

# JOURNAL DE L'APHK INC.

40 ans  
1984-2024

Dans ce numéro :



Mot du président	3
Mot de la directrice générale	5
Des nouvelles de L'Envol	7
Chargé de projet	10
Volet AIS	11
Ateliers de la Boutique	12
Photos souvenirs	14
Mot des membres	26
Barrage routier, Souper bénéfique	32
Devenir membre	34
Nouveaux membres	36
Membres honoraires 2024	37
Commanditaires	42
Recette	44
Coloriage, Mot mystère	45
Jeux et anniversaires	47
Formulaire d'inscription	48

Édition spéciale 40 e anniversaire

UN BRIN DE JASSETTE

ÉTÉ 2024

## 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 elle-même handicapée.

Les membres du Conseil d'administration élus lors de l'assemblée générale du 19 juin 2024:

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

### Le personnel

- Mme Carole Lévesque, directrice générale
- Mme Suzanne Lapointe, agente-soutien administratif
- 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
- Chloé Langelier, agente d'intégration

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

Téléphone : 418 492-7149

[info@aphke.org](mailto:info@aphke.org)

[www.aphke.org](http://www.aphke.org)

Suivez-nous sur Facebook

Ouvert du lundi au jeudi de 8 h 30 à 16h30



# Mot du président

## Historique de ma présence à l'APHK

Je réponds à Mme Lapointe qui m'a envoyé une série de questions.

Nous vivions à L'Assomption avec une maison d'été à St-Denis au Kamouraska. Nous avons fait le projet de nous installer pour de bon au Kamouraska en 2015. Anne-Marie recevait des services sociaux à Repentigny et nous étions membres du Regroupement pour la Trisomie 21 (RT21) à Montréal et aussi de l'Association de Parents d'Enfants présentant une Trisomie-21 Lanaudière (APETL).

Dans notre nouvelle région, nous avons entendu parler de l'APHK. Nous avons donc visité officiellement L'Envol avant de déménager en 2015, une visite qui nous avait très favorablement impressionné; j'avais par la suite eu l'occasion de participer à une émission de radio communautaire à Montréal en compagnie de Julie Lemieux. Puis nous sommes allés à la superbe fête organisée à l'occasion du 30<sup>e</sup> anniversaire de l'APHK. À ce moment-là, nous ne connaissions pas l'APHK ni ses membres.

Nous sommes devenus membres en 2015 et avons commencé à participer aux activités. Je me souviens du lancement de la campagne de financement pour la construction de notre édifice et de la visite-conférence de la sénatrice «olympique» Chantal Petitclerc. Ensuite, Carole a invité mon épouse Solange à rejoindre le conseil d'administration de l'APHK. Solange m'y a délégué; le prétexte: j'avais été plusieurs années au conseil d'administration du RT21. Je fus élu à l'AGA de juin 2017. C'était le moment où la direction, appuyée par le conseil, finalisait les plans de construction: révision des plans, couleurs extérieures de l'édifice, choix du contracteur... Puis la construction a commencé: rencontres périodiques avec le constructeur et l'architecte, choix d'équipement de sécurité et autres systèmes. Une période bien fébrile!

En septembre 2018, le conseil me choisit pour succéder à Mme Hélène Ouellet comme président du conseil d'administration. Je participe à différents comités comme celui portant sur le financement de L'Envol pour appuyer Carole dans ses discussions avec les services sociaux. Plus tard, négociations avec Kam-Aide concernant l'utilisation de leurs services qui nous ont amenés à nous détacher de cette organisation pour fonctionner avec nos propres employées. Participation au comité des ressources humaines, établissement d'une structure salariale, validation de l'équité salariale.

J'agis comme bénévole à la Boutique, au Marché de Noël. Je l'ai été au bingo avant la pandémie; je participe aux barrages routiers. J'aime bien les barrages routiers car cela donne l'occasion de jaser quelques heures de suite avec un membre.

Après une année 2021 difficile pour nous du point de vue santé, nous avons suivi les conseils de Carole et Anne-Marie est devenue résidente de l'Envol. Je suis donc maintenant le répondant d'une résidente. Nous sommes chanceux de bénéficier de ce service de haute qualité.

Et le temps passe, j'aurai 75 ans en août. C'est quoi l'avenir quand on est rendu à cet âge?

Mon souhait pour les membres de l'APHK? Que chacun soit heureux, que l'on puisse leur apporter suffisamment d'attention et d'encadrement pour permettre leur épanouissement.

