

Dans la tête
de Kim Auclair
Entrepreneure

Défense des droits
Les obstacles
de l'aide à l'emploi

Journée Nationale
de la maladie
de Ménière

APDA et vous
Nouvelle équipe de travail



Malentendance et milieux professionnels
Les défis de Caroline Saint-Hilaire,
maire sortante de Longueuil

Photo : Julien Faugère

Heures d'ouverture de nos bureaux

Lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h
et de 13 h à 16 h 30

Avant de vous rendre à nos bureaux, nous vous invitons à prendre rendez-vous en composant le 418-623-5080 ou en nous écrivant à info@apda.ca.

Si nous sommes dans l'impossibilité de prendre votre appel, laissez-nous un message dans la boîte vocale.

Pour les utilisateurs d'ATS qui souhaitent nous rejoindre, peu importe le réseau de distribution, nous utilisons le Service de relais Bell : 1-800-268-9243

Merci de votre compréhension!

Bienvenue aux nouveaux membres!

L'Association des personnes avec une déficience de l'audition est heureuse d'accueillir toutes les nouvelles personnes qui se joignent à nous.

Pour faciliter l'intégration des nouveaux membres, nous offrons un service de jumelage. Contactez-nous!

Merci de vous impliquer et n'oubliez pas que l'APDA, c'est vous!

Relation d'aide

N'oubliez pas que vous pouvez toujours communiquer avec nous pour toute demande d'information, d'aide ou de support moral.

**N'hésitez pas à nous appeler
au 418-623-5080 ou à nous écrire
à info@apda.ca**



Convivio
Une coop qui porte fruit!
est fière de s'associer à l'APDA!

Venez nous rencontrer à l'une de nos trois succursales suivantes :

IGA extra Supermarché Val-Bélair 1819, avenue Industrielle 418 843-6767	IGA extra Supermarché Chauveau 2295, avenue Chauveau 418 842-3381	IGA extra Supermarché Loretteville 561, rue Racine 418 842-2341
---	---	---



Vous faites la différence!

La Caisse populaire Desjardins de Charlesbourg souhaite souligner le dévouement et l'engagement humain des personnes qui s'investissent chaque jour auprès des gens et de la communauté.

 **Desjardins**
Caisse populaire
de Charlesbourg

Nous vous invitons à aimer notre page Facebook afin de suivre nos événements et les articles que nous partageons en lien avec la déficience auditive.

 Suivez-nous sur
Facebook

Association des personnes
avec une déficience de l'audition

Équipe de recherche et de rédaction :

Nicole Bélanger, Valérie Bélanger, Micheline Careau, Francine Chalut, Diane Gagnon, Nancy Porter, Marie-Hélène Tremblay et Anne-Sophie Verreault.

Collaborateurs :

Kim Auclair (Niviti), Suzanne Boutin, Olivier Collomb d'Eyrammes (ROP 03), Bianca Gendron (BiancaGendron.ca), Patricia Gosselin (Prévoist audioprothésistes), Louis Lemieux (CBC), Caroline Saint-Hilaire (mairette sortante de Longueuil), Théo Turgeon.

Photographies :

APDA, Julien Faugère, Louise Lessard, Annie Savard-Filion, Ville de Québec.

Mise en page et impression :

Lecours Communication

Dépôt légal :

ISSN 1703-3608

Bibliothèque nationale du Québec 2017

Bibliothèque nationale du Canada 2017

Le Magazine *Se Comprendre* est publié par l'Association des personnes avec une déficience de l'audition à l'intention de ses membres et des intervenants du milieu de la surdité.

Les articles peuvent être reproduits à condition d'en indiquer la source. Les auteurs des articles conservent l'entière responsabilité de leurs opinions. Le générique masculin est utilisé sans aucune discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.

Pour nous joindre :

Association des personnes avec une déficience de l'audition
7260, boulevard Cloutier, Québec (Québec) G1H 3E8
Téléphone : 418 623-5080
info@apda.ca | www.apda.ca

Membres du conseil d'administration de l'APDA :

Nicole Bélanger, présidente
Gilles Nolet, vice-président
Guylaine Gravel, trésorière
Micheline Careau, secrétaire
Marie-Luce Bellemare, administratrice
Francine Chalut, administratrice
Nancy Porter, administratrice

Employées :

Directrice : Marie-Hélène Tremblay

Coordonnatrice aux activités : Anne-Sophie Verreault

SOMMAIRE

• Entretien	4
- Caroline Saint-Hilaire, De quoi souffre-t-on le plus, de ne pas entendre ou de s'empêcher de rêver ?	
• Défense des droits	6
- Les services d'aides à l'emploi pour les personnes malentendantes.	
• Chronique Santé	9
- Comment profiter au maximum de son appareillage auditif ?	
• Maladie de Ménière	11
- Une toute première Journée nationale de la maladie de Ménière.	11
- Partir de loin.	12
• La parole aux jeunes	14
- Dans la tête de l'ambitieuse Kim Auclair.	
• Espace Membres	16
- Outils et formation	16
- Ça bouge à l'association, bilan des activités	17
- APDA et les médias	20
- Implication de l'APDA	21
- Témoignages	22
• Livres	26



PAR NICOLE BÉLANGER, PRÉSIDENTE

Bonjour à vous,

C'est à titre de présidente du conseil d'administration que je vous présente cette édition de décembre de notre magazine *Se Comprendre* qui portera sur la malentendance et les milieux professionnels.

Pour moi, c'est un retour aux sources après avoir été directrice générale de l'organisme de 2007 à 2011. Cette édition prend un caractère particulier, puisqu'il est rédigé par notre nouvelle équipe de permanence Madame Marie-Hélène Tremblay, directrice et Madame Anne-Sophie Verreault, coordonnatrice des activités. Vous avez sûrement eu l'occasion de les rencontrer à l'une de nos dernières activités et vous avez été à même de constater leur professionnalisme et leur grande gentillesse.

Le magazine regroupe une collection d'articles et de témoignages qui susciteront votre intérêt. Nous parlerons de la maladie de Ménière avec Madame Suzanne Boutin et de sa réadaptation professionnelle.

Nous avons eu le privilège de réaliser une entrevue avec Madame Caroline St-Hilaire, mairesse sortante de Longueuil sur les défis de l'insertion professionnelle en ayant une surdité profonde; un exemple de détermination. C'est à travers sa biographie qu'elle nous raconte son parcours de vie.

La rubrique défense des droits, nous offre un témoignage d'une personne ayant vécu des obstacles majeurs à se trouver du travail avec le service externe de main-d'œuvre (SEMO). À la rubrique santé, on vous informe de l'utilisation efficace des appareils auditifs et de ses défis, un article qui saura vous intéresser et répondre à vos questionnements.

Nous donnons la parole aux jeunes par une entrevue avec Madame Kim Auclair qui nous entretiendra sur les défis qu'elle a dû relever en étant une jeune dans le milieu des affaires.

Ça bouge à l'association, vous serez à même de le constater avec le bilan des activités d'automne.

