



Le BulleTED

Autisme Mauricie, Décembre 2019
Numéro 49

La magie de Noël est de retour chaque année et le plus grand des cadeaux est de passer ces fêtes de fin d'année entourée de sa famille et de ses amis. Préparer Noël avec un enfant autiste n'est pas toujours facile. Nous avons réalisé ce BulleTED dans l'intention de vous aider et que vous puissiez vous sentir appuyé.

Il ne faut pas oublier qu'au pays des flocons de neige, aucun ne se ressemble. « Tous différents » semble être leur devise. Pourtant, apparemment, rien ne ressemble plus à un flocon de neige qu'un autre flocon de neige. Lors d'une tempête de neige, il y aura une diversité remarquable de formes et de tailles.

À nouveau, et comme chaque année, il y a de la magie dans l'air. Cette magie est là pour que chacun de nos rêves puisse être réalisé. Que cette année qui vient soit remplie de folies, de surprises, d'aventures, mais surtout d'amour!

Martine Quessy
Directrice générale



Joyeuses fêtes!

L'équipe

- Directrice générale – Mme Martine Quessy
- Adjointe administrative – Mme Nancy Lebel
- Coordinatrice en intervention - Mme Sarah Morvan

Le conseil d'administration

- Présidente - Mme Sandra Pronovost, membre répondant
- Vice-président – M. Michel Courteau, membre répondant
- Trésorerie - M. René Bernard, membre répondant
- Secrétaire – Mme Lise Veillette, membre sympathisant
- Administratrice – Mme Marie-Ève Florant, membre répondant
- Administrateur – M. Philippe Picard, membre répondant
- Administrateur – M. Steve Grenier, membre majeur avec diagnostic

Chroniqueurs et reporteurs

- Mme Geneviève Verreault, membre majeure avec diagnostic
- Mme Sandra Pronovost, membre répondant
- Mme Sarah Morvan, coordinatrice en intervention

Ho Ho Ho Horaire du temps des fêtes!

Le local sera fermé
du 19 décembre au 6 janvier.

Notez que nous prendrons les
appels jusqu'au 23 décembre.
Par la suite nous retournerons
les appels importants.

Mme Quessy sera de retour le
13 janvier 2020.

Je souhaite à tous nos membres un Noël des plus joyeux ainsi qu'une bonne et heureuse année 2020. Profitez bien de cette période festive avec vos proches, mais surtout, pour prendre le temps de prendre votre temps. Notre quotidien est souvent fait de batailles à mener, d'obstacles à contourner et de défis à relever, mais il est bon de se recentrer sur les belles choses de la vie et toutes les petites victoires. Joyeuses fêtes à tous!

Mme Sandra Pronovost

Tout spécialement pour vous, à l'occasion de ces temps festifs à venir, dites-vous que vous faites partie de ces gens que j'apprécie. Vous dégagez une énergie positive et cette énergie est communicative. Pour moi, vous n'êtes pas simplement qu'une connaissance ou un membre d'Autisme Mauricie, vous êtes des gens qui ont beaucoup d'importance et, en ce temps des fêtes, il me semble que c'est un bon moment pour vous l'exprimer. Joyeux Noël et bonne année 2020!

M. Michel Courteau

Joyeuse période des fêtes à tous. Profitez de cette période pour avoir des rapprochements avec tous ceux que vous aimez.

M. René Bernard

Culturellement parlant, dans notre société, le temps des fêtes est supposé être un temps de réjouissance. Pour certains d'entre vous, certains d'entre nous dis-je, il faut se le rappeler : on est censé être heureux de changer nos routines, de voir nos proches nous ressortir pour la 1000^e fois « qu'ils nous dompteraient ça s't'affaire là », de subir des contacts physiques non désirés avec des collègues ou amis, de voir nos êtres chers ou bien nous-mêmes être complètement surchargés par les odeurs qui sortent de l'ordinaire, les lumières des décorations, les bruits agressant... Je ne me contenterais donc pas du souhait usuel souvent vide de sens. Je vous souhaite un temps des fêtes non seulement joyeux, mais également agréable, inclusif et respectueux de vos différences et de celles des gens que vous aimez.

