

L'INFO-APDA

Édition du **30 avril 2025**

MOT DE LA PRÉSIDENTE



Chers membres,

Le printemps génère beaucoup de travail à la maison avec le rituel du ménage du printemps, le changement de garde-robe et le nettoyage du terrain pour se préparer à la belle saison. Mais c'est aussi un temps de renouveau. Sortir aisément, voir les enfants s'amuser dehors, ça rend l'âme plus légère.

À l'APDA, c'est aussi une période très chargée où l'on prépare l'Assemblée générale annuelle, où on travaille aux prévisions budgétaires, celle où on planifie de nouvelles activités en prévision de la saison froide. D'ailleurs, on s'apprête à vivre le Mois de l'ouïe et de la communication au cours duquel on vous propose quelques activités toutes spéciales (voir la rubrique Programmation).

Plus que jamais, nous voulons œuvrer à informer et sensibiliser la population aux obstacles rencontrés par les personnes vivant avec une déficience de l'audition. Il est impératif que toute personne puisse participer dans le contexte le plus favorable possible à toutes les sphères de la vie, que ce soit sur le plan personnel, social et

professionnel. Dans ma famille, dans mon cercle d'amis, comme dans les vôtres, on côtoie d'autres personnes qui tendent à s'isoler et se voient privées de jouir de moments agréables, heureux.

Quarante ans après sa fondation, l'APDA poursuit ses objectifs. Grâce à votre appui, grâce à l'implication de bénévoles, nous pouvons célébrer nos réalisations et aller de l'avant pour que tous et toutes aient accès à la même qualité d'accueil et de service.

Bon printemps ! Bon 40 ans !

Louise Villeneuve

DANS CETTE ÉDITION

Nouvelles	2
Aide et entraide	
• Communication texto 911	3
• La conversion de la voix en texte sur téléphone	4 5
• Corvée des prothèses auditives usagées	
Vie associative	
• Programmation printanière	7
• Retour sur les activités passées	9
Devenir membre	12

NOUVELLES

Départ de Rémy-Noël Poulin

Nous vous annonçons le départ de monsieur Rémy-Noël Poulin qui occupait le poste de Directeur général depuis juin 2024. Le 24 mars dernier représentait la dernière journée de travail de monsieur Poulin.

Nous lui souhaitons beaucoup de plaisir dans ses nombreux centres d'intérêts ainsi que dans la poursuite de son travail en enseignement tout comme dans ses projets futurs.

Processus d'embauche

Sous peu, le conseil d'administration entamera un processus d'embauche en vue de combler le poste laissé vacant par le départ de monsieur Poulin.

Bienvenue au sein du CA à monsieur Jacques Chouinard

Lors de la réunion du mois de mars dernier, les membres du conseil d'administration ont eu le plaisir d'accueillir monsieur Jacques Chouinard qui a déjà siégé sur d'autres CA. Sa formation de comptable agréé avec spécialité dans les technologies de l'information sera un atout certain pour l'APDA. Son expérience personnelle sera aussi très précieuse puisque, comme trois autres de ses collègues au sein du CA, il vit avec une déficience de l'audition avec les tous les défis et les difficultés que cela comporte. Il a eu à faire le deuil difficile de renoncer à une charge de cours à l'Université Laval, qu'il assumait depuis de nombreuses années.

Il nous a confié qu'en joignant le conseil d'administration, il souhaite participer au développement de l'APDA et aider les personnes qui, comme lui, ont des problèmes auditifs.



Poste à combler au sein du conseil d'administration

Un poste est toujours vacant au sein du CA qui doit compter neuf membres.

Vous avez envie de vous impliquer en partageant vos talents ainsi que de votre expertise professionnelle et personnelle et donner de votre temps au bénéfice de personnes de notre communauté? Communiquez avec la présidente, Louise Villeneuve au 418 843-8144.

AIDE ET ENTRAIDE

ACCESSIBILITÉ

Communication texto 911

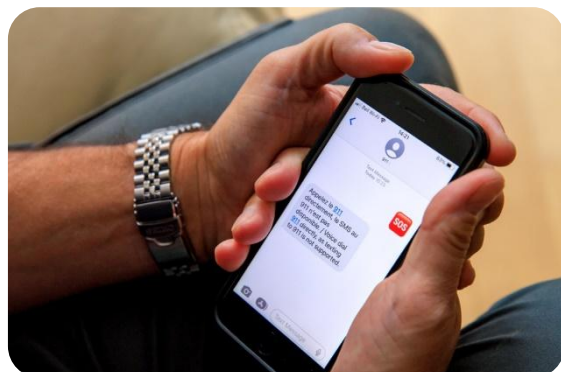
Par Francine Chalut, membre du comité Accessibilité



Savez-vous qu'il est possible de communiquer au 911 de la ville de Québec par texto?