Je tiens à féliciter madame Micheline Careau, secrétaire au conseil d'administration de son prix « Hommage aux bénévoles » de l'arrondissement de la Haute St-Charles. Nous sommes fiers de pouvoir compter sur des bénévoles impliqués et reconnus au sein des organismes de notre région. Bravo Madame Careau!

Je ne peux passer sous silence toutes les personnes qui se sont investies pour nous permettre de rédiger ce magazine de qualité. Je vous remercie infiniment de votre contribution!

Bonne lecture!

De quoi souffre-t-on le plus, de ne pas entendre ou de s'empêcher de rêver? Entrevue avec madame Caroline St-Hilaire

ENTRETIEN RÉALISÉ PAR MICHELINE CAREAU, ADMINISTRATRICE

Q. Comment vous êtes-vous sentie quand vous avez appris que vous êtes malentendante?

R. Je vis avec cette réalité depuis l'enfance. Je faisais des infections, des otites à répétition. Je n'ai jamais bien entendu de l'oreille gauche. Le médecin m'avait dit que je deviendrais sourde à l'adolescence. J'étais introvertie, renfermée, à cause de mes difficultés d'ouïe. Beaucoup plus tard, vers la mi-trentaine, je n'entendais plus du tout. J'étais sourde et il n'y avait rien à faire. Lorsque je l'ai appris, j'ai fait le trajet de Longueuil au chalet en pleurant. J'ai pleuré pendant 24 heures. Et je me suis dit : « Ce n'est pas pire que de porter des lunettes. Je porterai des appareils. » Je me suis réconciliée avec mon handicap et je suis passée en phase d'adaptation.

Q. Vous étiez en politique à ce moment-là. Est-ce que vous avez recouru à des adaptations de votre poste de travail?

R. Au départ non. Dans certaines salles de réunion, comme à la Chambre des Communes, il y a un système d'écoute ce qui me facilitait les choses. Je comptais beaucoup sur mon entourage, ce qui m'a beaucoup aidé. Avec les nouvelles technologies d'aujourd'hui, c'est beaucoup plus facile. J'ai changé ma façon de travailler; j'utilise plus de textos pour communiquer. Mais ce n'est pas facile partout. J'adore les pièces de théâtre et j'y vais rarement. Pour le cinéma, c'est trop fort. Lors de réceptions, il y a trop de bruit, je quitte tôt.

J'ai développé la lecture labiale. Savoir lire sur les lèvres, surtout de loin, c'est très pratique en politique! En chambre, quand il voulait savoir ce qui se tramait de *l'autre bord*, M. Duceppe se tournait vers moi : « Qu'est-ce qu'il a dit? » Et la plupart du temps, je pouvais l'informer de ce que « l'adversaire » venait de dire à un de ses collègues.



Photo : Julien Faugère

Q. De quelle façon croyez-vous que votre surdité a influencé votre carrière politique?

R. Ça m'a permis de développer des réflexes, d'être plus à l'écoute, de développer une grande force du non-verbal, une plus grande facilité de « lire quelqu'un ». C'est très utile en politique.

Q. Quelle est l'aide la plus précieuse que vous avez reçue pour relever vos défis professionnels?

R. Je le dis en toute humilité, sans vouloir me vanter, mais ma grande force est de savoir m'entourer de gens plus forts que moi. J'ai osé demander et je n'ai pas été déçue.

Q. Que diriez-vous aux lecteurs malentendants qui ont le désir de faire carrière en politique?

R. Allez-y! Absolument. La différence et la diversité doivent être représentées. Tout est possible.

Q. Vous posez la question dans votre biographie : De quoi souffre-t-on le plus, ne pas entendre ou de s'empêcher de rêver? Selon vous quelle est la réponse à cette question?

R. De s'empêcher de rêver. On m'avait dit que je serais complètement sourde à l'adolescence. J'ai finalement perdu l'ouïe de mes deux oreilles à trente ans. J'ai eu quinze ans de plus que prévu... cela ne m'a pas empêché de devenir mairesse. Cela ne m'empêche pas de rêver grand; je rêve encore grand et loin. Non, les rêves ne sont pas impossibles parce qu'on n'entend plus. ■

Vous pouvez lire l'autobiographie de Caroline St-Hilaire dans le livre « *Se faire entendre* » détaillé dans la rubrique Livres à la page 26 du magazine.

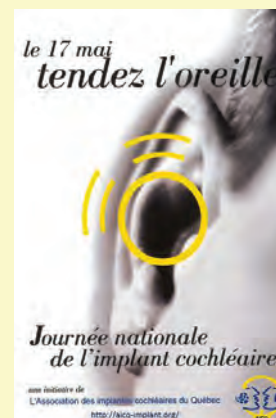


Tél.: 418 623-7783
7260, boulevard Cloutier, Québec, (Québec) G1H 3E8
centrespoir@videotron.ca • www.centrespoir.com



ASSOCIATION DES IMPLANTÉS COCHLÉAIRES DU QUÉBEC

Avec vous depuis 1995 pour vous accompagner et vous aider!



5100, rue des Tournelles, Québec, Québec G2J 1E4

Les services d'aides à l'emploi pour les personnes malentendantes

PAR ANNE-SOPHIE VERREAULT EN COLLABORATION AVEC LE ROP03

Version originale des textes d'où proviennent les extraits ci-dessous disponible sur le site Internet d'Emploi-Québec

Les personnes malentendantes et les personnes sourdes ont accès à plusieurs programmes et adaptations afin de faciliter leur emploi. Cette rubrique passera en revue les mesures d'Emploi-Québec qui s'adressent à eux. Finalement, un billet de madame Bianca Gendron permettra de connaître les obstacles qui peuvent être rencontrés dans l'application des mesures d'accès.

Les personnes malentendantes ou sourdes accèdent aux services et à l'entrevue d'évaluation et d'aide à l'emploi dans un Centre Local d'Emploi (CLE), c'est la porte d'entrée.

Vous êtes autonome

Vous avez accès à l'ensemble des programmes d'Emploi-Québec par votre CLE. Les frais pour que vous puissiez accéder à ces services publics sont entièrement pris en charge par Emploi-Québec qui défraie certains coûts, jusqu'à concurrence d'un montant de 10 000 \$ incluant les frais d'évaluation.

Lorsqu'un interprète est nécessaire pour la recherche d'emploi, comme lors d'une entrevue avec un employeur, la personne sourde ou malentendante s'inscrit auprès d'un intervenant du CLE pour avoir une autorisation de celui-ci, afin de faire la réservation au SRIEQ.

Parmi les dépenses qui peuvent être couvertes :

- Des services d'interprétariat;
- Des adaptations pour un poste de travail (location ou achat d'équipements, installation, etc.);
- D'autres types de dépenses dont la nécessité est démontrée pour que soit possible la participation d'une personne handicapée.