M. Philippe Picard

Je souhaite à toutes et à tous un merveilleux temps des fêtes. Que l'on puisse profiter de cette période, souvent très intense pour prendre soin de nous et de tous ceux et celles que nous aimons. Mais, surtout, que l'année 2020 soit celle de la célébration de la différence. Joyeuses fêtes!

Mme Lise Veillette



★ Le dimanche 8 décembre

Un après-midi en famille avec le père Noël

- ★ Arrivez dès 12 h 30, car le père Noël fera son entrée à 13 h 15
Les activités prennent fin à 16 h 30
- ★ Au local d'Autisme Mauricie
2019, avenue des Coopérants
819 840-6556 – **INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

Vous avez jusqu'au 5 décembre pour vous inscrire à cette activité gratuite, réservée exclusivement à nos jeunes membres et à leur fratrie.

- ★ Activités
- ★ Cadeaux
- ★ Gâteries
- ★ ...

★ Le vendredi 13 décembre

Vendredi en folie en pyjama

- ★ Arrivez dès 11 h 00
- ★ Au local d'Autisme Mauricie
2019, avenue des Coopérants
819 840-6556 – **INSCRIPTION OBLIGATOIRE**

Pizzas, frites et boissons gratuites pour nos membres
(Les invités non membres devront payer leur repas.)

★ Soirée Loup-garou en pyjamas animée par les Mauvais perdants

- ★ Début à 19 h 00
Se termine à 21 h 00
- ★ Activité gratuite, mais l'inscription est obligatoire
Bienvenue à tous (membres et non-membres)



Nos activités

Rencontre entre parents Parlons-en de TSA

Vous êtes invités à venir vous joindre à nos groupes de parents qui se rencontrent mensuellement. Aucun sujet précis, simplement des personnes rassemblées autour d'une table, un café à la main, quelques beignes, discutant d'un point commun... le TSA.

Ces rencontres ponctuelles, entre parents, enrichissent nos vies et permettent d'échanger ensemble sur le quotidien des parents.

3 R	19 h 00 À 21 h 00	<ul style="list-style-type: none"> •13 janvier •3 février •9 mars 	Autisme Mauricie 2019, avenue des Coopérants
St-Tite	19 h 00 à 21 h 00	<ul style="list-style-type: none"> •14 janvier •4 février •10 mars 	Bureau du CIUSSS 750, rue du Couvent, local 50
Shawi	19 h 00 À 21 h 00	<ul style="list-style-type: none"> •15 janvier •5 février •11 mars 	Mme Manon Desaulniers 1583, 51^e Rue, app. 1
La Tuque	18 h 30 à 20 h 30	<ul style="list-style-type: none"> •3 décembre •21 janvier •11 février •17 mars 	Hôtel Marineau La Tuque 3250, boulevard Ducharme Local 226 INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Advenant une tempête de neige, un employé malade, etc., la rencontre sera annulée et elle ne sera pas reportée. Un message sera publié sur Facebook et les personnes inscrites seront avisées personnellement.



Votre chance de visiter notre Chapiteau Dans ma bulle!

Le 6 décembre prochain, nous serons au Collège Laflèche pour faire vivre l'expérience aux étudiants lors de leur symposium. Vous y êtes tous les bienvenues 😊 de 14 h 00 à 17 h 00.

Dans la cafétéria, plus précisément dans salle Hubert Reeves.

Nos activités (enfants & ados)



Le service d'activités jeunesse est offert à tous les samedis. **Pour nos jeunes membres âgés de 6 ans à 14 ans.**

- De 9 h 30 – 16 h 00
- Au local d'Autisme Mauricie

Nos activités permettent aux jeunes de socialiser, de développer leurs habiletés sociales, de créer des liens d'amitié, de pratiquer leur motricité fine et globale, etc. Au cours de ces activités, on peut faire des interventions personnalisées à chacun, afin qu'ils développent des compétences et de l'autonomie. Nous pouvons offrir une journée d'intégration pour un enfant, afin qu'il voit le milieu, les autres enfants et qu'il participe graduellement aux ateliers proposés.