Ce service est uniquement offert aux personnes ayant une déficience auditive ou un trouble de la parole.

Voici comment ça fonctionne. Vous devez d'abord inscrire votre téléphone cellulaire auprès de votre fournisseur (Vidéotron, Bell, Telus ou autres). Ensuite, lorsque vous composez le 911 à l'aide de votre cellulaire, le préposé à la répartition des appels d'urgence recevra un avis lui indiquant de communiquer avec vous par texto.



À noter qu'il est toujours important lors d'un appel avec un cellulaire de bien spécifier l'adresse où l'urgence a lieu.

Il est toujours possible de communiquer avec le 911 via les téléphones ATS au 418-691-3548.

Pour de plus amples renseignements consultez le site web de la ville de Québec :

https://www.ville.quebec.qc.ca/nous_joinre/911/cellulaire.aspx

Aide et entraide

La conversion de la voix en texte sur téléphone

Par Bruno Lavoie, adjoint administratif

L'application Rogervoice



De nombreux commentaires m'ont été formulés concernant la difficulté de la communication par téléphone pour certains malentendants. Dans l'article précédent, madame Chalut vous décrit comment communiquer au 911 par texto, mais il existe aussi des outils informatiques pour convertir la parole de votre interlocuteur en texte. Une application en particulier a retenu mon attention. Bien que cette application ne soit pas totalement gratuite, celle-ci pourrait vous aider à être davantage autonome lors de vos appels téléphoniques si vous rencontrez des difficultés.

L'application fonctionne en transcrivant en texte les paroles de votre interlocuteur. Je l'ai personnellement testé, et je peux vous confirmer que le texte est précis à environ 90 %, peut-être plus. Quelques erreurs se sont présentées, mais rien qui ne peut être corrigé en demandant à votre interlocuteur de répéter.

L'application est gratuite entre deux utilisateurs de Rogervoice, mais demande d'être abonné pour parler avec quelqu'un n'ayant pas l'application, quoique l'application vient avec une demi-heure d'essais gratuits, pour que vous puissiez la tester avant de payer.

Si vous désirez l'essayer, je vous suggère d'aller soit sur le « Play Store », « App Store » ou « Apple Store » de votre téléphone dépendamment de la version et de télécharger ceci :



Rogervoice Phone Subtitles

📄 Installed

Prenez note que le texte exact peut varier selon la langue ou le modèle de votre téléphone, mais la partie « Rogervoice » ainsi que l'icône devrait toujours être la même.

Si vous êtes intéressé mais que vous avez de la difficulté avec la technologie, contactez-moi et il me fera plaisir de vous aider. S'il y a suffisamment de demandes, je pourrai produire une brève présentation sur ce logiciel.

D'autres outils de conversion de voix en texte existent; si vous êtes intéressés à en savoir plus ou si vous éprouvez des difficultés à communiquer dans d'autres contextes technologiques, n'hésitez pas à communiquer avec moi pour que je puisse investiguer la situation.

AIDE ET ENTRAIDE

SERVICE D'UNE OREILLE À L'AUTRE

Corvée des prothèses auditives usagées : une collaboration avec l'Université Laval

Par : Sarah Sadi, audiologiste et stagiaire pour le projet D'une Oreille à l'Autre



Le 27 février 2025, nous avons rendu visite aux étudiants de première année à la maîtrise en audiologie de l'Université Laval. Dans le cadre d'un laboratoire d'auto-apprentissage, ces étudiants ont eu l'occasion d'utiliser les laboratoires Apprentis pour effectuer un examen visuel et une écoute subjective des appareils auditifs provenant des donations à l'APDA.

Parmi les quelques 300 prothèses auditives analysées, au moins 60 % ont pu être examinées et triées. Les prothèses restantes seront évaluées ultérieurement à l'APDA par nos employés et notre stagiaire, Sarah Sadi, audiologiste.

Qu'est-ce que l'examen visuel et l'écoute subjective ?

Avant de redistribuer une prothèse auditive, nous effectuons deux étapes essentielles : l'examen visuel et l'écoute subjective.