Si vous avez besoin de services d'interprétariat pour communiquer avec le personnel, les coûts sont assumés par Emploi-Québec. Si vous vous présentez au service sans rendez-vous du CLE, la marche à suivre est la même que lors du sans rendez-vous dans une clinique médicale pour réserver un interprète du SRIEQ (Service Régional d'Interprétation de l'Est du Québec). Si vous êtes convoqués, informez le SRIEQ du rendez-vous et assurez-vous que le personnel du CLE est avisé de la présence de l'interprète. Le SRIEQ s'assurera que la facture est payée par le CLE. Comme le rappelle Denise Thibault, directrice du SRIEQ, « en aucun temps la personne sourde ou malentendante ne doit payer pour ses services. La gratuité est toujours assurée. »

Le Programme d'Aide et d'Accompagnement Social Action « PAAS Action » vous offre des occasions d'exercer des activités dans des organismes sans but lucratif. Renseignez-vous auprès du CLE ou visitez l'Espace Programme Action au <http://www.emploi Quebec.gouv.qc.ca/citoyens/developper-et-faire-reconnaitre-vos-competences/aide-et-accompagnement-social/programme-action/>

Vous éprouvez des difficultés et avez besoin de soutien

Une conseillère ou un conseiller d'un service spécialisé de main-d'œuvre (SEMO) pour les personnes handicapées peut vous aider. Il s'agit d'un organisme désigné par Emploi-Québec pour offrir des services d'accompagnement aux personnes handicapées qui éprouvent des difficultés à faire leur place sur le marché du travail.

Les services offerts peuvent être :

- Aide au développement des compétences de la personne
- Aide à améliorer son environnement de travail

Le Programme de subventions aux entreprises adaptées permet des emplois répondant aux besoins des personnes handicapées qui se heurtent à des difficultés importantes en milieu de travail standard. Adressez-vous à un SEMO pour plus d'informations.

SEMO n'a pas d'aide concrète à offrir aux Sourds
- Bianca Gendron, 25 mars 2017
<https://biancagendron.ca/category/blogue>

Pour plus de détails, contactez votre centre local d'emploi (CLE) ou trouvez le en appelant au 1-877-767-8773 entre 8 h à 20 h, du lundi au vendredi ou par le site Internet au : www.mess.gouv.qc.ca/services-a-la-clientele/centre-local-emploi.

Maintenant que nous avons fait le tour des programmes d'aide à l'emploi, considérons les obstacles qui peuvent survenir. En cherchant les informations concernant les services d'Emploi-Québec, nous sommes tombés sur un billet écrit par madame Bianca Gendron, qui est une personne avec une surdité, concernant son parcours vers l'emploi.

Notez que cette expérience n'est pas généralisable à toutes, mais nous l'avons publiée ici pour avoir une opinion différente.

Qu'est-ce qu'un SEMO? SEMO est l'acronyme de service externe de main-d'œuvre. Les SEMOs ont pour but d'aider les personnes handicapées au niveau de l'intégration au travail. Leur tâche est d'expliquer le fonctionnement des entrevues d'embauches adaptées et de conclure des ententes entre personnes handicapées et employeurs. Ils fournissent aussi de l'information sur les Contrats d'intégration au travail (CIT) et donnent des conseils reliés à l'emploi. Les SEMOs ont la responsabilité d'encourager les entreprises à avoir recours aux programmes de subventions et d'adaptations.

Maintenant laissez-moi vous présenter mon expérience avec le SEMO. Je fais affaire avec eux pour me trouver un emploi professionnel. J'ai demandé au SEMO de m'aider à trouver un emploi qui nécessite des qualifications professionnelles en lien avec mes études. Mais à ce niveau c'est zéro. L'agente du SEMO me dit que si l'employeur est intéressé à me rencontrer

Service régional d'interprétariat de l'Est du Québec inc.

Depuis 1989, nous fournissons des services
d'interprétation visuelle (orale, LSQ et tactile)
aux personnes sourdes, sourdes-aveugles, malentendantes et entendantes

Faire une demande? C'est facile!

- > Demandes acceptées du lundi au vendredi
- > 8h à 17h
- > Faites votre demande rapidement, les places s'envolent vite!
- > Service d'urgence
 - > 24h par jour
 - > 7 jours par semaine



SRIEQ

Régions desservies

- > Bas-Saint-Laurent
- > Saguenay-Lac-Saint-Jean
- > Capitale-Nationale
- > Mauricie-Centre-du-Québec
- > Côte-Nord
- > Gaspésie-Iles-de-la-Madeleine
- > Chaudière-Appalaches



9885, boul. de l'Ornière
Québec (Qc) G2B 3K9



418 622-7448
1 866-628-7448



418 622-1037
1 800 268-1037



Textos
581 578-0667



srieq@bellnet.ca
www.srieq.ca

en entrevue, je dois lui faire le message de la contacter. Elle se chargera alors de lui expliquer le fonctionnement des adaptations possibles pour les personnes sourdes, en ce qui a trait aux interprètes, etc. Je remarque que l'agente se décharge et me réfère aux employeurs. Ça veut dire que je fais toujours tout moi-même à la place de l'agente, et il n'y a pas de travail d'équipe ou de partage des tâches entre nous.

D'un côté je remarque sur le site internet du SEMO qu'ils disent aider les personnes handicapées à se trouver un emploi dans plusieurs entreprises. D'un autre côté j'observe autre chose dans mes communications et échanges avec l'agente du SEMO, que ce soit par courriels ou en personne à son bureau. Elle me disait « il est vrai que tes recherches d'emploi t'appartiennent, mais je suis là pour te conseiller des modifications à apporter à ton cv et à ta lettre de présentation, ainsi que pour t'aider pour réserver et confirmer des interprètes. C'est tout, je ne t'aide pas au-delà de cela. »

Je me suis donc mise à la recherche d'une autre solution. J'ai contacté l'Office des Personnes Handicapées du Québec (OPHQ) pour qu'ils m'aident à trouver un emploi au moment où je sortais de l'école comme patronniste de mode. L'OPHQ a refusé de m'aider et m'a référé aux bureaux du SEMO et à ma propre agente. J'ai donc mis cela de côté et j'ai essayé de contacter un autre organisme qui offre du soutien à l'emploi. L'agente là-bas m'a dit : « Désolée, il faut une dérogation. Pour cela, il faut parler à votre Centre Local d'Emploi (CLE). » J'ai rencontré l'agente du CLE en lui disant ; « J'aimerais avoir un papier de dérogation. » Malheureusement elle m'a dit que le SEMO m'empêchait d'obtenir une dérogation et d'être référée aux autres services. Elle me disait que je devais discuter de mon insatisfaction avec mon agente au SEMO. J'étais donc sans véritable issue.

Par la suite, j'ai proposé à l'agente du SEMO de m'aider à faire une demande auprès d'un organisme qui octroie des aides financières pour les personnes handicapées, pour un projet qui encouragerait une entreprise à m'engager comme adjointe à la comptabilité. Elle était d'accord et elle me donnerait une réponse rapidement. J'ai reçu sa réponse par courriel où elle me disait que l'organisme en question ne voulait pas vérifier mon admissibilité au programme.