- ★ Appelez-nous pour plus d'information
- ★ Les participants doivent s'inscrire à l'avance en appelant chez Autisme Mauricie
- ★ Minimum de 3 participants requis

Dernier samedi de l'année 2019, le 7 décembre. De retour le 25 janvier 2020.



Dans le but de faciliter l'inclusion de nos jeunes à des activités publiques, nous offrons des cours de natation. Ces cours ont également le mandat de les sensibiliser aux nombreux risques liés aux piscines, rivières, lacs...

Enseignante : Mme Sabrina Plamondon

Âge des participants : 4 ans à 8 ans

Durée : 9 cours - Prochaine session : Fin février ou début mars 2020



Pédago ados robot

Projet Philon

Pour toi, jeune adolescent du secondaire, une nouvelle activité t'est proposée!

- De 12 h 30 à 16 h 30
- Prévoir une collation
- Cette activité est gratuite pour nos membres

Apprendre en s'amusant ou s'amuser en apprenant, avec des capteurs, des moteurs, tout en programmant un mini ordi. Tu aimerais découvrir l'univers de la robotique? Joins-toi à nous lors des vendredis pédagogiques.

Shawinigan - Maison de la Revitalisation, 383, rue Frigon

Trois-Rivières – Autisme Mauricie 2019, avenue des Coopérants

M. Grégoire, passionné de sciences et de robotique, saura te guider dans cette activité où s'unit, pièce par pièce et grâce à la folie de la programmation, un robot que tu pourras contrôler selon tes désirs.

31 janvier

14 février

20 mars

27 mars

24 avril

8 mai

15 mai

Nos activités (adultes & inclusives)

Activité adulte



Membre TSA haut niveau,
de 18 ans et plus
18 h 30 - 20 h 30

12 décembre

23 janvier

6 février

20 février

5 mars

19 mars

2 avril

16 avril

Le groupe l'UniTED accueille des personnes vivant avec un TSA, résidentes de la région de la Mauricie et âgées de 18 ans et plus. Les sujets variés sont choisis par nos participants et à l'image de leurs besoins. Bienvenue aux personnes avec trouble de la communication social.

Les vendredis en

Folie



Les vendredis après-midi sont consacrés aux divertissements. Plusieurs membres de notre groupe d'adultes de l'UniTED viennent au local et aimeraient échanger avec des parents et de jeunes enfants autistes. Nous organisons des activités pour les adolescents : jeux vidéo, jeux de table, discussions...

- ★ Si tu es intéressé à manger avec nous, nous commandons le lunch à 12 h 15.
- ★ Retour de congé des fêtes, le 17 janvier.



Si tu aimes les histoires de science-fiction et les mondes imaginaires... Si tu veux partager tes idées et des aventures avec un petit groupe qui aime les mêmes choses que toi... Le Club Technotron, c'est pour toi! Saisis ta chance d'essayer un jeu de rôles conçu par des aventuriers de l'espace. Prends le contrôle d'un personnage et pars à l'aventure dans le monde imaginaire d'un auteur. Tu pourras mesurer tes capacités stratégiques et développer ton sens du leadership en surmontant des situations simulées.

La soirée est animée par nul autre que M. Patrick Loranger, auteur de science-fiction et éducateur. Il a œuvré 19 ans auprès du mouvement scout à travers la Mauricie. L'univers de Technotron est riche de nombreuses années d'aventures et de scénarios allant du plus percutant au plus intrigant. L'auteur et animateur du club vise non seulement à divertir, mais à transmettre des valeurs saines, à développer la communication et les habiletés sociales des joueurs, dans une ambiance amicale et décontractée.

Joins-toi à nous!

- À tous les 2 vendredis
- De 14 h 00 à 21 h 00



L'Autisterie est une activité créative qui permet à nos membres de démontrer leurs talents créatifs. Sur les conseils de Mme Michelle Bourassa, artiste, les participants réalisent divers projets. Que ce soit la fabrication de bijoux, la modélisation de personnages, les transferts d'images ou encore le Papercraft. Cette activité est pour tous nos membres incluant les membres répondants (parents). Prenez note que les enfants doivent être accompagnés d'un parent.

