

# Programmation hiver/printemps 2020



**Autisme Montérégie a pour objectif d'améliorer la qualité de vie des personnes autistes et leur famille. Parmi les services offerts par l'organisme, les parents et les membres de la famille élargie peuvent s'outiller pour mieux accompagner et comprendre la personne autiste. De plus, des activités inclusives contribuant à briser l'isolement et enrichir la vie des enfants, des adolescents et des adultes autistes sont offertes sur le territoire de la Montérégie.**

## Inscription

L'inscription est obligatoire pour chacune des activités.

Pour s'inscrire à l'une ou l'autre des activités proposées :

Visitez la section ACTIVITÉS sur le site web au [www.autismemonteregie.org](http://www.autismemonteregie.org)

*\*Veuillez noter que les frais d'inscription ne sont pas remboursables sauf pour des raisons médicales (preuve requise).*

**Plusieurs activités sont réservées aux membres.**

Le tarif pour être membre est de 15 \$ annuellement (du 1<sup>er</sup> avril au 31 mars).

Rendez-vous au [www.autismemonteregie.org](http://www.autismemonteregie.org) à la section DEVENIR MEMBRE.

## Groupes de soutien

### Pour les parents | Réservés aux membres | **Gratuit**

Les groupes de soutien constituent une occasion pour les parents et pour les adultes autistes de s'enrichir de l'expérience d'autres personnes et d'une intervenante, dans une ambiance cordiale et sans jugement. Il n'y a pas d'obligation de participer à toutes les rencontres.

#### Groupes de soutien de parents d'enfants et d'adolescents autistes

<b>Beloeil</b>	Les mercredis : 15 janvier   19 février   18 mars   15 avril   20 mai	19 h à 21 h
<b>Châteauguay</b>	Les mercredis : 15 janvier   12 février   11 mars   8 avril   13 mai	19 h à 21 h
<b>Granby</b>	Les mardis : 28 janvier   25 février   31 mars   28 avril   26 mai	19 h à 21 h
<b>Saint-Jean-sur-Richelieu</b>	Les mardis : 14 janvier   11 février   10 mars   14 avril   12 mai	19 h à 21 h
<b>Sorel-Tracy</b>	Les mardis : 21 janvier   18 février   17 mars   21 avril   19 mai	19 h à 21 h
<b>Vaudreuil-Dorion</b>	Les mardis : 14 janvier   25 février   17 mars   14 avril   19 mai	19 h à 21 h

#### Groupe de soutien de Longueuil de parents d'enfants et d'adolescents autistes offert par l'APED

(pour inscription, communiquez au : 450 679-9310, poste 224)

<b>Longueuil</b>	Les mercredis : 15 janvier   19 février   25 mars   15 avril   20 mai   17 juin	19 h à 21 h
------------------	---	-------------

#### Groupe de soutien de parents d'adultes autistes

<b>Longueuil</b>	Les mercredis : 5 février   1 <sup>er</sup> avril   6 mai   3 juin	19 h à 21 h
------------------	--	-------------

### Pour les adultes autistes | Réservés aux membres | **Gratuit**

#### Groupes de soutien pour les adultes autistes

Soirée pour les adultes autistes (avec ou sans diagnostic) leur permettant d'échanger sur leur vécu et de partager des trucs et des stratégies pour améliorer leur qualité de vie.

<b>Longueuil</b>	Les mercredis : 8 janvier   19 février   11 mars   15 avril   13 mai	19 h à 21 h
<b>Saint-Hyacinthe</b>	Les jeudis : 23 janvier   27 février   26 mars   23 avril   28 mai	19 h à 21 h

## Ateliers

### Une personne autiste dans ma famille

| Animé par Sophie Plaisance, Autisme Montérégie

Cet atelier permet à la famille élargie de mieux comprendre le TSA et ses impacts tant sur la personne autiste que sur ses parents, ses frères et ses sœurs. Comment trouver le geste pour aider, tout en respectant ses propres limites? L'atelier permet d'obtenir des réponses à ces questions et d'échanger.