Je veux vous transmettre le message que ce processus est comme un cercle vicieux. Vous connaissez le hamster ? Il vit dans sa cage où il a une roue dans laquelle il court sans que ça ne le mène nulle part. Quand il est fatigué il en sort, se promène un peu, et y retourne. Il ne peut pas sortir de sa cage. J'ai un collier en chaîne comme un chien, et c'est le SEMO qui tient la laisse et qui m'empêche de trouver une solution. Vous qui me regardez, vous me voyez ? Est-ce que



je suis invisible ? J'ai des DROITS ! Je me retrousse les manches et je me mets à l'ouvrage pour trouver une solution. Je paie des taxes, mais je ne reçois rien en retour ! J'en ai marre d'être silencieuse à propos des SEMOs. J'enlève le ruban de sur ma bouche. Je ne veux plus ravalier mes frustrations, je m'exprime. J'ai envie que ça sorte et de m'épanouir. En 2017, les choses changeront ! Où est-elle l'accessibilité à l'emploi ?

Version en LSQ (Langue des signes québécoise) disponible sur le site Internet.

À la suite de ce témoignage de madame Gendron, nous rappelons à nos membres que nous avons pour mission de défendre les droits des personnes vivant avec une déficience de l'audition. En constituant ce magazine plusieurs témoignages se font entendre et soulignent l'inégalité en emploi pour les personnes sourdes et malentendantes, tant en milieu de travail que lors de la recherche d'emploi. Plusieurs se plaignent des cul-de-sac engendrés par des trous de services ou des solutions qui ramènent toujours au point de départ.

Si vous avez constaté ou subi une situation semblable à celle de Bianca ou que vous sentez que vos droits de travailleurs avec une déficience de l'audition sont bafoués, merci de communiquer avec nous. Nous pouvons entre autres vous accompagner dans vos processus de plaintes, vous écouter, vous soutenir et vous orienter vers d'autres ressources. ■

Comment profiter au maximum de son appareillage auditif. Pourquoi les prothèses auditives ne sont pas portées?

PAR PATRICIA GOSSELIN, AUDIOPROTHÉSISTE



Les appareils auditifs ont beaucoup évolué depuis le début de ma pratique il y a 18 ans. Nous sommes passés des prothèses analogiques aux prothèses numériques, aux réducteurs de bruits, aux transpositions fréquentielles, aux compressions adaptatives, au Bluetooth et j'en passe! Pourtant, il y a encore des appareils auditifs qui ne sont pas portés. Pourquoi finissent-ils oubliés dans le fond d'un tiroir? À qui la faute? Aux appareils? À l'audioprothésiste? Aux patients?

Les manufacturiers de prothèses auditives travaillent constamment à améliorer leurs produits. Les appareils analysent désormais plus rapidement l'environnement sonore du porteur. Ils sont capables d'en distinguer jusqu'à sept différents. Il est possible d'utiliser cette technologie et son potentiel pour permettre au malentendant de profiter au maximum de son environnement sonore. Mais comment s'y prendre?

Il faut tout d'abord comprendre sa perte d'audition. Les prothèses de votre beau-frère ne sont peut-être pas les meilleures pour vous... C'est le type de perte d'audition qui justifie l'utilisation d'un modèle particulier plutôt qu'un autre. Il vous faut la bonne prothèse pour vous.

Ensuite, lorsque les résultats audiologiques sont compris, il est possible alors d'établir des attentes réalistes. Les appareils permettent d'entendre. Ils transmettent les sons de l'environnement

jusqu'à l'oreille interne. Le nerf auditif a pour rôle d'acheminer les informations de l'oreille interne au cerveau. Nous entendons avec notre oreille et comprenons avec notre cerveau. Le lien entre les deux est le nerf auditif. Le patient atteint d'une surdité conductive sans atteinte du nerf auditif n'aura pas le même résultat que celui ayant une surdité neurosensorielle avec une atteinte du nerf auditif. imaginez qu'une personne anglophone vous parle. Si elle ne parle pas assez fort pour que vous l'entendiez, vous ne pourrez jamais la comprendre. Par contre, même si elle parle très fort, si vous êtes bilingue à 50 pourcent, vous ne pourrez pas comprendre plus de 50 pourcent de ce qu'elle vous dit. Même si vous entendez les mots. La prothèse amplifie de façon intelligente la voix, mais elle n'est pas un interprète. Si vous avez une atteinte du nerf auditif, vous ne serez jamais parfaitement bilingue. Est-ce que cela veut dire qu'une prothèse ne peut pas vous aider? Non, bien au contraire! Le nerf auditif est souvent affaibli, mais rarement inefficace complètement. Sur l'audiogramme on peut voir une discrimination (exemple : 56% de discrimination), et ce, même si la personne n'entend pas. Cela veut dire que lorsque l'amplification est adéquate, la personne pourra entendre 56% des sons. Par contre, si le son n'est pas assez fort et que l'information ne se rend pas à l'oreille interne, le nerf n'aura pas d'information à transmettre au cerveau, c'est sûr! Même pas 56%. La prothèse va permettre au nerf auditif d'avoir l'information et d'envoyer 56% de cette information au cerveau, mais pas plus... Même si la prothèse est ajustée au meilleur... Il faut entendre pour comprendre!



PATRICIA GOSSELIN
audioprothésiste

LAURIER QUÉBEC
Édifice Champlain
2700, boul. Laurier, bureau 6300
Québec G1V 4K5
T 418 650.9090
F 418 650.6720
www.prevostaudio.com

PRÉVOST
Audioprothésistes

On est fait pour s'entendre

De la même façon qu'il est important de comprendre sa perte d'audition pour avoir des attentes réalistes, le patient doit également comprendre l'importance de l'adaptation. Le cerveau reçoit plus de données avec une prothèse auditive. Il doit apprendre à utiliser cette nouvelle quantité d'information. Plus vous portez vos appareils et plus le cerveau devient compétent à gérer les sons et à comprendre. Donnez-vous le temps de vous adapter.

Durant cette adaptation et après, le suivi avec un audioprothésiste est important. Les appareils sont ajustés selon votre test d'audition. Un test d'audition illustre comment vous entendez des sons purs dans une cabine insonorisée. Vos proches ne vous parlent pas en sons purs et malheureusement ou heureusement, notre environnement sonore n'est pas aseptisé. Les méthodes prescriptive sont un point de départ. Pour les réglages fins, le professionnel a besoin de vous, de vos commentaires, de vos impressions. Vous faites partie de la solution. Donnez-lui des exemples concrets de situations difficiles. Vous ne pouvez pas dire à votre audioprothésiste : « diminue de 3.5 décibel le 4khz! » Mais lui peut déduire de vos commentaires les modifications à apporter à l'amplification. Impliquez aussi vos proches dans le cheminement. Plus ils comprendront votre perte d'audition et vos besoins, moins vous ressentirez de pression de leur part. Faites-vous accompagner pour vos rencontres chez l'audioprothésiste. Les membres de la famille profiteront des explications et ils peuvent également noter des changements que vous n'avez pas remarqués.

Finalement, je suis convaincue que lorsque l'on prendra conscience des avantages à porter une prothèse auditive, il ne sera plus question de la ranger dans un tiroir. Ce ne sont pas des oreilles neuves, mais elles permettent un lien avec la société dans les échanges avec nos semblables. Notre cerveau a besoin de cette stimulation intellectuelle externe. L'isolement social progressif n'apporte rien de bon. La capacité de concentration diminue chez l'individu isolé. La personnalité change pour devenir plus agressive, plus stressée et renfermée. Saviez-vous que les recherches démontrent qu'il peut exister un lien entre la perte d'audition non corrigée et les maladies dégénératives comme l'Alzheimer? À l'opposé, retrouver une audition fonctionnelle augmente la confiance en soi du malentendant, diminue l'anxiété, améliore ses rapports avec ses proches, brise l'isolement social et redonne le plaisir de partager, d'apprendre.