1. L'examen visuel : un contrôle essentiel

Nous inspectons attentivement chaque appareil afin de repérer d'éventuels bris, fissures ou signes d'usure susceptibles d'affecter son bon fonctionnement. Nous vérifions également l'état des boutons (volume, changement de programme, marche/arrêt) pour nous assurer qu'ils répondent correctement. Si un appareil présente des dommages compromettant son efficacité, il est écarté du processus de redistribution.



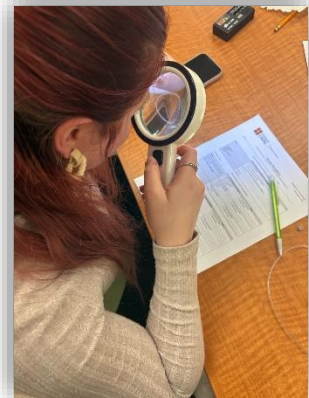
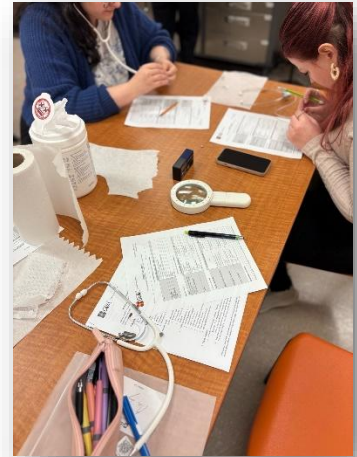
2. L'écoute subjective : garantir une bonne qualité sonore

Après l'examen visuel, nous évaluons la qualité sonore de la prothèse à l'aide d'un stéthoscope d'écoute. Ce test permet de détecter des anomalies telles que des sons brouillés, des distorsions ou des coupures.

Nous utilisons deux méthodes pour cette évaluation :

- **Le test des sons de Ling** (a, i, u, s, ch, m), qui couvre une large gamme de fréquences sonores essentielles à la compréhension de la parole.
- **Le test de phrases**, qui consiste à prononcer des phrases simples, souvent les **jours de la semaine**, pour s'assurer que l'appareil restitue bien la voix humaine.

Si l'appareil passe ces tests avec succès, il **poursuit son processus de recyclage**.



Un immense MERCI à nos partenaires !

Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude à l'Université Laval, le laboratoire Apprentis, les étudiants de première année en audiologie et leur enseignant M. Samuel Montminy. Leur engagement et leur expertise sont essentiels pour donner une seconde vie aux prothèses auditives et favoriser un meilleur accès aux soins auditifs pour ceux qui en ont besoin.

Vie associative – Programmation printanière

Notez que toutes nos activités sont sujettes à changement et que d'autres pourraient s'ajouter. Surveillez nos infolettres.

MAI

- **Chaque lundi**
Les lundis de l'amitié, rencontres amicales et jeux de société à 13 h 15, sur inscription
- **Les vendredis, aux deux semaines**
Atelier d'initiation numérique (tablette, cellulaire) avec Bruno Lavoie; sur inscription

Note : Ces activités pourront être annulées, si le nombre d'inscriptions n'était pas suffisant.

Programmation spéciale MOIS DE L'OUÏE ET DE LA COMMUNICATION 2025

- **Le mercredi 7 mai à 13 h 30**

Présentation : Le rôle de l'audition dans le bon vieillissement

Par Sarah Sadi, audiologiste

Explorez ce que signifie « bien vieillir » et comment adopter des habitudes de vie saines pour favoriser un vieillissement harmonieux, actif et épanoui. Lors de cette présentation, seront abordés les aspects physiques, mentaux et sociaux du vieillissement, ainsi que des conseils pratiques pour maintenir une bonne qualité de vie au fil des années.

- ✓ Nombre de places limitées : 20 personnes
- ✓ Sur inscription auprès de: Bruno Lavoie



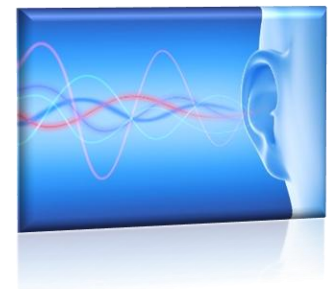
- **Le mercredi 14 mai à 18 h 30**

Atelier Parlons Acouphènes

Par M. Claude Picotin, bénévole conseil d'administration d'Acouphènes Québec

Informez-vous, posez vos questions, échangez avec d'autres personnes vivant des réalités similaires, et brisez l'isolement, le tout dans une ambiance chaleureuse et respectueuse.