*Étienne Brodeur, président*

*Merci M Brodeur pour votre témoignage ! Suzanne*





## Mot de la directrice générale

### Voici mon histoire ... notre histoire ...

Lorsque j'ai accepté au printemps 1987 de faire partie du conseil d'administration de l'APHK, j'étais loin de me douter que je dénicherai, dans les années qui allaient suivre, un emploi des plus enrichissants.

Tout au long de ces belles années, j'ai travaillé avec des gens formidables, des gens qui, sans compter, ont donné de leur temps. J'ai fait la rencontre de plusieurs personnes qui avaient à cœur l'intégration des personnes handicapées dans leur communauté, des personnes simples et intègres.

Au départ, l'association porte le nom de « Association des handicapés de Kamouraska inc. » et est légalement constituée le 1er février 1984. La première rencontre officielle a eu lieu le 25 avril 1984 en présence de seize personnes dont sept d'entre elles ont formé le Conseil d'administration.

À l'origine, les objectifs poursuivis étaient de fournir de l'aide au développement d'un transport adapté, de s'associer pour faire des activités de loisirs, monter des ateliers de travail, référer les personnes vers des ressources tant gouvernementales que communautaires en cas de besoin, former des comités parallèles pour les parents d'enfants handicapés, fournir de l'aide à la recherche de logements adaptés, agir en tant qu'intermédiaire pour la défense des droits des personnes handicapées et amasser de l'argent ou des biens par voie de souscription au profit de l'Association.

Pour la période 1984-1985, on compte 54 membres handicapés ayant adhéré au regroupement. À ce moment, la totalité des membres sont des personnes handicapées. Ce n'est qu'en 1987, que des « membres amis » se sont ajoutés à l'Association. *Il s'agit d'un changement très positif puisque ces derniers représentent un appui important pour la défense des droits des personnes handicapées en plus d'être des participants dynamiques à diverses activités.*

L'Association obtient son propre numéro de téléphone en 1994 et je deviens coordonnatrice par le biais d'un contrat d'intégration au travail au printemps 1995.

En juin 2000, le volet « Accompagnement et intégration sociale » voit le jour. Son but est de permettre aux participants de prendre une part active au sein de leur communauté tout en augmentant leur autonomie à différents niveaux : personnel, récréatif, fonctionnel, social, etc.

C'est par le biais de ce nouveau service que j'ai appris à connaître des personnes extraordinaires! J'ai découvert que ce sont des personnes qui aiment la vie, toujours souriantes, très serviables, toujours reconnaissantes, qui aiment relever des défis, des gens qui ont du cœur au ventre. J'ai appris qu'avec notre amour, notre confiance en elles et notre support, ces personnes peuvent se dépasser, s'épanouir et participer pleinement à la vie de notre communauté.

En 2003, l'APHK est sélectionnée, parmi les 40 organismes membres de l'AQIS, pour aller présenter ces deux projets (volet « Accompagnement et intégration sociale et celui d'intégration au travail) à l'assemblée générale de l'Association canadienne pour l'intégration communautaire à Vancouver et ce, toutes dépenses payées.

Fin octobre 2010, enfin la réalisation de notre projet d'habitation; la résidence L'Envol accueille ses premiers locataires. Ce projet a été piloté avec détermination et acharnement, il a pris plus de dix ans à se concrétiser. Nous en sommes très fiers! C'est une belle réussite!

En juillet 2017, l'Association se porte acquéreur de la bâtisse au 655, rue Taché. Nous avons besoin d'espace pour nos ateliers de travail, nos activités, notre future boutique ... notre offre de services s'élargit. C'est fin septembre de l'année suivante qu'on déménage dans nos nouveaux locaux ; notre 10<sup>e</sup> et dernier déménagement. Quel bonheur et quelle satisfaction!

Étant mieux installé, c'est au tour de nos ateliers de travail de se développer. Ainsi, nos travailleurs aidés de bénévoles et de la superviseuse d'atelier pourront poursuivre la fabrication d'objets uniques. Nous retrouverons ces objets à vendre à notre boutique APHK et Café Desjardins dont l'ouverture officielle eut lieu en novembre 2020.

Avec l'arrivée de la Covid19 en 2020, on se doit de ralentir nos activités bien malgré nous. Dans les années qui ont suivi la Covid, nous avons vécu plusieurs départs et arrivées, ce qui fait que nous nous sommes retrouvés avec une nouvelle équipe qui, à son tour, poursuit les objectifs de l'APHK.