David Lodge écrit dans son roman **La vie en sourdine**¹: *Les sons ont du sens, ils véhiculent de l'information ou communiquent un plaisir esthétique. Le bruit est laid et dépourvu de sens. La surdité transforme tant de sons en bruits que vous préférez opter pour le silence.* N'attendez pas que le son se transforme en bruit. Le silence n'est plus la seule solution. Retrouvez les sons! ■

¹ LODGE, David (2008), *La vie en sourdine*, Payot et rivage

La vie en sourdine

David Lodge | ISBN : 274-3-618-442 | Parution : 2008 | Coût : 22\$

Résumé :

Desmond a des problèmes d'ouïe. Et d'ennui. Professeur de linguistique fraîchement retraité, il consacre son ordinaire à la lecture du Guardian, aux activités culturo-mondaines de son épouse, dont la boutique de décoration est devenue la coqueluche de la ville, et à son père de plus en plus isolé là-bas dans son petit pavillon londonien.

Lors d'un vernissage, alors que Desmond ne comprend pas un traître mot de ce qu'on lui dit et répond au petit bonheur la chance, une

étudiante venue d'outre-Atlantique lance sur lui ce qui ressemble très vite à une OPA. Pourquoi Desmond ne l'aiderait-il pas à rédiger sa thèse?

Le professeur hésite. Pendant ce temps son père, martial, continue à vouloir vivre à sa guise et son épouse à programmer d'étonnants loisirs... Comique, tragique, merveilleusement autobiographique, le nouveau roman de David Lodge s'inscrit dans le droit fil de *Thérapie*.



Une toute première Journée nationale de la maladie de Ménière

PAR DIANE GAGNON, MEMBRE

L'APDA, à titre d'ambassadrice de l'événement, a offert sa collaboration pour la mise en place d'une journée dédiée à la maladie de Ménière. L'idée proposée de présenter une conférence en direct sur la page Facebook de l'association a eu lieu le 17 novembre dernier dans nos locaux.

Ce privilège de participer à un échange public en direct via Facebook m'a été suggéré et c'est avec grand plaisir que je me suis jointe à l'équipe de Kim Auclair, animatrice et présidente de Niviti, Samuel Montmigny, audiologiste au CIUSSS Capitale-Nationale, Nancy Porter, responsable du dossier Ménière à l'APDA et Marie-Hélène Tremblay, directrice de l'APDA pour parler de la maladie dont je suis atteinte depuis trois ans.

Lors de cette rencontre, nous avons abordé les aspects médicaux à savoir notamment: la nature de la maladie, les symptômes,

les traitements possibles, les variantes d'une personne à l'autre, les ressources disponibles et les recherches actuelles.

La conférence s'est terminée sur un volet plus intime, c'est-à-dire le vécu de chacun, les répercussions au quotidien, les changements de vie de la personne atteinte et ses proches.

Si vous n'avez pu participer à l'événement en direct, vous pouvez visionner la conférence avec sous-titrage sur la page Facebook de l'association :

<https://www.facebook.com/orgapda/>

Nous souhaitons répéter cette journée du 17 novembre à chaque année dans le but de faire connaître la Maladie de Ménière et de briser l'isolement de ceux qui en sont atteints. Pour cette première édition, tous les intervenants du CIUSSS Capitale-Nationale ont été invités à nous écouter en direct sur leur intranet. De plus, plusieurs personnes et professionnels ont démontré leur intérêt à faire partie du comité au cours des prochaines années. Serez-vous des nôtres? ■



Partir de loin

ENTRETIEN RÉALISÉ PAR MARIE-HÉLÈNE TREMBLAY, DIRECTRICE

L'histoire de Suzanne est unique. Elle fait preuve d'un courage immense et se révèle à vous en toute simplicité pour que son chemin puisse vous donner espoir que l'on peut s'épanouir professionnellement malgré la maladie.

Suzanne, parlez-moi de votre parcours professionnel :

J'ai une formation en secrétariat, secrétariat médical et plusieurs perfectionnements en langue française, rédaction Web, informatique, comptabilité et administration. J'ai été, entre autres, technicienne en administration pour le gouvernement du Québec pendant plusieurs années. Mon parcours professionnel m'a amené à faire des tâches de secrétariat, de révision linguistique, de transcription médicale et beaucoup de tâches administratives dont : le suivi des contrats, les prévisions et le suivi budgétaire, de la gestion documentaire et matérielle ainsi que de la gestion en ressources humaines. J'ai quand même eu de grosses responsabilités.

Quels sont les défis que vous avez dû relever lorsque vous avez appris que vous aviez une déficience auditive ?

J'avais un problème auditif depuis l'âge de 17 ans. J'étais suivie au CHUL. En juillet 2012, j'ai dû cesser de travailler, car je n'entendais plus rien et je n'arrivais plus à me tenir debout. J'avais une surdité profonde d'une oreille, des migraines, de l'hyperacousie, des acouphènes et des vertiges. Je suis allée consulter à l'urgence où on m'a dit qu'il n'y avait rien d'anormal... Je suis retournée plusieurs fois et au bout de quinze jours, on m'annonce que j'ai une otite interne moyenne et que le nerf auditif est atteint. C'est irréversible. On me prescrit de la Cortisone à forte dose, mais je suis laissée à moi-même. Les acouphènes m'empêchent de dormir. C'est seulement après deux ans qu'on me diagnostique la maladie de Ménière! C'est une période pénible. J'ai peu d'aide et je suis laissée à moi-même. C'est seulement en avril 2013 que je suis admise pour les services de l'IRD PQ. Une série de deuils s'enclenchent alors. Je réfléchissais beaucoup à mon avenir. Je suis mélomane et je ne pouvais plus écouter de musique classique, il y avait trop de distorsion. Je ne pouvais plus sortir pour aller marcher, à cause des pertes d'équilibre et de l'hyperacousie qui est très invalidante. Le restaurant, le cinéma, le social au travail, tout devait maintenant passer par des stratégies d'adaptation. En 2015, lassée d'attendre un retour au travail qui ne vient pas et dû au peu d'aide que je reçois de ce côté, je décide de démarrer mon entreprise en

transcription médicale et révision linguistique. Le côté le plus difficile du travail à domicile ce n'est pas la discipline, mais d'avoir une routine adaptée à mes besoins et d'entretenir un réseau professionnel. Cet aspect de ma vie professionnelle est toujours en développement. Mon médecin m'a dit qu'il était très rare qu'un retour au travail s'effectue après un si long temps d'arrêt.

Quelle est la réelle aide que vous avez reçue ?

