



# Le BulleTED

Autisme Mauricie, octobre 2017  
Numéro 40

*Bonjour chers membres,*

*Merci pour votre présence en grand nombre lors de notre assemblée générale annuelle. Votre participation nous démontre l'importance qu'Autisme Mauricie représente pour vous et c'est merveilleux de se sentir appuyé comme vous le faites. C'est aussi lors de l'assemblée que vous avez élu votre nouveau conseil d'administration.*

*Une autre année d'activités vous est offerte et elle vise à répondre au maximum à vos besoins. C'est le retour des soirées d'information et des conférences, dont une journée d'information sur la génétique, un sujet qui pique notre curiosité. Nous vous invitons à réserver votre place très rapidement puisqu'elles sont limitées. Vous avez aussi la possibilité d'avoir accès à un service de garderie lors de nos soirées.*

*Notre équipe est prête à faire évoluer votre organisme. Nous vous acheminerons un sondage dans les prochains jours. D'ici-là, nous sommes toujours aux aguets de vos besoins, alors faites-nous des suggestions : activités, sujets de soirées info, textes pour le BulleTED...*



Autisme  
Mauricie

**Martine Quessy**  
**Directrice générale**



## L'équipe

- Directrice générale – **Mme Martine Quessy**
- Adjointe administrative – **Mme Nancy Lebel**
- Coordinatrice en intervention - **Mme Jessica Pépin-Turgeon**

## Le conseil d'administration

- Président - **M. Claude Villemure**, *membre sympathisant*
- Vice-président – **M. Michel Courteau**, *membre répondant*
- Trésorière – **Mme Catherine Leclair**, *membre sympathisant*
- Secrétaire – **M. Émanuel Barry**, *membre majeur avec diagnostic*
- Administratrice – Mme Lise Veillette, *membre sympathisant*
- Administratrice – Mme Elaine Beaudin, *membre sympathisant*
- Administrateur – M. Philippe Picard, *membre répondant*



Chez Autisme Mauricie, nous avons des groupes de membres bénévoles qui aimeraient s'impliquer selon les MRC, que ce soit pour le mois de l'autisme, lors des campagnes de financement ou lors de la vente de produits de sensibilisation... Contactez-nous pour plus d'information.

## Tupperware



AU PROFIT



**DIMANCHE 5 NOVEMBRE  
À 11h00**

**Au local d'Autisme Mauricie  
Venez participer à un  
atelier culinaire Tupperware!**

De 15% à 40% de profit remis directement à l'organisme !!

### OBJECTIF : Équiper la cuisine d'Autisme Mauricie

Vous ne pouvez être présents?  
Pas de problème! Vous pouvez dès maintenant  
passer votre commande dans l'un des deux  
catalogues à l'adresse suivante :  
<http://fr.tupperware.ca/shop-publications>



**Pour commander :  
Martine Quessy  
(819) 840-6556**



Pour faciliter la gestion, paiement en argent ou par chèque seulement  
(au nom de Geneviève Garceau)

Vous courez la chance de gagner un panier cadeau de produits Tupperware, d'une valeur de 100 \$. Vous devez passer nous voir pour souscrire à ce concours.

**1 chance = 2 \$**

**3 chances = 5 \$**

Le tirage aura lieu lors de la présentation. Tous les bénéfices seront remis pour l'achat de produits pour notre cuisine.



# Conférence

Dans le cadre du club de lecture, Autisme Mauricie vous présente

## M. Antoine Ouellette

Le 30 novembre 2017

De 19 h 00 à 21 h 30

Salle Maurice-Pitre, au 6455, rue Notre-Dame O, Trois-Rivières

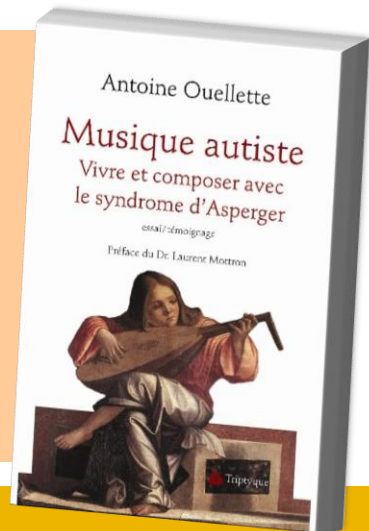
## L'autisme : Un «plus», pas un «moins».