Je suis très fière de notre organisme, depuis plus de 35 ans nous travaillons à sensibiliser et à faire découvrir à la population que nos membres sont des gens qui ont du potentiel, des forces et non pas seulement des limitations. Par nos projets, notre collaboration avec nos partenaires, nos interventions, notre détermination et notre amour, nous avons permis à des personnes handicapées d'évoluer, de prendre confiance en elles, d'acquérir de l'autonomie, de relever des défis en permettant à la société d'apprivoiser la différence et ainsi mieux l'accepter.

Aujourd'hui, l'APHK compte 167 membres, huit employés à l'organisme, onze employées à la résidence L'Envol et deux bâtiments totalisant un avoir de 1,9 M.

Pour les années à venir, je suis confiante que l'APHK continuera de s'adapter aux changements, accroîtra ses services et répondra aux besoins des personnes vivant avec des limitations fonctionnelles. Nous continuerons à faire véritablement une différence dans leur vie.

*Carole Lévesque, directrice générale*





## Historique de ma présence à l'APHK

C'est en juin 2018 que mon aventure auprès de L'APHK a débuté comme agente d'intégration. À travers ce poste j'ai eu la chance de faire de belles rencontres et de belles activités. Une des plus belles activités que j'ai faites avec eux ce fut d'aller visiter le Miller zoo. Lors de cette sortie, j'ai eu la chance de voir plusieurs visages émerveillés. De la gratitude à la tonne. Ce qui est beau lors d'activités auprès des membres c'est qu'ils nous rendent par centuple le bonheur que leur procure l'activité que nous organisons.

Voici en images notre sortie



Par la suite, j'ai eu la chance d'avoir le poste de coordonnatrice de la résidence L'Envol en janvier 2022. Mon plus beau souvenir du côté de la résidence, c'est lors de notre repas de Noël où nous sommes tous allés au restaurant. C'était une première pour les résidents de L'Envol de tous quitter en même temps pour se retrouver au même endroit. C'est certain que nous allons refaire cette sortie! 😊

Voici en image le repas au restaurant☺: Chez Mikes de La Pocatière.



J'ai beaucoup de chance d'occuper ce poste, il me permet d'être en contact avec les résidents tous les jours. Un bon matin, un compliment, un petit mot gentil ... ce sont toutes des choses qui viennent avec le poste !! Des fous rires spontanés qui agrémentent la journée, l'entraide au quotidien entre les résidents, c'est ma plus belle paie! ☺

Le quotidien de L'Envol en photo:



Je souhaite bon 40<sup>e</sup> à tous les membres et longue vie à cette belle association qui apporte de beaux moments à ceux qui ont la chance d'en faire partie! ☺

Ce que je veux pour l'avenir: continuer de faire de L'Envol un milieu de vie où les gens se sentent bien d'y vivre. ☺

*Sandra Lévesque Michaud, Coordonnatrice Résidence L'Envol*



### L'APHK bientôt sur vos écrans !

Pour souligner le 40<sup>e</sup> anniversaire de l'APHK, TVCK nous a accompagnés dans un tournage de capsules vidéo réalisées au site principal de l'APHK et à la résidence L'Envol. Merci à tous ceux qui ont rendu possible ces deux journées de tournage ! Merci aussi aux membres et aux bénévoles qui ont changé leur routine pour se joindre à nous. Votre présence et votre patience ont été très appréciées. Vous verrez bientôt circuler les images, que ce soit sur la page Facebook de l'APHK ou sur notre site Internet.

*Deuxième journée de tournage. Joe Dassin était un peu avec nous, grâce à Sylvie.*



Êtes-vous aussi impatients que moi de les visionner ?

Je vous souhaite à tous un très bel été !

Mathieu Perron, chargé de projet





## Le Volet AIS

Coucou,

Mon nom est Chloé Langelier. Depuis la fin de mon stage, j'occupe le poste d'agente d'intégration à l'APHK. Tranquillement, j'intègre mes nouvelles fonctions et j'essaie de faire vivre aux membres de belles activités.

Nous avons eu jusqu'à maintenant de la zoothérapie avec Alexandra Pineault, de la peinture sur roche, des jeux extérieurs à L'Envol et bien plus.

Quelques activités en image :



Exercices sur chaise



Zoothérapie CZAK

Jeux extérieurs à L'Envol



Je suis bien contente de faire partie d'une formidable équipe. 🌞

Chloé Langelier, étudiante en éducation spécialisée



## Aux ateliers avec Marie-Hélène

Wow ! 40 ans, Ce n'est pas rien ! Bonne fête APHK !