L'organisme La Croisée m'a permis de savoir si mes droits étaient respectés ou non, et d'élaborer un plan d'action pour mon projet. Sphère Québec a contribué au remplacement d'une partie de mon revenu et m'a soutenu pour le démarrage de mon entreprise sur plusieurs autres aspects (matériel adapté, formation, coaching, etc.). La Fondation des Sourds du Québec m'a offert un soutien financier. L'IRD PQ, grâce à l'aide d'une équipe multidisciplinaire, m'a soutenue dans l'adaptation de mon milieu de travail. Tous ces gens ont travaillé de concert avec moi pour m'aider à démarrer mon entreprise adaptée à mes besoins, *Excellence Transcription Enr.*





EXCELLENCE TRANSCRIPTION

Services de transcription médicale, de secrétariat et de bureautique
Transcription de documents médicaux (notes, rapports, expertises, etc.)
à l'aide de fichiers audionumériques.

Correction selon les règles orthographiques
et grammaticales, traitement de texte, mise en page et plus.

Travail soigné adapté à vos besoins à un prix concurrentiel.
20 ans d'expérience pour vous servir!

581 990-1675

suzanne.boutin@excellencetranscription.com
www.excellencetranscription.com

Qu'est-ce que la maladie de Ménière ?

C'est une maladie très invalidante, peu connue des médecins puisque qu'elle est considérée orpheline. J'ai la chance que ma maladie soit à prédominance cochléaire. Je n'ai donc pas de vertiges rotatoires, mais plutôt une instabilité constante. L'intensité des symptômes et la fluctuation de l'audition sont une gestion quotidienne. Par exemple, si je veux faire une sortie dans un endroit plutôt bruyant pour moi, je le paie cher les jours suivants (migraine, augmentation importante de mes symptômes, etc.). Cette maladie mène à une vie de privation et de sacrifices. Il faut apprendre à vivre avec. Je ne sais pas quelle est la cause de cette maladie, mais si j'avais été traitée et dépistée plus rapidement, peut-être que ma vie serait différente !

Qu'avez-vous appris à propos du marché du travail ?

Il ne faut pas se fier aux programmes d'aide de toutes sortes offerts par les employeurs. Il y a réellement de la discrimination à l'embauche et à l'emploi, aujourd'hui encore, peu importe le handicap.

Que recommandez-vous aux lecteurs ayant une déficience auditive ?

Il faut en parler, haut et fort. Cela peut faire bouger les choses ! Nous ne sommes pas moins compétents parce que nous vivons avec une maladie quelconque, nous sommes juste différents !

Si vous aviez à traverser à nouveau cette épreuve, que feriez-vous de différent ?

J'essayerais de demander de l'aide plus rapidement, surtout psychologiquement. Si j'avais eu de l'aide plus vite, j'en serais sortie plus rapidement ; se battre avec la maladie, se battre avec l'employeur pour conserver notre emploi et faire respecter nos droits, tout vient en même temps, donc ça atteint forcément le moral.

Quel sens avez-vous donné à cette épreuve ?

Au début, j'avais un grand sentiment d'injustice, j'ai donné beaucoup dans mon travail et je n'ai pas eu de reconnaissance. Même si aujourd'hui j'ai ma compagnie, j'ai encore des deuils à faire... Oui j'ai fait preuve de résilience, mais je n'avais pas le choix : on rebondit ou on s'assoit ; j'ai choisi de rebondir. Peu importe ce qui survient dans notre vie, on peut y arriver. Je ne regrette rien, c'est la meilleure chose qui pouvait m'arriver de démarrer mon entreprise. ■

Dans la tête de l'ambitieuse Kim Auclair

ENTRETIEN RÉALISÉ PAR ANNE-SOPHIE VERREAULT, COORDONNATRICE DES ACTIVITÉS

Dans le cadre du magazine sur la malentendance en milieu de travail, j'ai eu la chance de rencontrer la pétillante Kim Auclair, âgée de 33 ans. Kim est une entrepreneure qui conjugue avec une surdité sévère à profonde aux deux oreilles qui a évolué au fil des années. Aujourd'hui, elle ne porte qu'un appareil auditif à l'oreille droite qui lui permet d'atteindre une surdité légère. Donc d'être malentendante. C'est une passionnée par sa carrière et ses projets et elle a les yeux qui brillent de mille feux lorsqu'on lui en parle, ce qui laisse place à une entrevue à son image.



Photo : Annie Savard-Filion

AS : Parle-moi de ton parcours professionnel.

KA : J'ai commencé à m'intéresser à l'entrepreneuriat vers 18-19 ans. J'étais passionnée par le graphisme, mais je ne réussissais pas à me trouver un emploi. Ça me provoquait de la frustration de me faire dire non. Je faisais face à trois défis. J'étais malentendante, j'avais de la difficulté à communiquer et je n'avais pas d'expérience sur le terrain. J'ai donc décidé que j'allais montrer mon talent autrement, grâce à d'autres forces. On était à ce moment-là dans les années 2000, c'était donc le début d'Internet, tel qu'on le connaît. J'ai découvert le mentorat grâce au site Academos et l'un de mes mentors

m'a demandé si j'avais pensé à devenir entrepreneure au lieu de faire du graphisme pour une compagnie. J'ai toujours eu des projets, j'ai appris « sur le tas ». J'ai démarré ma première entreprise un an avant de commencer ma technique de graphisme au Cégep de Rivière-du-Loup. Je faisais donc mes apprentissages à l'école et j'appliquais ce que j'apprenais à mon entreprise. J'acquiesçais donc de l'expérience et j'avais hâte d'avoir terminé mes études. Après celles-ci, je suis allée travailler à Montréal, où j'ai créé mon réseau de contact, majoritairement via Internet. En 2010, les communautés web prenaient de plus en plus d'ampleur, et quelques personnes réussissaient à en vivre. En 2011, je suis donc devenue l'une des premières à me positionner comme gestionnaire de communauté « web » à Québec. Notamment grâce à mes propres expériences en tant qu'entrepreneure pour me faire connaître au moyen des médias sociaux et mon projet MacQuébec que j'avais fondé en 2005. J'ai ensuite créé mon entreprise NIVITI. Aujourd'hui, je suis toujours passionnée par le monde des affaires, j'apprends tout de manière autodidacte. Je fais également de la radio, des conférences et des formations.

AS : Quels sont les défis que tu as dû relever en lien avec ta déficience auditive ?

KA : Le plus grand défi en lien avec ma déficience auditive c'est les contacts par téléphone ou en personne, c'est plus difficile. Ma force étant le web, il est clair que je préfère échanger via ce canal de communication. Je suis convaincue que les premiers contacts téléphoniques m'ont fait perdre beaucoup d'opportunités. Dans des endroits où l'on trouve beaucoup de personnes, je suis plus portée à aller vers celles que je connais déjà, car c'est beaucoup plus facile pour moi. Aussi, dans les réunions ou les conseils d'administration où il y a plus de quinze (15) personnes autour de la table, ça devient compliqué de comprendre, je fais beaucoup répéter. Maintenant, je le nomme que je suis malentendante, ça facilite les contacts.

Photo : Didier Debusschère

AS : Aurais-tu des recommandations à faire aux employeurs afin de mieux intégrer les malentendants dans des milieux de travail ?