Cette conférence débute par quelques mots sur l'expérience personnelle de vie «en mode autiste» de M. Ouellette. Pour ensuite faire le point sur ce que l'on sait véritablement de l'autisme. Beaucoup d'informations circulent qui, souvent contradictoires et partielles, sont sources de confusion et d'inquiétudes. Pas facile d'y voir clair! Mais c'est essentiel afin d'accompagner les personnes autistes, les parents, l'entourage. Il nous fera découvrir tous l'univers qui l'entourent.



Photo par Mme Lucila Guerrero

Dans cet ouvrage, l'auteur témoigne de son expérience et offre une visite guidée du monde autiste. Diagnostiqué asperger en novembre 2007, il souhaite informer et sensibiliser sur un sujet tabou, la « folie », afin de donner un message d'espoir aux personnes marginales et marginalisées de notre société. Les autistes fascinent, troublent et dérangent. Victimes de préjugés, d'intimidation dans les écoles, de discrimination dans la vie adulte : on voudrait tant les guérir de qui ils sont ! Mais qu'est-ce vraiment que l'autisme et le syndrome d'Asperger? Comment cela se vit-il au quotidien? Quelles sont les faiblesses et aussi les forces de l'autisme? Comment un autiste peut-il s'exprimer en art? La science commence à réaliser que l'autisme serait non une maladie mais une autre forme d'intelligence, porteuse d'une culture et de valeurs différentes. Leur nombre étant en augmentation, les autistes pourraient représenter l'amorce d'un changement évolutif dans l'histoire humaine. Encore faudrait-il que l'acceptation soit au rendez-vous, ce qui ne sera pas donné...



### BIOGRAPHIE

Biologiste, auteur, compositeur et musicologue, Antoine Ouellette est titulaire d'un PH.D. en Étude et pratique des arts (UQÀM) pour des recherches interdisciplinaires sur la musique des oiseaux. Son ouvrage Le chant des oyseaux est publié aux Éditions Triptyque (2008). Compositeur agréé du Centre de musique canadienne, il est l'auteur de quelques soixante-dix partitions. Une surprise l'attendait en novembre 2007 : au bout d'une longue route, Antoine Ouellette est diagnostiqué autiste (type Asperger). Cet événement marquant lui a inspiré un second livre : Musique autiste. Vivre et composer avec le syndrome d'Asperger (Triptyque 2011). Excellent communicateur, il donne de nombreuses conférences sur la musique, les oiseaux et l'autisme, pour tous les publics. Il est aussi le cofondateur, avec Lucila Guerrero, d'Aut'Créatifs, un mouvement de personnes autistes pour la neurodiversité, la valorisation de l'autisme et des Autistes. En octobre 2017, son troisième essai est publié chez Varia : Pulsations. Petite histoire du beat.



- ***Vous pourrez vous procurer son récit le soir même, au cout de 20 \$.***
- ***M. Ouellette prendra le temps d'autographier votre exemplaire.***
- ***Cette soirée vous est offerte gratuitement.***
- ***Réservation obligatoire 819 840-6556.***

***Ouvert à tous, oui oui, à toi aussi!***



Pour assister à l'une ou l'autre de ces rencontres, il est important de s'inscrire.

**Pour inscription : 819 840-6556**

**LIEU : 2019, avenue des Coopérants**

**Coût : Gratuit**

**De : 19 h 00 à 21 h 30**



## 24 octobre 2017

### **Comprendre et accompagner mon enfant dans le milieu scolaire**

*Il est important de bien accompagner notre enfant à l'école et, bien souvent, il nous arrive de se sentir dépassé par les différentes étapes qu'ils auront à vivre ou qu'ils vivent. La préparation en amont est essentielle avec nos enfants autistes. Mais comment démêler les options qui s'offrent à mon enfant? Comment mieux l'orienter dans ses choix, si je n'arrive pas à m'y retrouver en tant que parent. Quels sont ses droits? Comment garder notre aplomb face à un système qui n'est pas toujours inclusif. Lors de cette soirée, nous vous parlerons des facteurs les plus essentiels, soit :*

- Les enjeux;
- Le diagnostic à l'école;
- La scolarisation en classe régulière VS les classes TEACCH, du primaire au collégiale;
- Les plans d'interventions et les accompagnateurs;
- Focus sur la bonne stimulation et les bonnes attitudes;
- Les différentes ressources d'aide en Mauricie et sur le net.