- ★ Cette activité a lieu les mercredis de 13 h 00 à 16 h 00

Nous ferons relâche du 11 décembre 2019 au 22 janvier 2020.

Devant l'adversité

Aaaah, Noël. Avec nos cocos, on a l'habitude que les fêtes ne soient pas forcément synonymes de joie. En effet, les changements de routine peuvent être accueillis avec force et cris... Et l'incertitude de recevoir son cadeau est rarement une saine anticipation, et plus souvent une obsession anxigène qui le hantera jusqu'à ce qu'il ait sa réponse. Pis évidemment, le jour de Noël, coco réagit au déballage des cadeaux. En bien, en mal, calmement, intensément : il y a autant d'autisme que d'artistes, les réactions dépendront de chacun. On prépare son enfant comme on peut, parce qu'on veut que ce soit un moment magique pour lui aussi.

Et là, vous entendez LA réflexion qui fâche : « ouin, avec moi ce serait pas passé, parce que si mon gars avait fait une crise de même, je ne l'aurais pas laissé faire, moi. En tout cas, tu fais bien ce que tu veux... » Merci, matante. Mon quotidien est fait de combats. De combat pour avoir le diagnostic, de combat pour avoir du soutien en CPE, puis à l'école, de rencontres, de plan d'interventions, parfois de rencontres avec ergothérapeute, orthothérapeute, psychiatre, même. Après le deuil de l'enfant neurotypique, les 10 000 remises en question que je vis au quotidien pour essayer de m'adapter à sa réalité, et tous ces combats à mener, ta remarque, elle m'a blessée. Et là, vous êtes épuisé, blessé, et vous devez répondre poliment sans vexer matante. Quoi dire?

Mon conseil serait d'être honnête. Nommez-lui votre réalité. Si vous travaillez avec des spécialistes, parlez-lui s'en. Si vous êtes entre parents, et que vous vous fiez à votre instinct, vous pouvez lui dire aussi. « Tu sais, matante, il y a déjà plusieurs intervenants qui sont là pour me conseiller, et leurs conseils sont basés sur les meilleures pratiques, alors on fait déjà de notre mieux. Ou encore, « on a déjà essayé de faire comme toute le monde et comme ça ne fonctionne pas, on fait comme on peut! » Nommez-lui si vous ne voulez plus qu'elle vous en parle, nommez-lui vos limites. Et si vous êtes trop fatigué pour argumenter, alors vous pouvez toujours agir comme avec mononcle.

Oui, Mononc', lui qui veut rien savouère, lui qui pense connaître ton gars. « Ah ouin il va à l'école ton gars? J'pensais pas qu'il était capable. De toute façon, on n'en fera pas un médecin, hein? » avant de ricaner pis de changer le sujet. Pas fort, fort, mononcle. La capacité de s'adapter à différentes situations sociales, ça n'est pas un critère pour réussir des études de médecine. Vous lui avez déjà dit, d'ailleurs, pis il a levé les yeux. Malheureusement, ça peut être très frustrant, mais la meilleure réaction à avoir face à ce type de personne (fermée, persuadée d'avoir la réponse à tout, dénigrante mais pas malveillante), c'est l'ignorance. Changez de sujet, levez-vous, aller parlez à quelqu'un qui ne va pas vous énerver, allez aux toilettes, sortez dehors. Changez-vous les idées, car le message ici c'est que réagir ne le fera vraisemblablement pas changer d'avis. Par contre, cela va vous contrarier pour la soirée à coup sûr. Or, si vous êtes contrarié, c'est vous qui allez être pénalisé. Donc, on l'ignore, on prend soin de nous et on passe un beau moment avec quelqu'un d'autre jusqu'à ce qu'on se sente capable de lui parler à nouveau. Faites-le pour vous, vous l'avez mérité. Vous êtes capable!