De mon côté, l'APHK est arrivée dans ma vie il y a de cela 5 ans. En 2019, je devais effectuer une vingtaine d'heures de bénévolat dans le cadre de ma technique en éducation spécialisée. À ce moment-là, je ne connaissais pas encore l'ampleur que prendrait cet organisme dans ma vie et dans mon cœur.

Ce qui m'a plu lorsque je suis arrivée, c'est l'accueil chaleureux et la facilité avec laquelle les membres ont fait le premier contact. Je me suis sentie comme faisant partie de la « gang », dès la première journée.

*Activité de bénévolat 2019 avec Jérémy*



*Fête foraine à la population  
2023*



Avec le temps, l'APHK m'a conquise avec sa multitude de possibilités. Pour ceux qui m'ont côtoyé dans les dernières années, vous savez que je carbure aux projets, petits et grands : la chorale, la fête foraine, la maison hantée, etc. J'ai été ravi de voir chacun d'entre vous se dépasser, en sortant de votre zone de confort. Vous êtes toujours partant pour de nouvelles aventures et pour

relever de nouveaux défis. Merci de votre confiance ! A chaque fois, la réussite réside dans la joie que vous avez à présenter un nouveau produit à des clients ou encore à raconter le dernier projet auquel vous avez participé, avec une étincelle de fierté dans les yeux. J'espère encore avoir pleins de projets à vos côtés et que vous serez encore nombreux à participer.



### *Maison hantée 2023*

L'APHK et ses activités ne pourraient exister depuis si longtemps sans l'aide précieuse des bénévoles qui gravitent autour. Que se soit pour les activités, la boutique ou encore les ateliers, vous êtes indispensables. Vous êtes notre bras droit, notre aide si précieuse.

Merci pour tout !

Merci également au conseil d'administration et à Carole pour la latitude et la confiance que vous m'octroyez. Je peux ainsi « ÊTRE » dans toute ma créativité et mon intensité. Cela fait de mon emploi quelque chose d'amusant, stimulant et valorisant. Vous me permettez de mettre ma propre couleur dans ce que je fais à chaque jour pour cet organisme et cela m'est très précieux.

Finalement, ce qui est beau de l'APHK, c'est son essence. On s'entraide, on rit, on danse, on chante, on pleure... on s'aime. On est une grande famille. On met en lumière les forces de chacun et on apprend au contact des uns et des autres. J'ai beaucoup appris au vôtre et je continuerai d'apprendre. À l'APHK, j'ai grandi en tant qu'être humain et j'ose espérer que je vous aide également à grandir et à vous épanouir.

Bonne fête à tous les membres, employés et bénévoles. Bonne fête APHK!

Marie-Hélène Pelletier, superviseure des ateliers



Les bons souvenirs sont les cadeaux de notre mémoire.

En voici quelques photos qui vous feront sourire!

Vous reconnaissez-vous?



Journée sport et loisir en 1998





LE COMITÉ DE LA FÊTE DU 15<sup>ÈME</sup> ANNIVERSAIRE ;  
 MARIE-JOSÉE CASTONGUAY, CÉLINE DESSUREAULT, LOUISETTE  
 ROSSIGNOL, ROSELINE BLONDEAU, CAROLE LÉVESQUE, NICOLE  
 CARON, LUCILLE P. LAJOIE ET DIANE BEAULIEU.

1999  
 15 e anniversaire de l'APHK  
 avec la présence de  
 Mme Lise Thibault



Place au théâtre en 2002 .

La troupe Tricotée présentait la pièce de théâtre: La force de maître Pathelin.

Reconnaissez-vous une comédienne bien de chez-nous?