**Halte-garderie 5 \$, inscription obligatoire! Places limitées.**

## 28 novembre 2017

### **Soirée EXCLUSIVE grands-parents**

#### **Être un grand-parent et les risques du métier**

*Lors de la saison précédente d'activités, nous avons offert des soirées aux grands-parents et ces derniers les ont vraiment appréciées. Ils sont vifs et avides d'informations! Nous discutons activement sur un sujet qui est le plus cher à leurs yeux... VOUS et l'amour qu'ils portent à vos enfants.*

## Parlons-en de

# TSA

Vous êtes invités à 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, enrichies nos vies et permettent d'échanger ensemble sur le quotidien des parents.

- Partage de trucs et d'idées
- Réseautage
- Écoute et compréhension, sans jugement
- Discussions libres devant café et gâteries
- Surprises et plaisir assurés

<b>Shawinigan</b>	19 h 00 à 21 h 00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 11 octobre</li> <li>• 8 novembre</li> <li>• 6 décembre</li> </ul>	Chez Mme Manon Desaulniers <b>1583, 51<sup>e</sup> Rue, app. 1</b>
<b>St-Tite</b>	19 h 00 à 21 h 00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 10 octobre</li> <li>• 7 novembre</li> <li>• 5 décembre</li> </ul>	Bureau du CIUSSS <b>750, rue du Couvent, local 50</b>
<b>La Tuque</b>	18 h 30 à 20 h 30	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 15 novembre</li> </ul>	La Source <b>753, boulevard Ducharme</b>

Au plaisir de vous revoir et de faire de nouvelles connaissances!

## Activité adulte



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

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.

### Trois-Rivières :

Autisme Mauricie, **2019, avenue des Coopérants**

### Shawinigan :

Horizons Ouverts, **2783, avenue St-Alexis**

**Il n'est pas obligatoire d'être membre pour assister aux rencontres. Par contre, nous vous invitons fortement à le devenir, afin de connaître notre calendrier d'activités. Inscription obligatoire pour Shawinigan 819 840-6556.**

5 octobre	Trois-Rivières
<b>Ne pas arriver avant 17 h 30 pour cette date. Le local est fermé en journée.</b>	
19 octobre	Trois-Rivières
<b>Ne pas arriver avant 17 h 30 pour cette date. Le local est fermé en journée.</b>	
26 octobre	Shawinigan
2 novembre	Trois-Rivières
16 novembre	Trois-Rivières
23 novembre	Shawinigan
30 novembre	Salle Maurice-Pitre Trois-Rivières
14 décembre	Trois-Rivières
21 décembre	Shawinigan

**Pour vos premières visites, vous pouvez demander à votre intervenant de vous accompagner ☺ .  
Cela vous mettra assurément en confiance.**

- Seuls les membres peuvent avoir accès à ces activités
- Les groupes de participants sont supervisés par des intervenants qualifiés
- Remise d'un reçu officiel pour les impôts, le cas échéant



**Le service d'activités jeunesse est offert à tous les samedis. Ce service accueille des personnes vivant avec un TSA, résidentes de la région de la Mauricie et âgées de 6 ans à 14 ans. Seuls les membres peuvent avoir accès à ce service.**

*L'équipe de l'activité jeunesse est composée de Jessica Pépin-Turgeon, coordonnatrice en intervention chez Autisme Mauricie (diplômée en éducation spécialisée et en éducation à l'enfance) et d'intervenants voltigeurs, qui étudient dans un domaine connexe à l'intervention. Il y a toujours un minimum de trois intervenants.*

*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. Les activités proviennent des suggestions des jeunes participants, et répondre le plus possible à leurs besoins ou leurs intérêts.*

*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.*

★ **Les frais d'inscription sont de 15 \$/samedi (deuxième enfant 7,50 \$) et incluent les deux collations.**

**TOUS les samedis**  
**De 9 h 30 – 16 h**  
**Au local d'Autisme Mauricie**  
**Apportez un lunch!**

- Les participants doivent s'inscrire à l'avance pour l'activité.
- Un minimum de 3 intervenants qualifiés accompagne les enfants toute la journée.
- Une sortie spéciale par mois (cinéma, piscine...).
- Minimum de 3 participants requis.



