

L'INFO-APDA

Édition du **16 avril 2024**

Mot du directeur général

Chers membres,
Chères membres,

En ce début de printemps, nous mettons un effort particulier à la préparation de la programmation du MOIS DE L'OUÏE ET DE LA COMMUNICATION qui est souligné en mai de chaque année. Nous sommes donc à planifier diverses activités visant à sensibiliser le public aux enjeux liés à la santé auditive et à promouvoir des pratiques de prévention efficaces.

Votre soutien et votre participation active seront essentiels pour assurer la réussite de ces initiatives. Ainsi, nous vous encourageons à prendre part en grand nombre aux activités que nous préparons tout spécialement pour vous puisque votre engagement envers votre association contribue à sensibiliser davantage la population face aux enjeux qui vous touchent et à faire progresser nos objectifs communs.

Aussi, après avoir mis beaucoup de temps dans le processus de préparation, les étapes de démarrage du Service DOA vont bon train comme vous pourrez le constater dans les pages suivantes. Bientôt, nous franchirons l'étape ultime en accompagnant les personnes qui étaient en attente d'obtenir des prothèses auditives remises à neuf dans

leur démarche d'appareillage. Voilà qui a de quoi se réjouir.

Les prochains mois seront riches en occasion de nous côtoyer. Aussi, n'hésitez pas à communiquer avec nous pour partager vos idées, suggestions et nous faire part de vos préoccupations.

Bonne lecture !
Marco Paquin

DANS CE NUMÉRO

Chronique santé	2
Nouvelles	3
Entendre et tout ouïe se comprendre	4
• Service DOA	
• Mois de la santé auditive	
Vie associative	7
• Redémarrage du comité Activités	
• Programmation – Avril	
• Retour sur les activités passées	
Témoignage	11
Devenir membre	11
L'APDA toujours en ligne	12

Chronique santé, par Sarah Sadi, Audiologiste

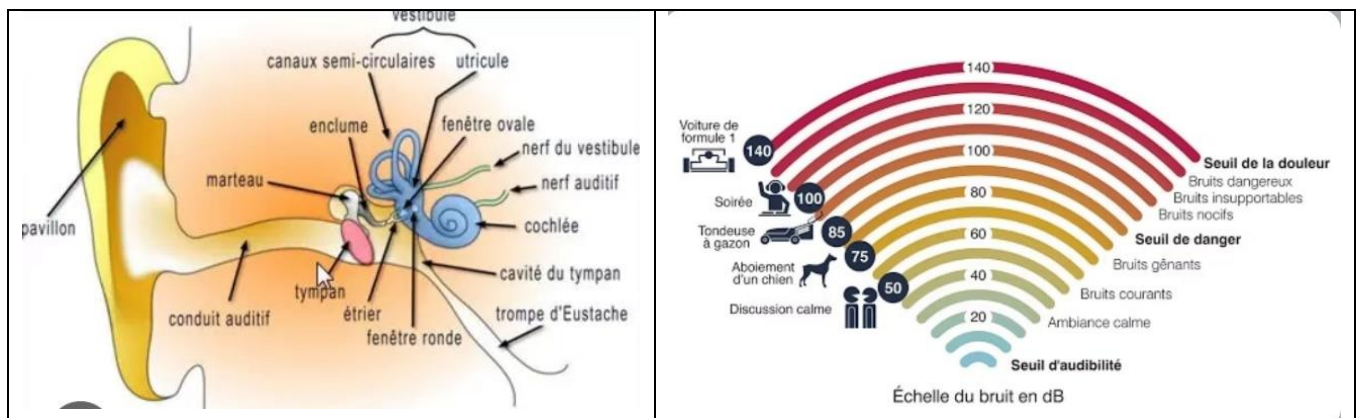


Qu'est-ce que la presbyacousie ?

Par Sarah Sadi, audiologiste

La presbyacousie est une forme de perte auditive liée au processus naturel de vieillissement. Elle résulte principalement des changements au niveau de l'oreille interne et des structures qui y sont liées. Elle se manifeste souvent par une réduction de la capacité à percevoir des sons aigus et par des défis à suivre des conversations dans des milieux bruyants, ce qui peut affecter la communication au quotidien et la qualité de vie.

