

Unis et solidaires

APEHD

Association des Parents
d'Enfants Handicapés
de Drummond

Bonne année!

ENTRE PARENTS

Janvier/février 2024

Au coeur de la différence depuis 1981

*"Ensemble,
apprenons à danser
sous la pluie"*



SOMMAIRE

Voeux Bonne année P. 3	Activité Père/enfant Bibliosanté P. 4	Invitation Boccia P. 5
5 à 7 Père retour fête de Noel P. 6	Balados; participants recherchés P. 7	Retour activités de financement P. 8
Soirée Bingo P. 9	Club de marche P. 10	Yoga P. 11
S'investir sans s'épuiser P. 12	Tu mérites mieux qu'un bain moussant P. 13	Remue-méninges p. 14
Les membres du CA P. 15		

Nouveau

Pour info:
mobilibus.ca



Nouveau service de transport adapté

*En ce début d'année,
l'équipe se permet de vous
adresser ses meilleurs
voeux de bonheur et vous
souhaite santé,
épanouissement et
réussite dans vos projets
les plus chers!*

**Prenez note que l'APEHD sera fermée
du 23 décembre au 7 janvier.**

Pour urgence n'hésitez pas à contacter le 811



Activité père/enfant

ACCÈS VIP VOLTIGEURS

SAMEDI 16 MARS 18H

CENTRE MARCEL DIONNE

Places limitées

5 pères - 5 enfants



C'est gratuit!

Breuvages inclus!

Valorisons le rôle du père dans la famille et la société!

Nous procéderons par tirage au sort, le 8 mars, parmi les participants inscrits.
Faites vite!



Pour inscription: 819 477-9377
ou communications@apehd.ca

Jetez-y un coup d'oeil.



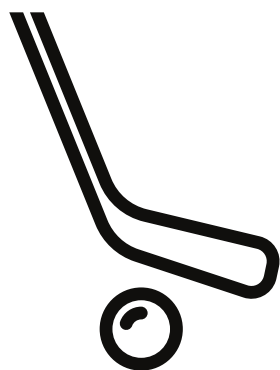
Bien s'informer pour mieux vivre!

De l'information en santé de qualité, une foule de cahiers thématiques.

[bibliosanté .ca](http://bibliosanté.ca)



**Inscription
en cours
pour des
activités
sportives.
Faites vite!!!**



Invitation Journée découverte

**Le Boccia est un sport que toute
personne peut pratiquer, qu'elle soit
handicapée ou non.**

DIMANCHE 14 JANVIER 2024

13 H À 15 H

**CEGEP DE DRUMMONDVILLE
960 rue St-Georges**

AQSPC et
Olympiques
Spéciaux



**Venez en
faire l'essai.
Gratuit !**



**Inscription recommandée
Info: 819 477-4475 # 203**



ALPH (Action Loisir Personnes Handicapées)

-Anciennement TCLDI-

À compter du 27 janvier

Petites quilles : Samedi 9h30
Grosses quilles : Samedi 9h30

35\$/ 10 semaines + 10\$ sur place

À compter du 28 janvier

Hockey-balle : Dimanche 17h

90\$/12 semaines

Infos : Gilles Tessier 819 477-4475, poste 203

Boccia *NOUVEAUTÉ

Journée découverte GRATUITE

Dimanche 14 janvier

13h à 15h

**Présence de la Fédération de Boccia Québec
et de l'organisme des Olympiques Spéciaux Québec**

Gratuit!

Invitation

5 à 7 Pizza pour les pères!

Jeudi 15 février



Mario Bonin

Regroupement pour la Valorisation de la Paternité sera notre invité spécial

L'APEHD désire mieux soutenir les pères d'enfants à besoin particulier

L'APEHD veut connaître vos besoins

L'APEHD souhaite récolter vos idées

Vous êtes intéressés?

Monique 819 477-9377

communications@apehd.ca

Fête de Noel du 3 décembre en photos

Merci à, H.O.G La ride de l'amitié et Connie Lavallée, pour le don de 2000\$ qui a permis l'achat de cadeaux au parents.

183 personnes
54 familles
56 enfants.