Les vendredis sont consacrés aux divertissements. Plusieurs membres de notre groupe d'adultes de l'UniTED viennent au local et nous parlons, jouons à des jeux de société, à la Wii, dessinons... Bref, nous passons un super moment rempli de petites folies. Les relâches scolaires du vendredi permettent à vos ados de venir au local se retrouver entre eux.

**Attention** → **Le local sera fermé les 6, 13 et 20 octobre, car l'équipe sera en représentation avec le chapiteau Dans ma bulle (voir page 8).**



**Le 27 octobre, nous vous invitons à venir costumé. Nous fêterons l'Halloween à notre façon! Nous ferons un sondage pour un choix de film sur notre groupe membres Facebook.**

## Saison hiver/printemps



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...

Voici une présentation de notre nouvelle monitrice, Mme Sabrina Plamondon.

*Chers parents, j'ai le plaisir de vous annoncer que je serai la monitrice de natation de votre enfant.*



*Je suis une étudiante en éducation préscolaire et en enseignement au primaire et j'enseigne la natation depuis maintenant huit ans. Je suis impatiente de relever ce nouveau défi, car la natation est ma passion depuis toujours. Je tiens à vous informer que je vise la continuité envers votre enfant afin d'éviter un trop gros changement. Je vous joins une photo de moi pour que votre enfant et vous puissiez me reconnaître lors du premier cours. Au plaisir de vous rencontrer.*

**Enseignante :** Mme Sabrina Plamondon  
Sauveteur national

**Âge des participants :** 4 ans à 8 ans

**Durée :** 10 cours

**Coût :** 80 \$

**Lieu :** Résidence Le Duplessis

**Les inscriptions pour les prochains cours de natation auront lieu à partir du 25 novembre 2017.**

**Les cours sont aussi offerts pour les enfants en attente de diagnostic. Faites vite, les places sont limitées.**



À tous les 2 vendredis soirs, par alternance et selon le type de jeux

De 18 h 30 à 21 h 00

Au local d'Autisme Mauricie

C'est un jeu imaginaire où les héros, créés par les participants, vivent des aventures personnelles dirigé par un maître du jeu, M. Michel Courteau. Bien qu'il s'agit d'un jeu de rôle, il permet de développer des habiletés sociales et demande le respect de règles précises et détaillées.

**Nous accueillons de nouveaux joueurs le 27 novembre.**

## Club de lecture

Vous aimez la lecture? Vous voulez parfaire vos connaissances sur l'autisme? Vous voudriez discuter avec d'autres gens?

Joignez-vous à notre club de lecture qui est adapté à la vitesse de tous et chacun. Café et romans fournis. Nous avons plusieurs choix de livres, il suffit de remplir une grille d'évaluation. Il y a aussi des rencontres pour discuter des livres selon l'intérêt des participants.











## Décrypter, vous et moi!

Par Mme Geneviève Verreault  
Chroniqueuse pour Autisme  
Mauricie.

*Je souhaite que vous ayez vécu un été parsemé de petits bonheurs et d'instant joyeux, malgré les caprices de Dame Nature. L'automne approche doucement. C'est le retour à l'école pour certains, au travail pour d'autres. Il y en a pour qui les activités de loisirs vont reprendre. Ce n'est pas toujours facile de prendre sa place dans le monde des neurotypiques et de se retrouver dans leurs normes sociales.*

*Faire des activités en compagnie d'autres personnes me cause une dose de stress, une forte dose parfois. Cependant, jouer au curling, participer à des fêtes, à des rencontres familiales, faire des sorties entre amis m'apportent tellement, que ça me fait vivre de belles émotions. Mais, je me sens assez souvent un peu nerveuse quand je rentre dans le club de curling. J'en sors plus souvent qu'autrement avec le sourire aux lèvres. Ça me permet, entre autres, de me sentir une personne humaine, à part entière, de me sentir utile à la société, d'améliorer mes habiletés sociales. Avoir mon équipe de curling à moi me permet de me sentir une personne qui a la même valeur qu'une personne neurotypique, une personne comme les autres. Malheureusement, un certain nombre de neurotypiques n'ont pas la même considération pour les personnes différentes que pour les neurotypiques comme eux. Ils se permettent de faire des choses avec les personnes différentes qu'ils ne feraient pas avec leurs semblables. Nous avons des sentiments. Nous ne sommes pas des objets que l'on peut jeter quand nous ne servons plus. Heureusement, ce ne sont pas tous les neurotypiques qui sont comme ça. Il y a des personnes au curling pour qui je suis toujours la bienvenue pour m'asseoir à leur table. Elles ne m'ont jamais laissée tomber malgré les mauvais comportements que j'ai pu avoir devant eux.*