- ✓ Ouvert au grand public
- ✓ Nombre de places limitées
- ✓ Sur inscription auprès de Bruno Lavoie



- **Date et heure à déterminer**

Atelier Parlons aménagement paysager

Apprenez-en davantage sur les plantes extérieures et sur l'aménagement paysager avec M. Richard Laplante, spécialiste en aménagement paysager, membre de l'APDA.

- ✓ Ouvert au grand public
- ✓ Sur inscription auprès de Bruno Lavoie



- **Le mercredi 28 mai, à 9 h 30**

Participez avec votre cœur et vos mains à ce beau projet printannier initié par M. Alain Tremblay, secrétaire de notre conseil d'administration. Ce projet vise essentiellement à embellir la devanture de notre maison avec des boîtes à fleurs.

- JUIN -

- **Le lundi 2 juin à 13 h 30**

Activité remue-méninges avec votre animatrice, Michelle Fontaine

Partagez vos suggestions d'activités, vos idées et participez activement à renouveler notre programmation. Dans une atmosphère conviviale, osez être créatifs, qui sait, vos idées les plus farfelues pourraient devenir réalité !

- **Le lundi 9 juin à 13 h 30**

Cerveau effervescent avec votre animatrice Michelle Fontaine

Discussion inspirée d'une citation de G.K. Chesterton suivie d'exercices de stimulation de la mémoire.

- **Le mercredi 11 juin à 12 h**

Pique-nique au Moulin des Jésuites et Visite guidée du Trait Carré de Charlesbourg.

Apportez votre lunch pour un pique-nique ; le parcours est de 2 kilomètres incluant de brèves pauses.

- **Le lundi 16 juin à 13 h 30**

Cerveau effervescent avec votre animatrice Michelle Fontaine

Discussion inspirée d'une citation de Thomas Paine suivie d'exercices de stimulation de la mémoire.

- **Date à préciser**

Visite commentée de l'exposition Niki - Les années 1990 et 1990 : l'art en liberté au Musée national des beaux-arts du Québec (MNBAQ).

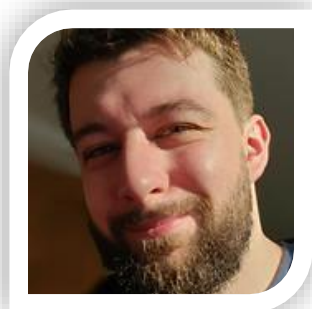
Niki de Saint Phalle : une période d'émancipation artistique totale, d'explorations formelles et d'engagements affirmés. Du grand projet du Jardin des Tarots à ses combats féministes, écologistes et sociaux, découvrez comment la créatrice déjoue les frontières entre art et vie, entre rêve et réalité, tout en faisant de la joie une véritable stratégie de résistance.

Vie associative

RETOUR SUR LES ACTIVITÉS PASSÉES

Atelier de peinture thérapeutique et théorie des Couleurs

Par Émile Bilodeau, stagiaire en éducation spécialisée



Il y a quelques jours, j'ai eu le privilège de vivre un moment rempli de créativité, mais aussi empreint de douceur et de rires en compagnie de quatre participantes lors de notre activité d'art thérapeutique. Ensemble, nous avons laissé nos émotions guider nos pinceaux, permettant à notre inconscient de s'exprimer librement sur la toile. Il ne s'agissait pas de peindre « beau », mais de peindre vrai.

Dans cette atmosphère bienveillante, les mots ont vite trouvé leur place; des anecdotes touchantes, des confidences spontanées, des éclats de rire inattendus... Chaque couleur posée sur la toile semblait ouvrir une porte vers des souvenirs, des ressentis, des élans d'authenticité. Pendant une heure, le temps s'est suspendu. L'instant était au partage, à l'écoute, à la connexion humaine.

Puis, dans un bel élan de complicité, nous avons chacun notre tour tenté d'interpréter l'œuvre de notre voisine. Un exercice à la fois drôle et touchant, qui a donné lieu à des moments aussi surprenants que réconfortants. Certaines interprétations ont provoqué de bons fous rires, d'autres ont mis en lumière des émotions profondes. Mais dans chaque mot prononcé, dans chaque regard échangé, il y avait une sincérité qui réchauffait le cœur.

Ce moment, simple en apparence, m'a rappelé la beauté de la création collective et le pouvoir apaisant de l'art. Merci à celles qui ont participé, et à celles et ceux qui viendront la prochaine fois — vous verrez, c'est magique.



Vie associative

RETOUR SUR LES ACTIVITÉS PASSÉES... SUITE

Demeurer dans l'action, en toute saison!