Merci aux bénévoles du CA

Retour sur les activités de financement

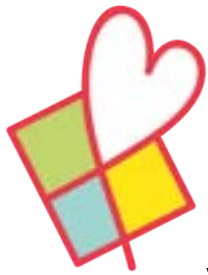


**4500 fois Merci
Derco
et un Merci
spécial à nos 27
bénévoles**



**Karaothon
Un vif succès!
5,445\$**

**Un grand MERCI à Daniel
Lemieux, Carmen Phaneuf,
Manon Grenier ainsi qu'à
tous les bénévoles**



APEHD

Soirée Bingo

Vendredi, 26 janvier 2024



Date limite d'inscription

19 janvier

Il ne reste que quelques places.

Faites vite!

Le coût est de 16\$ /personne

Votre contribution donne droit à:

1 pad de 9 faces

2 feuilles de réchauffement

1 étoile

1 double action

2 bonanzas

Grignotines et breuvages



Pour réserver:

819 477-9377

**18h15- Centre de
divertissement
Drummond**

L'activité est réservée aux membres en règle de l'APEHD

(18 ans +)



APEHD



ARLPHCO
ASSOCIATION REGIONALE DE LOUPE
POUR PERSONNES HANDICAPEES
DU CENTRE DU QUEBEC

CLUB DE MARCHE

**POUR MIEUX SE SOUTENIR ET S'ENTRAIDER
ENTRE PARENTS**

LES SORTIES SE DÉROULENT DE 13h30 à 14h30.

- 16 janvier :** Raquettes au Parc des Voltigeurs (2e stationnement)
- 23 janvier :** Parc Woodyatt (entrée principale)
- 30 janvier:** Boisé de la Marconi
- 06 février:** Marche au Centre Ville (rencontre à la Bibliothèque)
- 13 février:** Promenade Rivia (stationnement Manoir Trent)
- 20 février:** Raquettes au Parc des Voltigeurs (2e stationnement)
- 27 février:** Boisé de la Marconi
- 05 mars:** Parc Woodyatt (entrée principale)

Pour info: Monique 819 477-9377

NOTE : En cas de pluie, les activités sont maintenues et auront lieu au Centre sportif Girardin - 805, rue Marchand). Les espadrilles sont obligatoires. Casiers sur places. N'oubliez pas votre cadenas.



**ASSEMBLÉE
NATIONALE
DU QUÉBEC**

Sébastien
SCHNEEBERGER
DÉPUTÉ DE DRUMMOND-BOIS-FRANCS

819 475-4343
sebastien.schneeberger.drum@assnat.qc.ca

Yoga en zoom

Je prends soin de moi!

Offrez vous un moment de détente bien au chaud dans votre maison



APEHD



ARLPHCO
ASSOCIATION RÉGIONALE DE LOUPE
POUR PERSONNES HANDICAPÉES
DU CENTRE DU QUÉBEC

08 janvier - 18h30	15 janvier - 18h30	22 janvier - 18h30
29 janvier - 18h30	05 février - 18h30	12 février - 18h30
19 février - 18h30	26 février - 18h30	4 mars - 18h30

Avec Ophélie Rodrigue, professeur de yoga



Pour info ou inscription : (819) 477-9377 / INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Être parent est un défi en soi.

Être parent d'un enfant aux besoins particuliers apporte un lot de défis supplémentaires.

Vous avez toute mon admiration.

Merci à l'APEHD pour le soutien inestimable à toutes ces personnes extraordinaires.

MARTIN
Champoux
DÉPUTÉ DE DRUMMOND



230, rue Brock, bureau 475, Terrasses St-Frédéric
Drummondville (Québec) J2C 1M3

S'INVESTIR SANS S'ÉPUISER:

PAS SI SIMPLE QUE CA EN TEMPS QUE PARENT!

Redéfinir votre rôle parental, au sein d'une mosaïque de responsabilités, que vous avez mis de côté au fil du temps.

**Conférence présentée par
Vanessa Boisvert-Cadorette
Travailleuse sociale**

**Gratuit pour les
membres
15\$ non-membres**

**Jongler
avec les
contraintes**

**Soutenir les
enfants**

**Redéfinir son
rôle**

**Trouver
un
équilibre**

Quand: 22 février 2024

Où: 1140 rue Cormier

Heure: 19h à 20h30

Réservation avant le 16 février

au 819 477-9377 ou

communications@apehd.ca



La conférence

Stéphanie Deslauriers
M. Sc. psychoéducatrice

Tu mérites mieux qu'un bain moussant

UN GUIDE POUR PRENDRE SOIN DE SOI



cardinal
STÉPHANIE

Se choisir, mettre ses
limites, développer
l'autocompassion!