*Les normes sociales informelles des neurotypiques, ce n'est pas facile pour une personne autiste de s'y retrouver. Je suis un livre ouvert. Par exemple, c'est difficile de m'empêcher de sourire, d'être contente quand un joueur de l'équipe adverse rate une pierre. Combien de fois, je me suis fait dire que je manquais de respect en prononçant quelques mots,*

*en écrivant quelques lignes, en agissant de telle ou telle façon. Je me retrouve entremêlée entre leur non-verbal, leur non-dit. Il y a des fois, je ne sais plus où donner de la tête pour les comprendre. Moi, je recherche des réponses claires. Je ne lis que très peu à travers les lignes et souvent ce n'est pas ce que l'on veut me dire que je vais réussir à décrypter. Il y a de l'incompréhension de part et d'autre, et la situation ou la discussion peut tourner au vinaigre. Les faux pas sociaux embarquent. Des directives vagues peuvent faire naître en moi un sentiment de peur. Sous le coup de l'émotion, je peux être maladroite quand j'ai quelque chose à dire. C'est pour cela que lorsque j'ai un message à passer, j'aime mieux m'exprimer par écrit. Je peux prendre du recul, jauger mes mots, me relire et ainsi éviter de blesser malencontreusement mon destinataire.*

*Je ne regrette pas de sortir de chez moi, même si quelques fois ça tourne mal. Ces sorties nous montrent qui sont nos vrais amis. En sortant de chez nous, nous aidons à faire connaître l'autisme. En côtoyant les neurotypiques, nous leur permettons, tranquillement, d'apprendre à nous comprendre. Les enfants autistes, quand ils seront devenus les adultes de demain, auront peut-être plus de facilité à s'intégrer dans le monde des neurotypiques.*

*Sur ce, je vous souhaite un automne égayé par de belles découvertes.*

## Les billets Colombien sont de retour!

**200 000 \$**  
en prix / in prizes  
Campagne des oeuvres charitables  
des Chevaliers de Colomb  
du Québec 2017-2018

1 Ford Mustang  
Cavalier 2016 55 000\$  
EN ARGENT 50 000\$

2 Honda CRF 1000  
F6B 33 600\$

3 Honda CRF 1000  
F6B 25 748\$

4 Yamaha FJR 1300  
2016 18 820\$

5 Yamaha FJR 1300  
2016 12 000\$

6 Yamaha FJR 1300  
2016 10 340\$

7 Yamaha FJR 1300  
2016 10 000\$

8 Yamaha FJR 1300  
2016 10 000\$

9 Yamaha FJR 1300  
2016 10 000\$

10 Yamaha FJR 1300  
2016 10 000\$

11 Yamaha FJR 1300  
2016 10 000\$

12 Yamaha FJR 1300  
2016 10 000\$

13 Yamaha FJR 1300  
2016 10 000\$

14 Yamaha FJR 1300  
2016 10 000\$

15 Yamaha FJR 1300  
2016 10 000\$

PHOTOS À TITRE INDICATIF SEULEMENT / PHOTOS AS AN INDICATION ONLY  
MERCI DE VOUS SOUMETTRE VOS PHOTOS À TITRE INDICATIF SEULEMENT  
Les prix sont en dollars Québec de 15 ans et plus. Tickets buyers must be 15 years old or over  
2017-2018

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

MAILS COORDONÉES DES BILLETS EN VENTE À 100 000 \$ 1 LIVRET (6 tickets) / 1 BOOKLET (6 tickets) 10,00\$  
BILLETS EN VENTE À 100 000 \$

**Contribuez à cette campagne de financement.**

- Procurez-vous 10 livrets pour vendre à vos proches ou à vos collègues au travail.
- Passez récupérer un billet pour vous ☺ .