Sur le traversier de Rivière-du-Loup le 20 septembre 2008



Parade de mode en mai 2011



## Kayak à Kamouraska 16 Août 2013



## Glissade à Saint-Pacôme Décembre 2013



## Défit Everest 2015



## Visite à la ferme Gijamika en juillet 2016



Belle gang avec Patrick Normand décembre 2009



Martin Deschamps au 30e anniversaire de l'APHK en 2014



### Soirée casino 17 septembre 2016



### Visite du sous-marin à Rimouski



## Journée de pêche en gang en 2016



### Bricolage de Pâques en 2023



### Halloween 2023 à l'APHK



## Quelques membres de notre équipe en 2024





Nos Bénévoles de la Boutique APHK



**A toute l'équipe de l'APHK,**

*Joyeux 40<sup>e</sup> anniversaire !*

*Aujourd'hui, vous célébrez un jalon incroyable dans la vie de votre association. À 40 ans, vous avez accompli tant de choses merveilleuses et je suis très fière de votre équipe. C'est le moment de vous féliciter pour vos réalisations passées et de vous tourner vers un avenir encore plus brillant. Je vous souhaite une confiance inébranlable pour votre organisation et en vos capacités. Que cette nouvelle décennie soit remplie de succès, de bonheur et de prospérité.*

*N'oubliez pas que vous avez déjà surmonté de nombreux défis et que vous avez toujours réussi à vous relever. Votre équipe est forte, intelligente et courageuse. Je suis convaincue que cette nouvelle étape de vie pour votre association sera encore plus passionnante et remplie d'opportunités. Continuez à suivre vos rêves et à poursuivre vos objectifs avec détermination. Nous serons toujours là pour vous soutenir à chaque étape de vos projets.*

*Joyeux anniversaire à l'APHK. Que cette année soit le début d'une nouvelle aventure, remplie de réussite et de bonheur. Vous méritez tout le meilleur que la vie a à offrir à votre clientèle. Profitez de cette année toute spéciale et souvenez-vous que vous êtes aimé et apprécié.*

*Bien amicalement,*

*Solange Morneau, Mairesse Ville de Saint-Pascal*

*Merci Mme Morneau pour tout ces bons vœux!*



*La pandémie, période difficile qui n'en finissait plus mais on a passé au travers avec ingéniosité et courage de la part de tous.*



A L'Envol

Audrey-Ann avec sa mère à la fête des mères en 2020.  
Que de résilience en ces temps difficiles!



Bonjour à chacun de vous

Durant les nombreuses années où j'ai été membre du Conseil d'administration de l'APHK, plusieurs projets ont été entrepris dont certains pour lesquels je suis particulièrement fière.

D'abord le projet de la résidence L'Envol a été, selon moi, l'une des plus grandes réalisations de l'Association en apportant une solution tangible aux tracas des parents d'enfants adultes vivant avec des limitations et soucieux d'assurer leur avenir en leur procurant un milieu de vie de qualité et des services adaptés à leurs besoins. Grâce à l'implication des parents et bien sûr des administrateurs et de la direction de l'APHK ce projet a mobilisé l'énergie et le soutien de la communauté, des entreprises, du CISSS du Bas St-Laurent et de divers paliers de gouvernements. Par sa réussite, la résidence L'Envol est devenue un modèle et un exemple suivis par plusieurs organismes désireux de développer des projets similaires.

Puis l'achat et la rénovation de la bâtisse de l'organisme, un projet de grande envergure, a permis de regrouper les services offerts par l'Association et à mettre sur pied les ateliers de travail de la boutique APHK en offrant aux personnes handicapées un milieu de travail enrichissant.

Enfin, félicitations pour tout le travail accompli au cours des quarante dernières années. Je souhaite longue vie à l'Association afin qu'elle poursuive son évolution, tout en continuant d'offrir à ses membres des services de qualité.

Nicole Caron, membre de l'APHK

Merci Mme Caron pour votre témoignage!



## Un premier toit pour les personnes handicapées du Kamouraska.

Décembre 2009.



Photo Gilles Lebel  
 Mme Carole Lévesque, présidente APHQ Kamouraska-Est, M. Réjean Joseph, président Club Lions de Saint-Pascal, Mme Nicole Caron, de l'OPHQ, Kamouraska-Est et Mme Dorys Després, chargée de projet pour ce projet d'habitation.



Novembre 2019

Inauguration de la Boutique APHK et du Café Desjardins.



**Aujourd'hui en 2024 dans les ateliers de travail de la Boutique APHK**

Treize membres fréquentent les ateliers de travail, Trois bénévoles et une employée. Sept personnes par jour dont les mardi, mercredi et jeudi.

**Volet Accompagnement et Intégration sociale**

Cinquante personnes fréquentent le service (AIS), en moyenne de dix à quinze membres sont présents aux activités.

### Témoignage de Mme Suzanne Moreau

L'APHK compte quarante année d'existence dans notre vie pascalienne et dans notre région.