**Longueuil** Samedi 25 janvier 2020 9 h à 16 h

**Vaudreuil-Dorion** Samedi 16 mai 2020 9 h à 16 h

**Coût :** 25 \$

### Les principes d'intervention auprès d'une personne autiste

| Animé par Joëlle Charest, éducatrice spécialisée

Principalement axé sur l'intervention, cet atelier aborde les notions d'observation, d'analyse et de renforcement des comportements. La prévention des comportements difficiles sera approfondie dans le cadre de cet atelier. De plus, des stratégies gagnantes auprès des personnes autistes seront proposées.

**Longueuil** Samedi 21 mars 2020 9 h à 16 h

**Coût :** 25 \$

## Formation

### Formation pour animateurs et accompagnateurs en camp de jour

| Animée par Joëlle Charest, éducatrice spécialisée

Par le biais d'exposés théoriques et d'exercices pratiques, le participant sera sensibilisé aux caractéristiques, au fonctionnement, aux différents types d'intervention ainsi qu'à certains outils, afin de mieux soutenir les personnes autistes en contexte de camp de jour.

**Granby** Dimanche 31 mai 2020 9 h à 16 h

**Longueuil** Dimanche 7 juin 2020 9 h à 16 h

**Vaudreuil-Dorion** Dimanche 14 juin 2020 9 h à 16 h

**Coût :** 25 \$

Ces ateliers et cette formation sont offerts grâce au soutien financier des CISSS de la Montérégie

**Autisme Montérégie remercie les organismes qui lui prêtent des locaux, ce qui contribue largement à rendre ses activités possibles et à des coûts abordables. UN GRAND MERCI À :**

Cégep Édouard-Montpetit | Cégep Saint-Jean-sur-Richelieu  
CISSMO | APEH Richelieu-Val-Maska | Carrefour des groupes populaires de Saint-Hyacinthe | P.E.H.D.A.A. | La station de l'aventure | AGDIA | Répit Le Zéphyr | Mouvement Action Découverte

## Témoignages | Mois de l'autisme

Dans le cadre du mois de l'autisme et dans le but de maximiser l'impact de la sensibilisation à l'autisme, pour chaque billet acheté pour une soirée témoignage, bénéficiez d'un **2<sup>e</sup> BILLET GRATUITEMENT** afin d'être accompagné. Inscription requise (participant et invité).

### 3 étapes-clés pour mieux vivre l'autisme

| Présenté par Josée Durocher, Asperger et Dominik Labrosse, invétéré des jeux vidéo, survivant et Asperger

Diagnostiquée en 2019, Josée a trouvé le bonheur, enfin! S'il est une chose qu'elle affectionne par-dessus tout, c'est son mieux-être. Vous pouvez aussi faire comme elle en découvrant les trois étapes-clés pour mieux vivre l'autisme. Venez entendre son récit captivant de mère d'Asperger et de femme autiste.

**Longueuil** Mardi 7 avril 2020 19 h à 20 h 30

**Coût :** 5 \$ membre  
20 \$ non-membre

### Autisme : quand un père s'en mêle

| Présenté par Patrice Saucier, auteur du livre Papautisme, journaliste et fier père d'un garçon autiste

Quand l'autisme frappe à notre porte, tout peut arriver... et ça frappe! En tant que famille, en tant que couple... en tant que père aussi!

Comment « accueillir » l'autisme au sein de sa famille? Comment le père peut prendre sa place? Lorsque tout le monde fait sa part, y compris les pères, ce tour sans fin de montagnes russes peut aussi comporter ses nombreux moments de rires et de plaisir!

**Léry** Mercredi 22 avril 2020 19 h à 20 h 30  
(près de Châteauguay)

**Coût :** 5 \$ membre  
20 \$ non-membre



*infolettre*  
Unis pour l'autisme

Pour rester informé. Abonnez-vous au  
[www.autismemonteregie.org](http://www.autismemonteregie.org)

## Activités

### Pour les enfants

#### Club LEGO

GRATUIT

Autour d'un intérêt commun, les enfants autistes âgés de 6 à 12 ans ainsi que leurs frères et sœurs sont invités à venir s'amuser. Pendant que les enfants jouent, un café-rencontre permet aux adultes d'échanger. Une activité gratuite qui saura joindre tous les membres de la famille.