Courage!

Sarah

Outil joint à ce BulleTED

Nous avons joint un outil pour réaliser un scénario social pour faciliter vos sorties du temps des fêtes.

Cet outil peut être malléable et adaptable pour votre enfant. Si vous désirez la copie format Word, vous pouvez communiquer avec nous.



Noël pour moi.



Je suis heureuse de vous retrouver en ce mois de novembre. Le mois de novembre, je l'attendais avec impatience quand j'étais enfant. Le 1^{er} novembre était pour moi la première journée du Temps des fêtes, une période que j'ai toujours beaucoup aimée.

J'aimais beaucoup assister à l'arrivée du père Noël, entre autres au Centre commercial Les Rivières. Aller m'asseoir sur ses genoux, ça c'était une autre histoire surtout dans mes plus jeunes années. Je ne m'assoiais que sur le bout de ses genoux, je lui disais rapidement ce que je voulais comme cadeau, je prenais le cadeau qu'il me donnait, cahier à colorier, bonbon et je m'en allais. J'avais 7 ans la première fois que l'on a réussi à me prendre en photos sur les genoux du père Noël au centre commercial. À partir de ce moment-là, je restais plus longtemps sur les genoux du père Noël. Quand j'étais jeune, le père Noël ne venait pas donner de cadeaux chez moi ou à l'endroit où je fêtais Noël. J'étais à cette époque le bébé de la famille et mes cousins et cousines qui fêtaient Noël avec moi étaient adolescents. La première fois qu'un père Noël est venu donner des cadeaux dans une fête de famille, j'avais 11 ans et je commençais à douter de l'existence du père Noël. C'est mon père qui s'était déguisé en père Noël pour mon frère âgé de 4 ans et mon cousin âgé de 3 ans. Durant la distribution de cadeaux, j'ai voulu donner un cadeau qui était pour mon papa au père Noël. Celui-ci m'a répondu : « Je ne suis pas Michel (prénom de mon père), il s'occupe de mes rennes dehors. » J'ai dû attendre que mon père ait enlevé son déguisement de père Noël pour lui donner ses cadeaux. J'ai ressenti de la déception quand j'ai eu la confirmation que le père Noël n'existait pas.

J'étais impatiente d'arriver à la première fin de semaine de décembre pour décorer le sapin et commencer à ouvrir les cases de mon calendrier de l'Avent. J'ai toujours aimé les cadeaux. La distribution de cadeaux a toujours été un de mes moments favoris de la fête. Je

ne suis pas du genre à vouloir savoir ce que j'aurai en cadeaux. J'aime les surprises. Je me sentais fébrile, excitée, mais pas angoissée. Quand j'étais enfant, j'étais impatiente d'ouvrir les cadeaux. Je trouvais ça long parfois d'attendre tard dans la nuit après le goûter. J'ai montré quelques fois des signes d'impatience qui ont probablement agacé les adultes. J'étais tellement excitée que j'avais de la difficulté à dormir durant la soirée du 24 décembre. Je réussissais à dormir quand nous faisons de longues heures de route en automobile, comme pour nous rendre chez ma marraine qui habite dans la région du Mont-Tremblant. Ma difficulté à dormir a rendu moins intéressant certains Noël. J'étais de moins bonne humeur et je me suis parfois endormie avant la distribution de cadeaux. J'avais bien hâte de découvrir si j'aurais ce que j'avais demandé au père Noël. Si je ne l'avais pas, j'étais incapable de cacher ma déception. Je ne comprenais pas qu'il fallait dire que l'on aime un cadeau même si on ne l'aimait pas. Encore aujourd'hui, j'ai de la difficulté à cacher qu'un cadeau ne me plaît pas. Je me suis fait chicaner pour des propos qui allaient à l'encontre des normes sociales. On m'a raconté que j'avais déjà jeté au bout de mes bras un cadeau que je n'aimais pas, j'avais 3 ans et 11 mois. J'ai déjà montré des signes d'impatience, car j'avais hâte que ce soit à mon tour d'ouvrir un cadeau surtout quand j'ai commencé à avoir des cousins et des cousines plus jeunes que moi. Je précise que je n'avais pas mon diagnostic d'autisme quand j'étais enfant. J'avais 7 ans et j'étais en deuxième année. C'est chez moi qu'avait lieu le party de Noël. Ma tante m'a surprise en train de manipuler les cadeaux qui se trouvaient sous le sapin. J'en mettais certains dans le même coin. Elle m'a demandé ce que je faisais. Je lui ai dit que tous les cadeaux que je mettais dans le coin étaient pour moi. Elle m'a demandé comment je savais ça. Je lui ai répondu : « C'est écrit Geneviève sur les cadeaux. Je sais lire maintenant. » En vieillissant, j'ai découvert le plaisir de donner.