Nous ne pouvons qu'être en admiration et gratitude pour tout ce qui a été accompli et réalisé pour les personnes handicapées de nos milieux respectifs. Effort soutenu, persévérance, générosité de la part de toutes les équipes qui se sont succédé au fil des ans.

A la présidence de cet organisme de 1992 à 1998, je fus à même de constater tout le travail soutenu par les membres du conseil d'administration et par le personnel de direction pour améliorer la qualité de vie espérée pour nos personnes et l'aide à leur famille.

En tant que maman d'une belle jeune fille de 50 ans qui habite à la résidence l'Envol, je ne peux que me réjouir de ce cadre de vie précieux dont bénéficient nos jeunes dans notre milieu.

Longue vie, reconnaissance pour tout le travail effectué par les membres du conseil d'administration et le personnel d'hier, d'aujourd'hui et de demain.

Suzanne Moreau et Joseph Briand

Parents de Patricia

Saint-Pascal juin 2024

Merci Mme Moreau et M Briand pour votre témoignage!





## **Barrage routier 25 mai 2024**

Le 25 mai, des membres de l'APHK ainsi que des bénévoles ont effectué un barrage routier afin de recueillir des fonds au profit de l'APHK.

**Nous avons récolté un total de:**

**3385.60\$**

Nous tenons à remercier toute la population pour votre grande générosité. Cela permettra de continuer d'offrir à nos membres des services et des activités.

---

## **Souper Bénéfice de l'APHK du 11 juin 2024**

Notre souper bénéfice a été un succès encore cette année.

Nous avons vendu 142 repas.

**Nous avons fait un gain de 1883.14\$**

Merci à tous les participants pour votre présence.

À l'an prochain!

## DEVENIR MEMBRE DE L'APHK

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

Il peut y avoir plusieurs raisons :

- ⇒ Pour 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...

Mais, tout d'abord, c'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 plus difficiles. Le coût est de 10 \$ par an ou 20 \$ pour deux ans.

**Il est maintenant possible d'adhérer ou de renouveler votre carte sur le site de l'APHK.**

## Procédure pour adhérer ou renouveler la carte de membre en ligne

1. Pour devenir membre ou renouveler votre carte rendez-vous sur [aphke.org/boutique](http://aphke.org/boutique) : 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 et 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 ?** Consultez notre guide à :

[aphke.org/boutique/informations-cartes-de-membre](http://aphke.org/boutique/informations-cartes-de-membre).

**Vous avez plus de questions** ou rencontrez un problème sur le site de la Boutique APHK?

Contactez l'assistance technique à : [support@aphke.org](mailto:support@aphke.org)

## Nouveaux membres

### Membre or:

Dave Chénard  
Rodrigue Laplante  
Nicolas Gagnon  
Martin Gagnon

### Membre argent:

Cécile Joseph  
Renée Gagnon  
Claudette Desjardins

## Activités régulières

Plusieurs activités régulières sont de retour.

Pour en savoir davantage, consulter le calendrier des activités de l'APHK sur la page Facebook de l'APHK.

Pour vous inscrire, contacter Chloé Langelier:

Par téléphone: 418-492-7149 poste 6

Par courriel: [agintegration@aphke.org](mailto:agintegration@aphke.org)

Vous devez retourner votre coupon réponse pour chaque activité.

## Les membres honoraires 2024

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

Électrizona inc.

Équipements JPL inc.

Gaétan Lévesque Dr.

Groupe funéraire Caron

Industries Desjardins Ltée (Les)

Jean-Guy Morin

Jean-Luc Rivard & fils inc.



## Les membres honoraires 2024

Jean-Marie Rossignol inc.

Le Placoteux

Le Jardin des Pèlerins

Marcel Charest & Fils inc.

Monique Bélanger

Municipalité de Saint-André

Municipalité de Saint-Germain

Municipalité de Saint-Bruno

Municipalité de Sainte-Hélène

Municipalité de Saint-Philippe-de-Néri

Municipalité de Mont-Carmel

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



Merci à nos membres honoraires pour leurs précieuses contributions financières. Elles nous permettent de continuer notre mission.

**Promouvoir et défendre les droits des personnes handicapées et de leurs familles, tout en favorisant leur intégration sociale, et ce, à tous les niveaux.**

## Merci de tout cœur à nos généreux donateurs

Du 1er avril 2024 au 21 juin 2024

Don funéraire pour Mme Josée Michaud : 250.00 \$

Don de M. Étienne Brodeur: 936.54 \$

Don de membre honoraire: 40.00 \$

Don de la population: 291.50 \$

Total des dons : 1518.04\$

Saviez-vous qu'il est maintenant possible de faire un don en toute sécurité sur notre site Internet au [www.aphke.org](http://www.aphke.org)?