**Longueuil** (en collaboration avec la **Maison de la Famille Le Cavalier**)

Un dimanche par mois, de 10 h à 12 h (janvier à juin 2020)

Inscription : Sheila Ellien, 450 646-8808, mfclego@outlook.com

**Granby** (en collaboration avec **Amisphère/AGDIA**)

Bricolage et Lego, un dimanche aux deux semaines, de 10 h à 12 h (janvier à juin 2020)

Inscription : Diane Dumont, 450 372-0694, www.agdi.site

### Pour les adolescents autistes

#### Entrados

Sous forme de soirée de jeux de société, cette activité permettra aux adolescents autistes, âgés de 12 à 17 ans, de développer un sentiment d'appartenance et de briser leur isolement dans un contexte ludique et stimulant. Ces activités s'adressent aux adolescents ayant la capacité de fonctionner dans un ratio d'encadrement 1/6.

**Longueuil, deux vendredis soirs par mois**

**Session hiver/printemps**

17 janvier au 5 juin 2020

18 h 30 à 21 h

**Coût : 77 \$**

#### Mon premier emploi d'été

Grâce au soutien de l'agent d'intégration d'Autisme Montérégie et d'une conseillère à l'emploi du SEMO Montérégie, les adolescents autistes âgés de 15 à 17 ans qui souhaitent vivre une première expérience de travail, pourront recevoir le soutien relatif à la préparation de l'entrevue pour être recrutés par une coop d'initiation à l'entrepreneuriat collectif (CIEC). Les jeunes qui seront choisis et leurs parents bénéficieront de soutien selon les besoins et les défis qui se présenteront à eux.

Inscription : communiquez au 450 646-2742 poste 201 ou au 1 888 424-1212 (ligne sans frais)

### Pour les adultes autistes

#### Répît | Fin de semaine pour adultes autistes

Séjour de fin de semaine en chalet se déroulant du vendredi soir au dimanche après-midi pour adultes autistes en mesure de fonctionner dans un ratio d'encadrement 1/6. Ce projet est conçu pour offrir du répît autant aux parents qu'aux personnes autistes. Nombre de places limité (formulaire à remplir et rencontre préalable pour évaluer le fonctionnement des participants).

**Coût : 125 \$** incluant encadrement, transport (à partir de Longueuil, arrêt à Pointe-Claire), hébergement, repas et activité.

**Date du séjour :** 31 janvier au 2 février 2020

**Critères :** Être membre d'Autisme Montérégie, résider sur un des territoires de CISSS de la Montérégie (est, ouest ou centre), fonctionner dans un ratio d'encadrement 1/6, résider chez ses parents et avoir un diagnostic d'autisme.

**Inscription :** communiquez au : 450 646-2742 / 1 888 424-1212, poste 201 pour recevoir le formulaire à compléter.

#### Club adulte

Ce service s'adresse aux adultes autistes, âgés de 18 ans et plus et ayant la capacité de fonctionner dans un ratio d'encadrement 1/6. Les objectifs du Club consistent à fournir un endroit chaleureux afin de leur permettre de créer des liens entre eux, de développer un sentiment d'appartenance et de briser l'isolement tout en favorisant l'autonomie et la participation sociale. Exemple d'activités : restaurant, arcade, cinéma, jeu d'évasion, atelier de cuisine, jeux de société, etc.

**Longueuil, deux vendredis soirs par mois**

2 groupes possibles selon le besoin de soutien pour socialiser.

**Groupe 226** ratio d'encadrement 1/6

**Groupe 301** ratio d'encadrement 1/12

Locaux du Cégep Édouard-Montpetit

**Session hiver/printemps**

24 janvier au 12 juin 2020

19 h à 22 h

**Coût : 85 \$**

**Vaudreuil-Dorion, deux vendredis soirs par mois**

Groupe offert par l'organisme **P.E.H.D.A.A.**

**Session hiver/printemps**

17 janvier au 12 juin 2020

19 h à 21 h

**Coût : 99 \$** (11 rencontres)

**Inscription** auprès de l'organisme P.E.D.H.A.A. au 450 424-7505

### Pour les parents

#### Accès Répît

Une solution en matière de gardiennage à domicile et d'accompagnement pour les personnes autistes ou en attente de diagnostic, de tout âge et tout niveau d'intensité. Nombreuses sont les facettes du service Accès Répît.

