



INFO—APHC



MOT DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE — SYLVIE BRETON

Bonjour,

Je suis très heureuse de vous présenter une nouvelle édition du bulletin d'information INFO-APHC.

Le 3 octobre dernier, nous avons tenu notre assemblée générale annuelle puisque le Ministère de la Santé et des Services sociaux nous obligeait à déposer les documents de la reddition de comptes d'ici le 31 décembre. Vous trouverez les informations concernant cette assemblée à la page 2.

Au niveau des ressources humaines, nous attendons avec impatience le retour de Valérie Rochefort en février prochain car nous travaillons à effectifs réduits depuis l'été. Elle est plus que bienvenue. Voir la page 3 pour les détails.

Au cours des prochains mois, nous mettrons l'emphase sur nos stratégies de communications. En effet, nous profitons du contexte actuel afin d'établir d'autres moyens pour recruter de nouveaux membres et bénévoles, conserver ceux que nous avons déjà et d'être plus visible, particulièrement sur les réseaux sociaux mais aussi dans les médias traditionnels. Nous vous invitons à nous suivre.

N'hésitez pas à nous contacter pour toute information ou question, notre équipe est là pour vous répondre. Bonne lecture.

Association des
personnes handicapées
de Charlevoix inc.

DANS CE NUMÉRO

PAGE 1

- > Mot de la directrice générale
- > À surveiller d'ici les Fêtes
- > Fermeture—Période des Fêtes

PAGE 2

- > Assemblée générale annuelle

PAGE 3

- > Retour de Valérie Rochefort
- > Sondage
- > Recrutement de membres et bénévoles

PAGE 4

- > SACC—Paniers de Noël et aides techniques à donner
- > Idées d'activités en confinement

PAGE 5

- > Nolu—Application de rencontre pour personnes handicapées
- > Suicide.ca maintenant en ligne

À SURVEILLER D'ICI LES FÊTES

Restez à l'affût, des personnages spéciaux vous rendront visite !!!
Vous recevrez un appel quelques jours avant.

FERMETURE—PÉRIODE DES FÊTES

Veuillez prendre note que nos bureaux seront fermés
du 19 décembre 2020 au 10 janvier 2021.

Nous serons de retour le lundi 11 janvier.

Joyeuses Fêtes !



ASSOCIATION DES
PERSONNES HANDICAPÉES
DE CHARLEVOIX

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE

L'assemblée générale annuelle s'est tenue le 3 octobre dernier au Centre Communautaire de La Malbaie et à laquelle 13 membres en règle étaient présents.

Les documents et points suivants ont été soumis aux membres:

- Adoption du procès-verbal de l'assemblée générale du 25 mai 2019
- Rapport financier 2019-2020
- Bilan financier intérimaire (1^{er} avril au 30 septembre 2020)
- Rapport d'activités 2019-2020
- Proposition de modifications aux règlements généraux
- Ratification des actes des administrateurs
- Nomination de l'auditeur indépendant pour l'année 2020-2021
- Quatre administrateurs ont été réélus (Joseph Lavoie, François Thivierge, Claude Girard, Yves Lavoie)

Membres du conseil d'administration 2020-2021:

Joseph Lavoie	Président
François Thivierge	Vice-président
Yves Lavoie	Secrétaire-trésorier
Nathalie Tremblay	Administratrice
Marie-Claude Otis	Administratrice
Jacques Tremblay	Administrateur
Claude Girard	Administrateur

Vous pouvez consulter le rapport d'activités sur notre site internet en cliquant sur le lien suivant:

<https://www.aphcharlevoix.com/wp-content/uploads/2020/10/Rapport-2019-2020.pdf>

Vous pouvez également le recevoir par courriel ou par la poste si vous le désirez. Il est aussi possible de consulter le rapport financier et le bilan financier intérimaire. Il suffit de nous en faire la demande.

Communications

Nous vous informons que les membres du conseil d'administration ont pris la décision d'investir du temps et de l'argent pour nos communications afin d'avoir une meilleure visibilité, de faire du recrutement et pour le dossier de l'accessibilité universelle.

Nous avons demandé à l'Agence BIX de nous concevoir un plan de communication afin de se fixer des objectifs, établir un calendrier, mesurer le succès de nos campagnes, assurer une communication constante avec nos membres, les futurs membres, les partenaires et la population.

Les 2 employés et 2 membres du CA ont suivi une formation marketing web d'une durée de 12 heures afin d'améliorer notre efficacité et nos publications sur les réseaux sociaux et de développer notre communauté de fans sur Facebook.

RETOUR DE VALÉRIE ROCHEFORT

Nous vous informons que Valérie Rochefort, éducatrice spécialisée, reprendra son poste le lundi 22 février prochain après son congé de maternité. Nous lui souhaitons un bon retour au travail !

Valérie avec ses enfants:
Emmy et Félix



SONDAGE

Au cours des dernières semaines, nous avons effectué un sondage en collaboration avec le CIUSSS et ce, afin d'avoir un portrait des personnes vivant avec une déficience physique dans Charlevoix, de connaître leurs intérêts et leurs différents besoins.

Nous tenons à remercier toutes les personnes qui ont accepté de répondre à ce sondage qui nous permettra de mieux planifier nos activités et services respectifs au cours des deux prochaines années.

RECRUTEMENT DE MEMBRES ET BÉNÉVOLES

Nous sommes présentement en période de recrutement de membres et de bénévoles. Donc, si vous connaissez des personnes vivant avec une déficience physique et leurs proches ou bien des personnes qui aimeraient faire quelques heures de bénévolat lors de nos activités récréatives ou au sein du conseil d'administration, veuillez nous les référer. Invitez-les à consulter notre site internet ou à nous appeler afin de connaître la procédure d'adhésion. Merci !