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.



Vous voulez organiser une rencontre entre amis pour une jasette ou une réunion dans un environnement agréable et convivial, tout en sirotant un p'tit café ? C'est possible! Communiquez avec nous pour connaître les dates disponibles et le nombre de personnes qu'il nous sera possible d'accueillir.

## MERCI À LA POPULATION

L'APHK tient à remercier tous ceux et celles qui nous apportent la matière recyclable qui 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.

*Merci*

## MERCI AUX BÉNÉVOLES

L'APHK tient à remercier chaleureusement les bénévoles, bien sûr ceux qui œuvrent sur le C.A., mais aussi les bénévoles qui nous libèrent de **beaucoup** de tâches et nous permettent d'accomplir plus, avec le temps que nous avons. Un gros merci à tous ceux et celles qui s'impliquent.

## Les petites annonces

**Martin Desjardins**, membre de l'APHK, ramasse les objets suivants afin de les recycler : Goupilles de canettes de liqueur et timbres.

Martin collectionne aussi les cartes de hockey et les cartes postales.

Si vous en avez, apportez-les au local! Merci!

Vous avez un objet qui pourrait être utile à nos membres et vous souhaitez l'offrir ou le vendre ?

Communiquez avec nous, il nous fera plaisir d'en faire mention dans notre journal .

Malgré toute notre bonne volonté, il est possible que, lors de la rédaction, des erreurs ou fautes de frappe, d'orthographe ou de ponctuation se glissent dans les textes. Si c'était le cas, nous nous en excusons à l'avance.



Un gros merci à nos  
commanditaires pour  
le soutien financier de  
notre journal.



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
Jeudi	9 h à 20 h	Tél. : 418 492-1234
Samedi	9 h à 17 h	Télééc. : 418 492-2255
Dimanche	10 h à 13 h	Courriel : 2366proprio@familiprix.ca



**CARON**  
GROUPE FUNÉRAIRE

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

Fleuriste  
**Le Bel  
Arôme**



614, 4<sup>e</sup> Avenue, La Pocatière  
GOR 1Z0  
418.856.2925  
1 800 463.1291



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

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

802, 6<sup>e</sup> avenue Pilote, La Pocatière  
Tél. : 418-856-4166

NOTAIRES



**ENSEMBLE**  
Créer  
Dynamiser  
Soutenir

**MATHIEU RIVEST**  
DÉPUTÉ DE CÔTE-DU-SUD

418 234-1893  
mathieu.rivest.cds@assnat.qc.ca



*là pour vous!*



**BERNARD GÉNÉREUX**  
DÉPUTÉ | MONTMAGNY—L'ISLET—  
KAMOURASKA—RIVIÈRE-DU-LOUP

**BERNARDGENEREUX.CA**

# Merci à nos commanditaires!



**PLOMBERIE  
PASCAL DUMAIS**

**Pascal Dumais**  
PRÉSIDENT

pascal@plomberiepascaldumais.com  
plomberiepascaldumais.com

SECTEUR  
KAMOURASKA  
116, route 230  
St-Philippe-de-Néri  
418 498.3071

SECTEUR  
RIVIÈRE-DU-LOUP  
155 A, rue Paradis  
St-Antoine  
418 862.9593




**Desjardins**  
Caisse Centre-Est-  
du-Kamouraska



**Saint-Pascal**  
On voit loin!

465, rue Taché  
Saint-Pascal, Québec, G0L 3Y0

418 492-2312  
hoteldeville@villesaintpascal.com  
www.villesaintpascal.com



Merci à tous pour votre contribution à cette édition spéciale du 40 e anniversaire. J'ai pu parcourir des tonnes de photos et des archives qui m'ont permis de découvrir l'APHK en image depuis le tout début. Comment choisir les photos les plus pertinentes pour évoquer les meilleurs moments de l'APHK? Tellement de beaux moments que je n'ai pas eu le plaisir de vivre. J'ai choisi avec mes coups de cœur personnel! Je vous souhaite un très bon 40 e anniversaire ! Bonne lecture!