KA : S'adapter aux employés qui communiquent mieux par courriel ou plate-forme interne serait d'une grande aide. Il est plus facile pour nous de retenir une information lorsqu'elle est écrite que lorsqu'elle est verbalisée. Il faut que les employeurs se donnent la peine de s'adapter aux moyens et aux forces des malentendants. Il faut s'asseoir avec l'employé et lui ouvrir des portes pour faciliter son travail en étant flexible. La personne pourrait également être encadrée par quelqu'un qui l'aidera à progresser, en l'aidant à développer des habiletés qui sont plus difficiles pour elle, comme parler devant un groupe. Il pourrait aussi l'accompagner dans les réunions afin de prendre des notes pour l'employé malentendant. C'est important de ne pas se fermer, car c'est une façon de passer à côté d'énormément de talent.

AS : Quels conseils donnerais-tu à un(e) jeune malentendant(e) au secondaire ?

KA : Sers-toi du web, c'est une deuxième porte d'entrée pour atteindre tes objectifs. Essaie de mettre en avant-plan tes intérêts, ta personnalité et tes passions. Voit le web comme un outil qui peut te permettre d'avancer, mais soit également conscient de ce que tu y laisses. Si tu en as la chance, écoute des conférences sur Internet, plusieurs sont sous-titrées, inscris-toi sur des forums pour pouvoir poser tes questions. Intègre des communautés spécialisées. Si tu as des questions, n'aie pas peur d'écrire à des entrepreneurs de compagnies québécoises que tu apprécies. Ils sont beaucoup plus accessibles qu'on le pense et ça te permet de montrer ton ambition. Inscris-toi sur Academos pour avoir accès à du cyber-mentorat sur différents types d'emplois. <http://www.academos.qc.ca/>

AS : Qu'est-ce qui te permet de continuer à avancer ?

KA : Mon entourage personnel. J'ai toujours été fière d'être en mesure de séparer ma vie personnelle de ma vie professionnelle. Ils m'encouragent et sont fiers de moi même s'ils ne comprennent pas toujours ce que je fais. Ils m'aident à me dépasser et me rappellent la personne que je suis. J'ai maintenant un lien d'affaire avec mon père pour mes espaces de travail collaboratifs qui se trouvent dans la bâtisse de son entreprise et j'en suis choyée. Ils me soutiennent, m'aide à gérer mes finances et sont de bons conseils. Il y a aussi mon sentiment de satisfaction de réalisation qui me permet



de continuer à avancer. Je suis satisfaite quand je sais que je suis allée au bout d'un projet. Je veux tout faire sur le web pour permettre de transmettre des connaissances et de développer les compétences des gens.

Kim est une personne dynamique et passionnée par son métier. J'ai senti lors de l'entrevue que même si elle a pu m'énumérer des défis qu'elle a rencontrés en lien avec sa déficience auditive dans son choix de carrière, c'est loin d'être quelque chose qui pourrait l'arrêter d'avancer. Kim est un bel exemple de persévérance et d'ambition. Je retiens de cette entrevue que peu importe ce qu'on veut faire dans la vie, des forces ou des limites qu'on a, il y a toujours un moyen d'y arriver.

Merci Kim pour cette belle entrevue très riche en contenu. Je te souhaite du succès pour la suite de tes projets d'entreprise! ■

Vous pouvez lire l'autobiographie de Kim Auclair dans le livre « Dans la tête d'une entrepreneure », détaillé dans la rubrique Livres à la page 26 du magazine.



Qu'est-ce que c'est « Aînés-Nous à vous aider! » ?

Si vous êtes une personne de 50 ans et plus et que vous avez besoin d'aide ou de soutien, nous pouvons vous aider.

Aînés-nous à vous aider! est un service gratuit et confidentiel offert par le Centre d'action bénévole du Contrefort (CABC) depuis 2007 et s'adresse à la population de 50 ans et plus. Il vise à dépister les personnes âgées isolées, démunies ou vulnérables qui demeurent sur les 8 territoires de la ville de Québec.

Notre équipe composée de 8 travailleurs de milieu prendra le temps de vous faire exprimer vos besoins, de les comprendre et de vous référer vers les programmes et les ressources de votre milieu convenant le plus à votre situation. Si cela s'avérait nécessaire, un travailleur de milieu pourrait vous rencontrer et même vous accompagner lors de vos démarches.

Vous avez vous-même besoin d'aide ou vous connaissez une personne qui en aurait besoin? Contactez l'un de nos 8 travailleurs de milieu. Il lui fera plaisir de vous rencontrer et de discuter avec vous!

Nous pouvons vous aider à trouver des ressources qui répondent à vos besoins

GRATUIT et confidentiel

Service du

Centre d'action bénévole du Contrefort

<p>Stoneham-et-Tewkesbury Lac-Beauport / Lac-Delage Notre-Dame-des-Laurentides 418 933-5483</p>	<p>Neufchâtel-Est / Lebourgneuf Des Châtel 581 982-5937</p> <p>Saint-Roch Saint-Sauveur 581 983-3972</p>	<p>Limoulu 581 984-2397</p>
<p>Charlesbourg 418 922-0963</p>	<p>Duburger / Les Saules Vanier 581 982-6501</p>	<p>Loretteville / Saint-Émile Lac-Saint-Charles 581 983-4258</p> <p>Beauport 581 982-0540</p>

Pour de plus amples informations n'hésitez pas à contacter directement le directeur du service aux individus M. Louis Lemieux au (418) 622-5910 poste 229

Bilan des activités de l'automne

Activités hebdomadaires

Programme PIED

Le Programme Intégré d'Équilibre Dynamique (PIED), animé par un professionnel de la santé, est offert gratuitement par le CIUSSS Capitale-Nationale aux membres de l'association qui sont préoccupés par les chutes ou par leur équilibre. Pour la session d'automne, le nombre maximal de participants a été

atteint, soit 12 personnes. Les cours ont lieu dans les locaux de l'APDA, les lundis et les mercredis de 10h à 11h.

Après les fêtes, ce sera le programme Viactive qui sera offert dans les locaux de l'APDA. Dépêchez-vous de vous inscrire, les places sont limitées. ■

Club de communication

Le Club de communication permet aux membres d'échanger des façons ou des stratégies pour mieux communiquer et de suivre les conversations avec l'entourage, de discuter de différentes difficultés rencontrées à cause de problèmes d'audition et de trouver des stratégies pour améliorer la communication et alléger les difficultés. Le club est, pour la session d'automne, victime de son succès, puisque le nombre maximal de participants a également été atteint.