Aujourd'hui, j'aime autant donner que de recevoir des cadeaux. J'ai bien hâte de découvrir les réactions de mes proches quand ils vont débiller les cadeaux que je leur offre. Sur ce, je vous souhaite un Joyeux Noël. Que des moments magiques et des petits bonheurs s'invitent dans vos fêtes de fin d'année.

Adaptations festives

Nous le savons tous, le temps des fêtes est synonyme de bonnes bouffes, de musique, de party de bureau, d'amis et de famille et de cadeaux, mais aussi de changements de routine, de bruits, d'odeurs, d'excitation et d'attente pour nos enfants TSA. Mon article d'aujourd'hui portera sur les adaptations que j'utilise avec mon fils pour cette période festive.

Dans un premier temps, la semaine entre Noël et le jour de l'An étant habituellement remplie de plusieurs rencontres familiales et d'amis, ces jours sont réservés au repos, et je réduis les exigences pour mon fils. Aussi, je prévois des activités (p. ex., cinéma, centre récréatif, etc.) que les journées où nous n'avons rien d'autre à l'horaire, mais je trouve important que certains jours nous restions tranquilles à la maison, à ne « rien faire ».

J'utilise un calendrier pour toute la famille et j'y inscris les journées d'école et de congé. Je fais un décompte avec mon fils en biffant les jours avec lui pour le motiver, car la fatigue est présente en cette période de l'année. De plus, pendant la semaine de Noël et du jour l'An, j'essaie idéalement de lui faire un horaire de la journée, avec des pictogrammes ou des dessins, pour lui illustrer le déroulement de la journée. Mon fils me demandant à de nombreuses reprises quand commencera l'activité spéciale de la journée (party, sortie, arrivée des invités), j'utilise le Time Timer pour l'aider à gérer cette attente.

Pour les différents partys, je prévois d'apporter des objets réconfortants pour mon fils (doudou, peluches, etc.) ou pouvant l'apaiser (lézard lourd, objets à manipuler) ainsi que des jeux et jouets qu'il aime et des collations ou des aliments pour le faire patienter avant le repas ou pour pallier ses rigidités alimentaires. Aussi, je mets dans son sac un pyjama afin qu'il puisse l'enfiler durant la soirée pour qu'il soit plus confortable et aller au lit directement à notre retour à la maison. De plus, je m'arrange avec notre hôte pour que mon fils puisse se retirer dans une chambre, une pièce ou un espace à l'écart quand il sera en surcharge, pour en prévenir une ou tout simplement pour s'y reposer. J'y place ses objets réconfortants et apaisants et lui montre cet endroit à notre arrivée.

Sur place, j'observe mon fils, car je suis la mieux placée pour savoir quand cela commence à être trop pour lui. Je lui donne de petites responsabilités (p. ex., aider à

distribuer les cadeaux ou à déballer mes cadeaux, à ramasser tous les papiers), lui permets de jouer ou d'utiliser les cadeaux qu'il reçoit et lui propose de petites activités (dessiner, jouer avec les jeux/jouets apportés). J'essaie également de prévenir les surcharges en l'invitant à se retirer à l'endroit prévu ou en l'y conduisant quand je vois qu'il en aurait besoin. Il peut bien entendu venir nous rejoindre quand il se sent prêt à le faire. Je lui offre des collations, car les repas sont rarement aux heures habituelles, et cela permet aussi de prendre ses médicaments au bon moment. Mon fils trouve difficile de manger à une table où sont assises plusieurs personnes. Je lui permets donc de manger à l'écart (et prends des dispositions au préalable avec notre hôte pour que cela soit possible).