Par Michelle Fontaine, animatrice à la vie associative



L'hiver a passé et la neige a enfin disparue ! Quoi qu'il en soit, le fait d'occuper une partie de son temps à faire des activités créatives, ludiques, sportives ou encore des activités d'apprentissage donne l'impression que le temps passe plus vite. Il nous est alors plus aisé de traverser les périodes qui nous pèsent un peu.

Au cours des derniers mois, quelques adeptes du scrabble se sont réunis à l'occasion des lundis de l'amitié. Deux de ces lundis ont plutôt été consacrés aux activités animées par notre stagiaire Émile Bilodeau. En lien avec sa formation de technicien en éducation spécialisée, Émile a offert deux ateliers originaux : « La stimulation de la mémoire et des souvenirs » et « Peinture thérapeutique et théorie des couleurs » qui furent très appréciés des personnes participantes.

Quant aux mardis et jeudis, ils étaient occupés par l'activité « Café-rencontre et lecture labiale » qui a connu une belle assiduité, ce qui témoigne bien de la motivation des animateurs, Lise Pelletier et Gilles Boisclair, à trouver des thèmes qui rejoignent les intérêts des deux groupes participants. Merci à vous deux pour votre implication soutenue! Les sessions reprendront à compter du mois de septembre.

Aussi, chaque mercredi, un petit groupe a éprouvé beaucoup de plaisir à se retrouver pour bouger et s'amuser ensemble lors de l'activité « Viactive » que j'animais. Ce fut l'occasion de réchauffer les corps et les cœurs tout au long de l'hiver.

Puis, avant que ne s'installe définitivement la saison printanière, nous avons savouré le plaisir d'une sortie à la cabane à sucre. Prenant des airs d'un rendez-vous amical, l'activité s'est déroulée par une belle journée ensoleillée où régnait le plaisir.



Au cours des derniers mois, les sessions « Atelier informatique » animées par notre adjoint administratif, ont permis à quelques membres de se familiariser avec l'univers des technologies, tout en bénéficiant des précieux conseils et enseignements de Bruno prodigués avec bienveillance, patience et attention.



Si vous souhaitez démystifier certains aspects du domaine numérique pour savoir mieux naviguer dans le web avec votre portable, votre tablette ou votre cellulaire, n'hésitez pas à vous inscrire.

Enfin, le printemps!

Parce qu'on a à cœur votre sécurité et votre autonomie, nous avons mis à notre programmation printanière le « Programme PIED ». Les séances qui se déroulent tous les mardis et vendredis ont attiré une douzaine de personnes qui bénéficient de ce programme de prévention des chutes intensif.



On salue votre volonté à demeurer actifs, actives, à vous garder en santé et à nourrir des liens avec d'autres personnes en partageant des activités communes.

Restez à l'affût de la programmation printanière; en espérant vous compter en grand nombre lors de nos activités.



Devenir membre et le rester

Adhérer à l'APDA pour...

- ❖ Sortir de son isolement en rencontrant des personnes qui vivent une réalité similaire à la sienne.
- ❖ Avoir accès à de l'information, à des services et à des activités qui peuvent apporter des solutions à ses difficultés et ainsi améliorer sa qualité de vie.
- ❖ Permettre à notre association de poursuivre ses mandats d'information, de sensibilisation et de défense des droits des personnes aux prises avec une surdité.
- ❖ Soutenir les personnes vivant avec une déficience de l'audition.



Pour ce faire...

- ✓ Remplir le formulaire d'adhésion, puis,
- ✓ Payer la cotisation au coût identifié aux différentes catégories selon la tarification adoptée par l'AGA:
 - par chèque à l'attention de : APDA, 7755, 1^{re} Avenue, Québec (Québec) G1H 2Y1;
 - par PAYPAL via le site web : www.apda.ca/devenir-membre;
 - par carte de crédit, via le site web, en cliquant sur le bouton et le type de *membership*.
- Pour devenir membre ou renouveler votre adhésion : [Cliquez ici](#)

L'APDA toujours en ligne

Soyez branchés ! Restez informés !

Si ce n'est pas déjà fait, abonnez-vous à notre page Facebook pour tout savoir sur nos activités et connaître les dernières nouvelles. N'hésitez pas à la faire connaître de votre entourage. Cliquez, aimez, commentez, partagez !

Vous pouvez accéder directement à notre page Facebook en cliquant sur l'icône ici-bas.



info@apda.ca ❖ 1-855-675-4662 ❖ www.apda.ca
7755, 1^{re} Avenue, Québec (Québec) G1H 2Y1