**La campagne prendra fin en mars 2018.**

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\$

## Pique-nique annuel avec nos super héros

Le regard émerveillé des enfants face à leurs super héros nous a fait oublier le temps maussade que nous offrait notre samedi habituel pour le pique-nique. Qu'à cela ne tienne, nous avons déménagé notre pique-nique dans le gymnase au Parc Pie-XII. Un peu de changement peut être bien accueilli, même avec nos plus jeunes rigides.

Merci tout spécial à René Bernard qui, chaque année, nous aide avec la logistique pour le transport du matériel.



## Les camps d'été TSA

Nos camps d'été se sont bien déroulés, la météo n'ayant pas freiné nos activités. Rires et fous rires nous ont accompagné tout au long de nos deux week-end. Nous avons déjà hâte à l'été prochain. Nos familles ont profité de la subvention de Centura et nos adultes ont été invités par la Fondation de l'Autisme.

Nous avons également profité d'un don de 500 \$ offert par le Groupe Investor pour nos dépenses. Merci à nos généreux collaborateurs. Merci au Camp du lac vert de nous accueillir.



♪ ♪ ♪ Oh là kiki! Oh là coucou! ♪ ♪ ♪



## GP3R

Le week-end du 11, 12 et 13 août dernier, de gentilles bénévoles se sont mobilisées pour le service au bar de quelques loges au GP3R.

Ce fût pour chacune une super expérience qui a permis de ramasser **2 765 \$** pour l'organisme.

Merci à toutes pour votre dévouement.

**Wow! Bravo à toutes!**



## Deux évènements à Shawinigan!

Merci à Manon Desaulniers, membre-répondant, qui a organisé, pour une seconde année, deux évènements de financement. Le 23 juillet avait lieu un souper smoked meat et le 5 août, un méchoui. Merci à André Bergeron, Julie Desaulnier-Marion, Steve Brière et Ginette Boucher pour l'aide que vous avez apportée. Également, merci à tous les nombreux commanditaires. Cet été, avec la météo imprévisible, qui n'a pas facilité l'organisation des évènements, ils ont tout de même amassé 245 \$! **BRAVO!!!**

## Dépassement de soi accompli!

Le 15 juillet dernier avait lieu la première édition d'un aquathlon réalisé par la charmante Sara-Pierre, monitrice des cours de natation. Cette dernière, ayant terminé ses études, nous quitte pour se réaliser dans de nouveaux défis. J'en profite pour souligner le professionnalisme et l'authenticité qu'elle a su y mettre tout au long de son engagement.

**BRAVO À TOUS LES PARTICIPANTS! Jeunes et moins jeunes :)**



**Merci à tous les bénévoles qui ont fait de ces évènements des moments de pur bonheur!**



# Trucs & conseils

[www.ccdmd.qc.ca/fr/jeux\\_pedagogiques](http://www.ccdmd.qc.ca/fr/jeux_pedagogiques)

Ce site met à la disposition des élèves et des enseignants plus de 1100 documents. Ces ressources, destinées principalement à l'apprentissage de la langue et conçues par des enseignants de cégeps, s'adressent prioritairement à l'ordre collégial. Cependant, elles peuvent certainement être utiles à l'ensemble des usagers soucieux d'améliorer leurs connaissances en français. Grâce à un outil de recherche facile d'utilisation, l'internaute a accès, rapidement et sans frais, à plus de 3000 pages d'exercices en format PDF et à des activités interactives portant sur des stratégies d'autocorrection, les accords grammaticaux, le vocabulaire, la ponctuation, l'orthographe, la rédaction, etc. Le site propose aussi de nombreux exercices consacrés à l'épreuve uniforme de français, des ressources telles que le Répertoire Web et l'Index des ressources, et du matériel pédagogique conçu à l'intention des enseignants tel que Troubles d'apprentissage : pour comprendre et intervenir au cégep.