LES AVANTAGES D'ÊTRE MEMBRE ACTIF

COÛT: 7 \$ / ANNÉE

- ◆ Briser l'isolement;
- ◆ Rencontrer de nouvelles personnes;
- ◆ Maintenir des capacités physiques et cognitives;
- ◆ S'accomplir dans de nouvelles activités;
- ◆ Être au courant de tout ce qui concerne les personnes handicapées dans Charlevoix;
- ◆ Avoir accès à une équipe d'intervenantes qualifiées pour répondre à vos questions et suggestions.

LES AVANTAGES D'ÊTRE BÉNÉVOLE

- ◆ Un atout à ajouter à votre CV;
- ◆ Lettre de recommandation;
- ◆ Acquérir de l'expérience auprès de la clientèle;
- ◆ Faire la différence dans la vie de nos membres;
- ◆ Rencontrer de nouvelles personnes;
- ◆ Avoir accès à des entrées gratuites et des repas en bonne compagnie;
- ◆ Nous offrons des assurances en cas d'accident ou blessure.

SERVICE D'AIDE COMMUNAUTAIRE DE CHARLEVOIX-EST PANIER DE NOËL ET AIDES TECHNIQUES À DONNER

Seulement pour les personnes
qui résident sur le territoire de
Charlevoix-Est

Pour vos demandes:

reception@saccharlevoix.org

418 665-4197



**Il est déjà le temps de
s'inscrire afin de se procurer
un généreux panier de Noël**

Offert par le Service d'aide
Communautaire de Charlevoix Est.
Le SACC a aussi en sa possession
quelques aides techniques telles que:
chaise pour le bain, marchette,
rehausseur de toilette

POUR VOUS INSCRIRE AUX PANIERS DE NOËL OU
VOUS PROCURER UNE AIDE TECHNIQUE:
RECEPTION@SACCHARLEVOIX.ORG

IDÉES D'ACTIVITÉS EN CONFINEMENT

Exemples d'activités occupationnelles :

- Mots cachés et mots croisés;
- Sudoku;
- Informatique et jeux vidéo;
- Casse-têtes;
- Activités d'expression artistique (p. ex. : dessin, bricolage, etc.);
- Regarder des albums de photos
- Lire un livre, une revue ou tout autre ouvrage d'intérêt;
- Utiliser différents moyens de communication pour contacter ses proches : téléphone, courriels, messages textes, appels vidéo, etc.;
- Discuter d'éléments positifs avec un de vos intervenants, un ami ou un proche;
- Pratiquer la méditation ou toute autre activité d'intériorisation;
- Écouter de la musique agréable;
- Maintenir une routine régulière;
- Accéder à des activités spirituelles.

Nutrition:

- Maintenir de bonnes habitudes alimentaires;
- Boire régulièrement pour bien s'hydrater.

NOLU APPLICATION DE RENCONTRE POUR PERSONNES HANDICAPÉES

Inclusive et spécialement conçue pour les personnes handicapées, Nolu ressemble beaucoup au populaire Tinder, à l'exception qu'on peut y afficher clairement son handicap et même chercher des célibataires selon les limitations. Elles sont d'ailleurs classées par catégories : respiration, surdité, élocution, mobilité, physique, mental ou autres.

La version test de l'application a été lancée en septembre dernier sur Android uniquement. Elle est disponible en français et en anglais, au Canada et en France. On peut déjà s'y créer un profil, généré ou non, faire une vidéo de présentation avec un module d'assistance, chercher d'autres célibataires handicapés ou non filtrés par géolocalisation et intérêts, voir les compatibilités en zieutant les profils un à un, et clavarder avec eux.

Une version plus complète incluant la possibilité d'échanger par vidéoconférence et d'obtenir du mentorat de professionnels en relations de couple est en chantier.

Site internet Nolu: <https://nolurencontres.com/page-daccueil>

Source: https://quebec.huffingtonpost.ca/entry/application-rencontres-handicap-nolu_qc_5fa15f24c5b63dc9a5c0c2ed?fbclid=IwAR2UzjV_tSERIBXd1Lqsg6qxK9wMlgqWndLVD6Bm_v6caGTufsiH9GT9CIA

SUICIDE.CA MAINTENANT EN LIGNE

L'Association québécoise de prévention du suicide vient de lancer suicide.ca, le nouveau service numérique québécois en prévention du suicide.

Le Service numérique a pour but de prévenir le suicide au moyen des technologies numériques, en informant et en aidant les personnes vulnérables au suicide, les proches, les endeuillés et les intervenants qui travaillent auprès de ces clientèles.

Concrètement, suicide.ca propose :

- Un service d'intervention par clavardage, offert dans une première phase, du mercredi au dimanche, de 16 h à 23 h (offert 24/7 au printemps 2021)
- Une tonne d'informations pratiques
- Des vidéos témoignages

À venir à la fin novembre : une application et des outils pour prendre soin de sa santé mentale.

Pour consulter le service numérique en prévention du suicide: <https://suicide.ca/>

Source: Association québécoise de prévention du suicide

Faire place à la
différence, c'est enrichir
notre société !



Organisme associé à :

Centraide
Québec et
Chaudière-Appalaches

367, rue St-Étienne, bureau 428
La Malbaie (Québec)
G5A 1M3
Téléphone : 418 665-0015
Télécopieur : 418 665-6787
info@aphcharlevoix.com
www.aphcharlevoix.com

SUIVEZ-NOUS



www.facebook.com/aphcharlevoix