#### Heures à tarif réduit pour Accès Répît

Dans le cadre d'une Entente de service avec les Centres intégrés de santé et de services sociaux de la Montérégie (CISSS), Accès Répît alloue désormais des heures de répît à tarif réduit aux familles du territoire.

Pour connaître les secteurs couverts ou pour obtenir plus d'information, rendez-vous au [www.autismemonteregie.org](http://www.autismemonteregie.org) ou communiquez au 450 646-2742, poste 201 ou au 1 888 424-1212 (ligne sans frais).



AU MANOIR ROUVILLE-CAMPBELL

**Le jeudi 29 octobre 2020**

# COLLOQUE SUR L'ANXIÉTÉ

1<sup>er</sup> colloque portant sur l'anxiété et l'autisme en Montérégie

22 février 2020 | 9 h à 16 h  
Hôtel Sandman, Longueuil



Cette journée conviviale permettra de mieux comprendre l'anxiété et son impact sur les personnes autistes et leur famille.

## HORAIRE DE LA JOURNÉE

### 8 h 30 | Accueil

### 9 h à 10 h 15 | Comment reconnaître l'anxiété et les défis liés à l'autisme

| Animée par Stéphanie Deslauriers, psychoéducatrice, autrice, conférencière et chroniqueuse dans les médias

Stéphanie partagera ses connaissances et son expérience sur l'autisme et, plus particulièrement, sur l'anxiété qui peut y être associée. Qu'est-ce que l'anxiété et comment la distinguer du stress? Quelles sont les situations qui peuvent être anxiogènes pour les personnes autistes et quels en sont les manifestations? L'anxiété est-elle vécue différemment chez les personnes neurotypiques et les personnes autistes? La conférencière tentera de démystifier à travers des exemples concrets et touchants, ainsi qu'en s'appuyant sur des données scientifiques validées.

### 10 h 45 à 12 h | Outils et stratégies testés et approuvés par des personnes autistes

| Animée par Lucie Latour, enseignante, mère, sœur, tante, cousine et amie de personnes autistes, conférencière et animatrice d'ateliers

Lucie présentera quelques outils portant sur l'anxiété. Aussi, elle partagera des pistes possibles pour mieux vivre avec l'anxiété, basées sur des conseils de ses plus grands professeurs : des amis autistes aux prises avec cette difficulté.

### 12 h | Dîner sous forme de buffet

### 13 h à 14 h 15 | L'impact de l'anxiété sur l'entourage

| Animée par Kathleen Leboeuf, Éclusier du Haut-Richelieu, soutien à l'entourage d'une personne atteinte d'un trouble de santé mentale

Vivre avec une personne anxieuse peut s'avérer parfois difficile. L'incompréhension, la colère, l'anxiété, l'impuissance et la culpabilité font partie du quotidien des parents, grands-parents, conjoints/conjointes, frères/sœurs, collègues de travail, qui souvent ne savent pas comment réagir. Cette conférence permettra, dans un premier temps, de mieux comprendre les émotions vécues par les proches aidants, puis d'identifier des stratégies et outils à mettre en place.

### 14 h 30 à 15 h 45 | L'autisme et ce parasite nommé anxiété - minimiser les dégâts

| Animée par Valérie Jessica Laporte, maman, amoureuse, artiste et blogueuse, *Au royaume d'une Asperger*

Valérie Jessica expliquera comment elle vit avec l'anxiété au quotidien et comment elle a réussi à développer des moyens pour y arriver. Sa façon différente de fonctionner, elle l'accepte mieux et elle ressent davantage l'acceptation des autres. Son ouverture face aux défis que pose sa différence lui permet de cheminer parmi les humains!

Coûts (dîner inclus) :

50 \$ personne autiste membre | 80 \$ parent membre

110 \$ organisme communautaire et non-membre | 160 \$ intervenant

Inscription : [autismemonteregie.org](http://autismemonteregie.org)



755, boul. Sainte-Foy, bureau 210, Longueuil (Québec) J4J 1Z4

Téléphone : 450 646-2742 | Sans frais : 1 888 424-1212

Télécopieur : 450 646-4633 | [autismemonteregie.org](http://autismemonteregie.org)