Pour contrer ces effets, il existe une variété de stratégies et d'outils efficaces. Les prothèses auditives, par exemple, peuvent grandement améliorer la perception des sons. Des stratégies de communication peuvent aussi faciliter les échanges dans différents contextes (placement stratégique, lecture labiale). Il est bénéfique de préserver sa santé auditive en limitant l'exposition au bruit nuisible et en adoptant des habitudes de vie saines. Une évaluation par un audiologiste est conseillée pour explorer les options personnalisées et optimiser la qualité de vie malgré la perte auditive.



Nouvelles

Les membres du CA sur les bancs d'école...

Par Alain Tremblay, secrétaire du CA

Les membres du conseil d'administration ont, comme le veut la tradition en début d'année, pris une bonne résolution, soit celle de s'offrir un cadeau fort utile pour les prochaines années : Une formation intitulée : « OBNL - fonctionnement, rôles et responsabilités ». Cette formation préenregistrée offerte par l'organisme « Espace OBNL » permet à chaque membre de la suivre en ligne selon l'horaire et les disponibilités de chacun et chacune.

Mise-à-jour pour certains, première formation sur ce sujet pour les nouveaux membres, tous peuvent y trouver un enrichissement personnel et professionnel qui vise à augmenter l'efficacité par une compréhension commune des différents rôles que sont ceux exercés par les membres du conseil : Présidente, secrétaire, trésorier et administrateur et les fonctions exécutées par le Conseil d'administration versus celles réalisées par la direction générale.

Cette formation s'adresse à la plupart des organisations à but non lucratif telle que l'APDA. Une vision commune des membres d'un Conseil d'administration est gage de réussite au bénéfice de tous ses membres.

Lorsque tous auront suivi la formation, la présidente prévoit organiser une rencontre avec le personnel afin de discuter du rôle des membres du CA dans la vie de l'Association et répondre à leurs questions. Ce sera là, une occasion de créer un moment d'échange avec notre équipe dévouée. À suivre...

À votre agenda !

Le conseil d'administration a planifié l'Assemblée générale annuelle au **mercredi 19 juin 2024**. Les détails paraîtront à la convocation qui vous sera transmise prochainement. Inscrivez cette date importante à votre agenda. Nous comptons sur votre participation.

Entendre et tout ouïe se comprendre

Service DOA : La force du nombre !

- **Partenariat avec deux collègues**

À la suite de la signature des conventions de partenariat avec le Cégep de La Pocatière et le Collège de Rosemont en mars dernier, les équipes des départements d'audioprothèses de ces deux institutions n'ont pas tardé à intégrer le mandat qui leur était confié à leur cursus scolaire. À ce jour, parmi le lot d'appareils remis, plus de 40 prothèses auditives ont été nettoyées, soumises à un test d'écoute ainsi qu'à une expertise électroacoustique. Pour réussir la remise en état de fonctionnement des prothèses usagées, il a aussi fallu s'assurer de la disponibilité des pièces de remplacement nécessaires. L'engagement de ce groupe se concrétisera sous peu en l'accès gratuit à des prothèses auditives remises à neuf pour des personnes qui n'auraient pas pu s'offrir de tels appareils.



- **Partenariat avec des cliniques audioprothésistes**

Quatre cliniques d'audioprothésistes ont généreusement accepté de nous appuyer et de jouer un rôle crucial en offrant l'appareillage gratuit pour 40 participants au Service DOA. Ces indispensables partenaires sont : Prévost audioprothésistes, Myriam Brunel Harmonie audition, Aures et Savard Audioprothésistes.

- **Rencontre de candidats et candidates**

De notre côté, nous avons déjà rencontré plus de vingt personnes éligibles aux critères d'admissibilité afin de monter un dossier spécifique pour chacune d'elles, discuter ensemble de l'ensemble de la démarche et des prochaines étapes à franchir.

