afin d'assurer la fluidité et ponctualité du service au maximum:

- Entrée déneigée et déglacée de manière sécuritaire avant l'arrivée du transport
- Être prêt en avance
- Avoir sa carte en main ou l'argent exact prêt à donner au chauffeur
- Le conducteur peut refuser un embarquement s'il juge que les conditions de déneigement / déglacage ne sont pas adéquates
- Le chauffeur quittera si vous n'êtes pas à l'heure
- Votre heure d'arrivée dépendra des autres personnes qui auront réservé également

Puisque nous faisons face à des imprévus sur la route, nous vous demandons de nous considérer en retard **seulement après 30 minutes de retard**. Nous communiquerons avec vous dans les 15 minutes le cas échéant. Nous comptons sur votre collaboration et celle de vos aidants, afin de vivre une belle saison hivernale sécuritaire! En cas de tempête, veuillez vérifier sur le site de la commission scolaire, sur notre page Facebook, notre messagerie vocale, ou à la radio CHOX FM.

Nous en profitons également pour vous souhaiter un excellent Temps des Fêtes!

Valérie Provencher, directrice générale

Vous désirez devenir membre de l'APHK?

Complétez ce coupon et retournez-le nous.

C'est la différence de chacun qui fait la beauté de notre monde!

Nom : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____

Courriel : _____

Personne vivant avec une limitation : oui non

Il en coûte seulement 10\$ par année pour être membre.