Suzanne Lapointe





## Recette

### Salade de crevettes

#### Ingrédients :

- 1 lb de crevettes cuites et décortiquées
- 2 branches de céleri coupé en dés
- 1/4 de tasse d'oignon coupé en dés
- 1/4 de cuillère à thé de sel de céleri
- Sel et poivre du moulin
- 3 cuillères à soupe de **mayonnaise**

#### Préparation :

1. Couper les crevettes en petits morceaux et les mettre dans un bol à salade.
2. Ajouter le restant des ingrédients et bien mélanger.
3. Ajouter sel et poivre au goût.
4. Réfrigérer avant de servir.

## IMAGE À COLORIER



Mot Mystère, Les boissons

E	N	E	R	G	I	S	A	N	T	E	A
I	S	O	B	R	I	E	T	E	C	G	T
R	R	S	I	R	O	P	E	G	C	A	I
E	A	S	E	C	I	T	U	I	O	V	R
L	T	A	E	V	A	E	T	T	R	U	A
L	C	N	A	L	U	R	T	E	X	E	G
I	E	G	E	Z	O	E	A	E	P	R	R
T	N	R	E	N	R	N	R	F	K	B	A
S	F	I	N	A	S	E	G	B	O	A	M
I	U	A	M	U	S	C	A	T	A	N	S
D	D	A	N	O	I	S	U	F	N	I	S
E	N	C	A	P	S	U	L	E	R	L	E

**A**  
Abreuvé  
Amaretto

**B**  
Breuvage

**C**  
Carafons  
Citronnade

**D**  
Distillerie

**E**  
Ébriété  
Encapsuler  
Énergisante

**F**  
Frelatée

**G**  
Gnole  
Gueuze

**I**  
Infusion  
Ivre

**M**  
Margarita  
Muscat

**N**  
Nectars

**S**  
Saké  
Sangria  
Sirop  
Sobriété

**X**  
Xérès

**THÈME : BOISSONS**  
7 lettres cachées

**Juillet**

Martin Desjardins (03)

Colette Lévesque (03)

Jacqueline Desrosiers (04)

Dany Bouchard (06)

Lise Dionne (06)

Bertrand Soucy (07)

Geneviève Hébert (08)

Sylvie Dumont (9)

Louis Foster (11)

Denise Briand (12)

Carole Morin (13)

Michel Paradis (19)

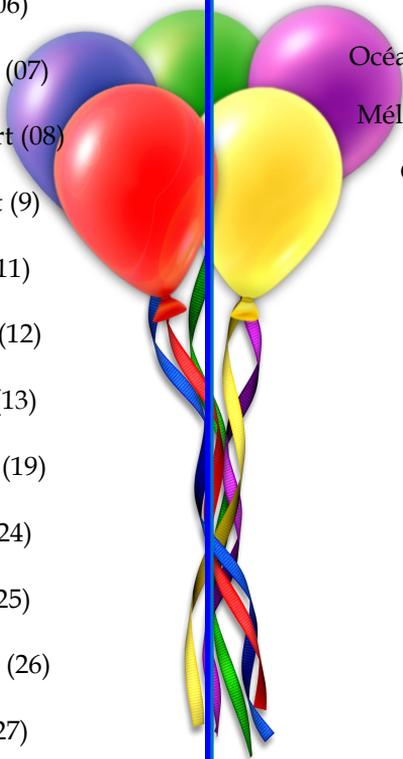
Rosalie Blais (24)

Hélène Côté (25)

Yolande Lavoie (26)

Gino Picard (27)

Jacinthe Lavoie (31)



**Août**

Étienne Brodeur ( 01)

Jean-Michel Lemieux (03)

Alexandre Dugas (03)

Jean-Pierre Lévesque (09)

Jocelyne Parent (17)

Carole Lévesque (20)

Martin Gagnon (22)

Océane Cloutier-Brodeur (24)

Mélany Dumais Dufour (25)

Caroline Paradis (29)

**Septembre**

Rodrigue Laplante( 01)

Roseline Blondeau (06)

Sylvie Dumont (07)

Nadine Pelletier (09)

Gilles Michaud (10)

Nicole Ouellet (10)

Colette Boucher (11)

Nicolas Gagnon (19)

Sylvain Beaulieu (20)

Lucie Lévesque (20)

Nicole Caron (28)

Michel Laferrière (29)



**Vous désirez devenir membre de l'APHK!**

C'est très simple! 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.**

Responsable du journal : Rédaction & mise en page  
Suzanne Lapointe

Collaboration: Carole Lévesque  
Étienne Brodeur

Le Journal de l'APHK inc. – Un Brin de jasette est un médium d'information de l'APHK.