- **Contribution des bailleurs de fonds**

La campagne de sollicitation a été un franc succès. Au cours des douze derniers mois, ils ont répondu généreusement à notre appel : Fondation Mirella et Lino Saputo, la Caisse Desjardins de Charlesbourg, BPA (Bouthillette Parizeau), la Fondation Caroline Durand, la Fondation Luc Maurice, Mitacs et Société Inclusive. Leur essentiel soutien financier contribuera à confirmer le maintien du service pour les deux prochaines années.

Si vous connaissez des personnes en perte d'audition, à faible revenu, qui pourraient bénéficier de DOA, invitez-les à consulter [notre page Web à ce sujet](#).

Reprise des activités

Mars 2024

SERVICE D'UNE OREILLE À L'AUTRE



Le service **D'une Oreille à l'Autre** vient en aide aux personnes à faible revenu en leur offrant gratuitement des prothèses auditives et des aides de suppléance à l'audition.

CRITÈRES D'ADMISSIBILITÉ

- Être membre de l'APDA: la cotisation est de 10\$ pour les personnes à faible revenu;
- Être résident de la Capitale Nationale ou de la ville de Lévis;
- Avoir un rapport d'audiologie récent (moins de 1 ans);
- Avoir reçu un diagnostic de perte auditive nécessitant un appareillage;
- Être à faible revenu; salaire net de moins de 25 000 \$ pour les personnes vivant seules et moins de 36 000 \$ pour les personnes vivant en couple (conjoints de fait).



PERSONNE-RESSOURCE

- Nedra Henry, chargée de projet
- Courriel: audition@apda.ca
- Téléphone: 418-380-2639
- 7755 1re Av., Québec, QC. G1H 2Y1

L'Association des personnes avec une déficience de l'audition (APDA) est heureuse d'annoncer la reprise du programme D'une Oreille à l'Autre (DOA). Lancé initialement en 2018, DOA a pour but d'offrir un accès équitable à l'audition. Il vient en aide aux personnes à faible revenu en leur offrant gratuitement des prothèses auditives et des aides de suppléance à l'audition recyclées. Cette initiative unique en son genre reprend ses activités en mars 2024.

EN COLLABORATION AVEC



Entendre et tout ouïe se comprendre (suite)

Mai, l'APDA célèbre le Mois l'ouïe et de la communication

Dans le but de célébrer le « Mois de l'ouïe et la communication », les membres du comité des Activités travaillent activement à mettre en œuvre une série d'activités qui se dérouleront au cours du mois de mai :

- ✓ Conférences;
- ✓ Journée porte ouverte;
- ✓ Donation d'aides de suppléance à l'audition;
- ✓ Table ronde;
- ✓ Information et sensibilisation
- ✓ Etc.

Restez à l'affut pour découvrir un programme varié et instructif qui mettra en lumière l'importance de bien prendre soin de nos oreilles et de notre audition. Le calendrier vous sera acheminé sous peu, que nous vous inviterons à partager largement auprès de votre entourage et de vos connaissances.



Vie associative

Redémarrage du comité ACTIVITÉS

Le comité, sous la coordination de notre animatrice à la vie associative, madame Michelle Fontaine, a débuté ses travaux le 26 mars dernier; la responsable en est madame Francine Chalut; ses autres membres sont mesdames Micheline Careau et Diane Gauthier. Notre présidente, madame Louise Villeneuve ainsi que notre directeur général, monsieur Marco Paquin ont également participé aux premières rencontres d'orientation.

Ayant en tête les objectifs d'inclusion, de formation, de sensibilisation et de mieux-être qui guideront le choix des activités, les discussions ont donné libre cours à l'expression de nombreuses propositions originales fort intéressantes. La place des proches des personnes malentendantes était aussi au cœur des échanges.



La santé des personnes de tous âges, sous tous ses aspects, est au cœur des préoccupations du comité qui verra à mettre en œuvre des activités physiques, intellectuelles, incluant les activités cognitives, éducatives, sociales, émotionnelles divertissantes favorisant le maintien de la santé mentale et le bien-être spirituel.

Rappelons que le comité des activités a pour mandat de proposer et d'organiser des activités contribuant à l'inclusion sociale et à l'épanouissement personnel des personnes vivant avec une déficience de l'audition.