Je crois que l'important est d'être à l'écoute de notre enfant. Nous sommes les mieux placés pour savoir ce dont il a besoin et quand c'est trop pour lui. Selon moi, la clé est de s'adapter, de bien se préparer et de prendre des arrangements avec notre hôte. Rien n'est parfait, mais cela devrait permettre à tous de passer un bon moment.

Joyeuses fêtes à tous!

Sandra



**Procurez-vous
votre livret des
Chevaliers de
Colomb**

U.S. • Tickets buyers must be 18 years old or over.

1 BILLET / 1 TICKET	2,00\$
3 BILLETS / 3 TICKETS	5,00\$
(6 billets) / 1 BOOKLET (6 tickets)	10,00\$



Cette année
je donne PLUS...
grâce à FundScrip.

En offrant des cartes cadeaux
ou en les utilisant pour mes
préparatifs des fêtes, je fais une
pièce deux coups, car je
soutiens en même temps
Autisme Mauricie.

**Dernière commande pour
2019: 12 décembre.**
(livraison le 17 décembre)



**Parfait pour se
glisser dans une
carte de Noël pour
offrir en cadeau!**

**Alors que nous
faisons tous notre
part pour réduire
les déchets,
rappelez-vous que
FundScrip propose
des cartes-cadeaux
rechargeables.**



Bénévoles recherchés

pour activité de financement

19/20/21/22/23 décembre

Nous avons besoin de toi pour atteindre notre objectif.

Appelle-nous pour t'inscrire, nous avons plusieurs plages
horaires à te proposer. 😊

Nouveauté ! Nouveauté ! Nouveauté ! Nouveauté !

Nous avons comme article promo, un ensemble de 4 sacs réutilisables pour les fruits et légumes, avec une étiquette indiquant le poids du sac vide pour aider les préposés aux caisses. Les codes-barres peuvent être lus au travers le sac.

- 1 petit
- 2 moyens
- 1 grand

10 \$ l'ensemble

Pensons à notre planète!



Concours

Pour t'inscrire, envoie-nous ce dessin colorié. Nous procéderons au tirage de la tortue Manimo le 24 décembre.

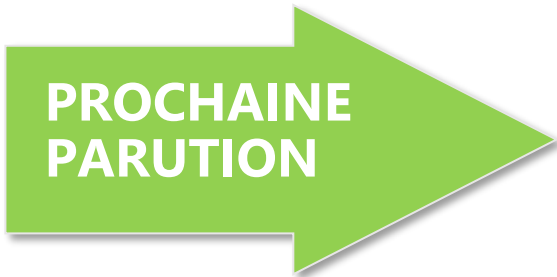
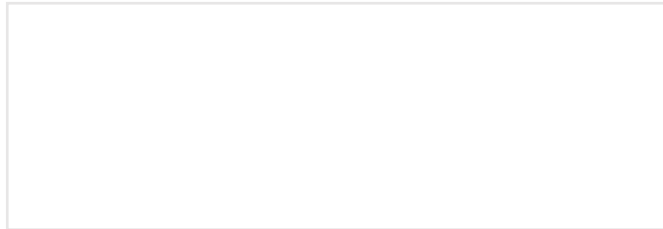


Nom : _____

Prénom : _____

Numéro de tél. : _____

Autisme Mauricie
2019, avenue des Coopérants
Trois-Rivières (Québec) G8Z 2G4



mars 2020



Nous joindre :

 **819 840-6556**

 **2019, avenue des Coopérants
Trois-Rivières QC G8Z 2G4**

  **autismemauricie.com**

 **information@autismemauricie.com**



YOUNG
ÉLECTRIQUE INC.
ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN 

9575 Boulevard des Forges
Trois-Rivières, QC G8Y 4G8
819 371-8917

Merci!