Stéphanie Deslauriers
psychoéducatrice
jeudi 4 avril 2024

19h-20h15



Coût: 5\$ (membres)
15\$ (non-membres)

Endroit: 1140 rue Cormier

Réservation obligatoire
avant le 22 mars

819 477-9377

communications@apehd.ca

Activités à faire pendant les Fêtes

Joker Pub

Centre sportif Girardin

Artistique café

Faire des biscuits pour Grand-maman

Cuisiner en famille

Quilles

Marche Boisé de la Marconi

Laser Force



Visitez le site

tourismedrummondville.com



Remue - méninges

L'APEHD a besoin de vos idées, de vos commentaires et de votre aide afin de diversifier son offre de services.

**Semaine de relâche
du 4 au 8 mars**

Des idées ?

Conférences et ateliers

Des idées ?

Besoin d'informations

Des idées ?

N'hésitez pas à nous en faire part

Julie ou Monique 819 477-9377



PERSONNES PARTICIPANTES RECHERCHÉES

Étude sur l'évaluation des compétences sociales des jeunes adultes autistes

Pour participer en tant qu'a/Autiste vous devez :

- Avoir un diagnostic officiel donné par un professionnel autorisé ;
- Avoir entre 18 et 35 ans ;
- Maitriser le français écrit.

Pour participer en tant que parent ou proche vous devez :

- Être parent ou proche d'un jeune adulte participant à l'étude ;
- Avoir été invité par ce jeune adulte à y participer ;
- Avoir une relation régulière avec la personne autiste (min 1 contact par semaine) ;
- Si vous êtes un proche, avoir un rôle de parentalité auprès du jeune adulte ;
- Maitriser le français écrit.

Déroulement de l'étude

- Durée : Environ 60 minutes
- Tâche demandée : Répondre à un questionnaire en ligne
- Date limite pour remplir le questionnaire : 31 décembre 2023
- Vous serez éligible au tirage de quatre (4) cartes-cadeaux virtuelles d'une valeur de 50 \$ ou 50 € chacune dans une librairie (1 chance sur 30 de rapporter le prix)
- Votre participation est entièrement volontaire et vos données seront conservées de façon confidentielle

Pour y participer :

Jeunes adultes autistes : https://cl-usherbrooke.limesurvey.net/QS_JAA

Parents /proches : https://cl-usherbrooke.limesurvey.net/QS_PP

Si vous avez des questions, veuillez communiquer avec :

Carolina.Lara @USherbrooke.ca

Ce projet de recherche est réalisé par Carolina LARA, psychologue et Candidate au doctorat en psychologie (D.Psy) sous la supervision des professeures Marie-Hélène Poulin (UQAT) et Elsa Gilbert (UQAR). *Ce projet a été approuvé par le Comité d'éthique de la Recherche de l'Université de Sherbrooke : No d'approbation (2023-3937).

MPRIMÉRI

MNS



APEHD

Association des Parents
d'Enfants Handicapés
de Drummond

Fondée en 1981, l'Association des Parents d'Enfants Handicapés de Drummond (APEHD) compte plus de 130 membres qui bénéficient, année après année, de son support et de ses services.

L'Association œuvre auprès des parents d'enfants handicapés de la MRC Drummond en leur fournissant différentes formes d'entraide et de support. Elle se veut avant tout un endroit de soutien humain pour les familles d'enfants handicapés.

L'APEHD est un organisme de bienfaisance enregistré et peut émettre des reçus pour dons de charité aux personnes et entreprises qui souhaiteraient soutenir l'organisme et sa mission.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION 2023-2024

- Maryse Nepveu, présidente
- Édith Lebel, vice-présidente
- Micheline Nepveu, trésorière
- Nancy Hébert, secrétaire
- Chantal Durocher, administratrice
- Micheline Marcotte, administratrice
- Édith Thibault, administratrice

L'équipe

- Julie Desgranges/directrice générale
- Monique Bélanger/agente communications et développement
- Vanessa B.Cadorette/travailleuse sociale

Coordonnées

1140, rue Cormier
Drummondville (Québec)
J2C 2M9

819.477.9377

www.apehd.ca • info@apehd.ca



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

Québec