Pour joindre le comité ou partager vos idées, vous pouvez joindre Michelle en composant le 418-380-2639 ou par courriel: michelle.fontaine@apda.ca

Programmation - Activités d'avril

- **Jeu de Scrabble**

Les lundis à 13 h 30

- **Atelier « Les bienfaits des jus de légumes et de fruits frais sur la santé »,** avec Amélie et Léanne Rondeau, graduées en sciences et technologie des aliments

Le 3 avril à 14 h 45, après le cours de Yoga

- **Yoga pour tous**

Les mercredis jusqu'au 24 avril, excepté le 10 avril

- **Dîner à l'érablière du Lac Beauport,** sortie à la cabane à sucre

Le 10 avril

- **Formation sur tablette électronique**

Le 19 avril

- **Café-rencontre et lecture labiale**

Les mardis jusqu'au 23 avril – COMPLET

Les jeudis jusqu'au 25 avril – COMPLET

Prenez note que la conférence « Prévention incendie pour malentendants » prévue se dérouler le 22 avril est reportée au 16 mai prochain.

Les activités autres que les sorties se tiennent à notre local au 7755, 1^{re} Avenue, Québec. Possibilité de stationnement à proximité.

Inscription obligatoire :

- Par téléphone au 418 380-2639
- Par courriel : bruno.lavoie@apda.com

VIE ASSOCIATIVE (suite)

Retour sur les activités du mois de mars

Au cours du mois de mars, les activités de scrabble, le yoga pour tous, la formation sur tablette et les cafés-rencontres se sont poursuivies de façon continue.



Portraits de femmes d'exception

L'activité « Portraits de femmes d'exception » était offerte le mercredi 6 mars, dans le but de souligner « La Journée Internationale de la femme ». Elle consistait à honorer la mémoire de quelques québécoises exceptionnelles.

La présentation portant sur huit femmes connues dans les domaines social, politique et artistique, telles Thérèse Casgrain, Simone Monet-Chartrand et Pauline Julien, ayant marqué la jeunesse des participants et participantes, a ravivé de nombreux souvenirs.

Pour obtenir davantage d'informations sur ce sujet, visitez la page Web suivante (lien cliquable) : <https://www.thecanadianencyclopedia.ca/fr/article/a-la-quebecoise-portraits-de-femmes-dexception>



VIE ASSOCIATIVE (suite)

Sortie à l'Îlot du Palais

Une sortie avait lieu le 14 mars dernier à « L'ÎLOT DU PALAIS », un site historique et archéologique exceptionnel ! D'abord, une visite commentée d'une première voûte avec un guide expérimenté ainsi qu'une visite libre des autres voûtes. Fait d'authentiques voûtes du 18^e siècle, ce lieu comprend plus de 500 000 artefacts d'histoire et de trésors inestimables.

Les participants ont fait de nombreuses découvertes sur l'histoire de la Nouvelle-France, entre autres celles sur la Brasserie Jean Talon, les trois palais de l'Intendant, les Magasins, les Prisons du Roi et la brasserie Boswell-Dow. La visite s'est terminée avec la nouvelle exposition immersive L'Îlot des Palais : Révélation raconte l'histoire incontournable de ce haut lieu de la Capitale.



Témoignage

Chers employés de l'APDA,

Je tiens à remercier l'APDA pour toute l'aide, l'attention et le dévouement qu'elle porte en priorité pour les personnes malentendantes comme moi, dans la vie. Entendre est aussi essentiel que de parler ou de voir le monde, en être privé s'est se murer chez soi en dehors des rencontres et de la vie active tous les jours.

Je ne remercierai jamais assez votre organisme et le cœur de ces personnes qui se dévouent en aide pour les gens en perte de l'ouïe (pour ma part c'est dû à un cancer de gorge).

De tout mon cœur,

Claude

Devenir membre

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.

Comment devenir membre?

- ✓ Remplir le formulaire d'adhésion, et
- ✓ Payer la cotisation au coût identifié aux différentes catégories selon la tarification adoptée par l'AGA:
 - par chèque à l'attention de : APDA, 7755, 1re 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 [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.

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