[www.miditrente.ca](http://www.miditrente.ca)

Aux Éditions Midi trente, nous croyons à l'immense potentiel des enfants et des adolescents. Nous pensons qu'ils sont capables de grandes choses et qu'ils ont en eux les ressources nécessaires pour composer avec leurs difficultés, surmonter leurs peurs, créer, s'affirmer et être bien dans leur peau. Afin de stimuler pleinement ce potentiel et de contribuer au sain développement des jeunes, nous publions des livres et des outils d'intervention éducatifs, pratiques et sympathiques spécialisés en psychologie, en santé et en éducation. Conçus pour accompagner les enfants et les adolescents, nos ouvrages facilitent également la vie des parents, des enseignants et des intervenants qui les utilisent.

[www.educatout.com](http://www.educatout.com)

Une équipe de plus d'une trentaine de concepteurs et agents de soutien qui développe, hebdomadairement, des outils pour accompagner les parents, les éducatrices et autres intervenants dans l'éducation à la petite enfance.

## Les collations



Les personnes autistes peuvent vivre des défis dans plusieurs sphères de leur développement. L'alimentation est souvent une source de casse-tête pour bien des parents. Les rigidités alimentaires amènent son lot de complications dans la routine alimentaire. De plus, les jeunes qui prennent une médication peuvent avoir des effets secondaires, comme la perte d'appétit.

Les diverses carences de certains nutriments peuvent avoir un réel impact sur la concentration, l'énergie, l'humeur du jeune, etc. Voilà, pourquoi, on peut essayer de trouver des collations santé et riches en protéines, afin que l'enfant soit fonctionnel dans ses activités quotidiennes.

Ce qui est complexe avec les enfants TSA, c'est que ça peut prendre plusieurs essais avant qu'ils acceptent de goûter à un nouvel aliment. Il faut persévérer et faire des tentatives. On peut travailler sur la présentation des aliments afin qu'ils soient plus agréables à regarder, donc à manger!

Il existe plusieurs sites intéressants pour des recettes santé dont le site « Cuisine futée pour parents pressés ». Les recettes sont abordables et relativement simples à faire! Allez voir les liens suivants, il y a des vidéos pour la préparation :

- <http://cuisinefuteeparentspresses.telequebec.tv/recettes/369/jujubes-energie>
- <http://cuisinefuteeparentspresses.telequebec.tv/recettes/352/rochers-de-granola>
- <http://cuisinefuteeparentspresses.telequebec.tv/recettes/378/pattes-d-ours-maison>
- <http://cuisinefuteeparentspresses.telequebec.tv/recettes/36/boules-d-energie>
- <http://www.troisfoisparjour.com/fr/recettes/collations/rouleaux-aux-foies-maison-poire-pech-1>
- <https://www.plaisirlaitiers.ca/recettes/muffins-energisants-aux-carottes-aux-courgettes-et-aux-dattes>

\*\* ATTENTION, les écoles ont des règlements concernant les noix dans les collations.

\*\*\*De plus, certaines écoles exigent que des fruits, yaourt ou fromage comme collation.

Vérifier auprès de l'école si l'enfant peut manger ces collations lors du dîner.

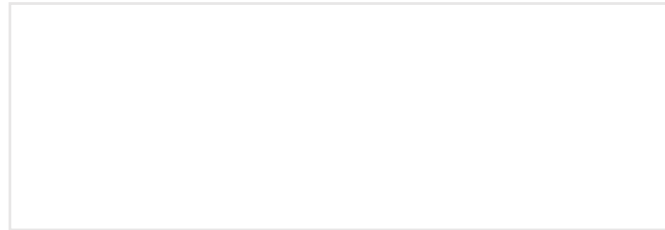
Jessica



# Autisme Mauricie

2019, avenue des Coopérants

Trois-Rivières (Québec) G8Z 2G4



**Prochaine  
parution**

# Janvier 2018



Nous joindre :



**819 840-6556**



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



**autismemauricie.com**

*Centre intégré  
universitaire de santé  
et de services sociaux  
de la Mauricie-et-  
du-Centre-du-Québec*

**Québec** 

**information@autismemauricie.com**

Merci à la Corporation des événements de Trois-Rivières, qui a permis à 23 familles, membres d'Autisme Mauricie, d'assister à une représentation de Stone. Grâce à vous, c'est 76 sourires qui ont été émerveillés devant l'agilité et le talent de ces artistes merveilleux. MERCI!



**CORPORATION DES  
ÉVÈNEMENTS  
DE TROIS-RIVIÈRES**