Pour la prochaine programmation d'activités, un nouveau groupe sera mis sur pied qui s'appellera « Ateliers d'échanges

d'informations ». Ce nouveau service s'adresse aux anciens membres, aux nouveaux membres et à leurs proches qui voudraient avoir de l'information sur les services offerts aux personnes malentendantes et participer à développer les services de l'APDA. ■



Activités Ponctuelles

Épluchette de blé d'inde

La traditionnelle épluchette de blé d'inde s'est tenue le 9 septembre dernier. Ce fut un agréable moment pour les membres de l'Association qui étaient présents. Un merci tout spécial à Gilles et Micheline de nous avoir généreusement ouvert leur terrain pour l'occasion. ■



Brunch d'halloween

Le 21 octobre dernier s'est tenu un brunch au restaurant Au Petit Coin Breton. Une trentaine de membres, ce qui était la capacité maximale de la salle, se sont rassemblés pour venir prendre un bon repas et pour venir échanger entre eux. Un merci spécial à Marie-Luce Bellemare pour avoir réservé la salle et avoir opéré les communications entre le restaurant et l'Association. ■

Un souper pour bien s'entendre

Le 10 novembre dernier s'est tenu un souper au restaurant la Piazzetta. Pour l'occasion, une quinzaine de personnes s'est rassemblé autour d'une bonne pizza dans l'optique de venir tisser des liens avec les autres membres de l'APDA. Un grand merci à tous pour votre participation. ■



Création de capteurs de rêves

Le 16 septembre, nous avons créé de beaux capteurs de rêves en compagnie de Diane Andicha Picard de la Maison Andicha de Wendake. Petits et grands sont partis avec un beau sourire et de très belles réalisations. ■





L'APDA

*vous souhaitez de passer
un temps des fêtes rempli d'amour
et de bons moments de bonheur!*

Vivre avec une déficience auditive peut causer certaines craintes durant les périodes festives...

Effectivement, la concentration et l'énergie nécessaire pour tenter d'entendre dans le bruit des rassemblements sont souvent épuisantes. Certains choisissent de s'isoler, d'autres préfèrent limiter la durée des rencontres et leurs fréquences, mais il est primordial d'être à l'écoute de nos propres limites et de demander aux autres de nous respecter face à nos choix.

L'important, c'est le plaisir qu'on a de partager de bons moments ensemble et non de satisfaire les attentes des autres. L'essentiel, c'est de sentir qu'on fait partie d'une communauté, comme celle de notre belle association.

En cette période festive, si vous désirez contribuer à notre mission qui rassemble les gens, tout en favorisant la participation sociale et en considérant la réalité des personnes malentendantes, nous vous invitons à le faire par chèque ou sur notre site Internet (section Don.)

Nous vous remercions de votre générosité et vous souhaitons une belle période de congé.

L'équipe de l'APDA



POUR LE DON DE L'AUDITION

Notre mission principale est d'aider les personnes malentendantes dans le besoin à retrouver le plaisir d'entendre et sensibiliser la population à l'importance de la santé auditive.

Pour plus de renseignements, visitez notre site Web au www.fondationgroupeforget.ca, ou téléphonez au 1-877-VOTRE-VIE.



RETROUVEZ LE PLAISIR D'ENTENDRE

« J'ai attendu 10 ans avant de consulter. En un seul appel, c'était réglé. »

Première consultation sans frais
1-888-ENTENDRE

Plus de 80 cliniques au Québec
www.groupeforget.com



Prix Hommage de l'année de l'arrondissement de la Haute Saint-Charles

Madame Micheline Careau, secrétaire du conseil d'administration de l'APDA a remporté le prix hommage de l'arrondissement de la Haute Saint-Charles pour son implication en tant que bénévole au Club Optimiste de Saint-Émile. L'arrondissement organise, depuis cinq ans maintenant, la tenue d'un Gala Méritas pour honorer l'implication des bénévoles dans la vie de leur communauté.

Toutes nos félicitations à la lauréate! ■



Photo : Ville de Québec

Page Facebook

Suivez-nous sur les réseaux sociaux!

L'APDA a une page Facebook qu'elle garde active en l'alimentant d'articles de toutes sortes reliés notamment à la malentendance, en y partageant les événements, les activités qu'elle propose et en y présentant des conférences en direct. L'équipe de l'association vous invite fortement à suivre cette page. Venez aimer notre page afin de rester informés en temps

réel des activités de l'organisme et de ce qui se passe ailleurs en lien avec les problèmes d'audition. ■



Association des personnes avec une déficience de l'audition

In Memoriam

Nous avons le regret de vous informer du décès, le 27 septembre 2017, de **Mme Nicole Huot-Careau**. Elle était la belle-sœur de Micheline Careau, membre du conseil d'administration.

Toutes nos sincères condoléances sont offertes aux proches, à la famille et aux amis de madame Nicole-Huot.

L'APDA remercie les proches d'avoir donné généreusement pour la poursuite de la mission de l'APDA.

Les formulaires de dons sont disponibles en ligne sur www.apda.ca ou directement à l'association.

Une expérience médiatique bien mouvementée !

Journée nationale de la maladie de Ménière dans les médias



NANCY PORTER, ADMINISTRATRICE

Dans le cadre du lancement officiel de cette journée, il y a eu plusieurs réactions dans les médias ; la preuve que cette maladie suscite l'intérêt de nos partenaires...

D'abord, nous sommes allées à une entrevue à l'émission *Les Différents* de la station CKRL au FM 89,1, diffusée le vendredi, 10 novembre 2017, de 9h à 10h; il s'agit d'une radiodiffusion qui met en lumière et vulgarise les différences humaines, sociales, sans oublier les tabous et les préjugés qui existent et perdurent encore aujourd'hui en société. Durant cette discussion, Kim Auclair a parlé de son parcours professionnel différent et inspirant. Elle a nommé ce qu'elle a réussi à faire malgré le fait de vivre avec une surdité. Elle a raconté ne pas s'être laissée abattre par sa différence et comment elle en a fait une force.

Puis, j'ai parlé de ce qu'est la maladie de Ménière, comment elle est arrivée dans ma vie, ce qu'elle cause aux gens qui vivent avec et ce que j'ai mis en place, au cours des années, afin de réussir à mieux vivre avec cette maladie. Il fut aussi question du déroulement de la journée nationale consacrée à cette maladie et comment peut-on y participer. *Immédiatement après notre entrevue quelqu'un a téléphoné à la station pour nous remercier et dire qu'elle aura besoin de nos services pour une de ses proches. Pour nous, c'était mission accomplie!*

Ensuite, nous avons rencontré l'équipe de l'émission *Les Capés* de la station CKIA au FM 88,3, qui diffuse les lundis de 10h à 11h. L'émission se veut une tribune pour démystifier les problématiques reliées aux personnes handicapées. L'entrevue portait donc sur l'identification la maladie de Ménière, les

raisons qui m'ont poussée à créer un groupe de personnes vivant avec cette maladie et le bonheur de réaliser qu'il y a maintenant une Journée nationale de la maladie de Ménière. Comme à la dernière émission, j'ai pu parler des symptômes, de l'importance de consulter rapidement, du fait que chaque personne vit avec la Ménière à sa manière et des services que nos centres de réadaptation nous offrent afin de mieux gérer cette maladie.

Enfin, une troisième émission s'est ajoutée à notre tournée médiatique. Le canal M nous a invitées à témoigner de notre vécu en tant que personne atteinte de la maladie. Cette brève entrevue a été diffusée dans le cadre de l'émission *M la vie* qui est un magazine accessible sur Internet où il est question de santé, de consommation, de culture et de loisirs adaptés et accessibles pour les personnes en situation de handicap. Les invités et les chroniqueurs proposent des ressources pour vous faciliter la vie, vous aident à faire des choix judicieux et vous suggèrent des activités pour mordre dans la vie. On peut écouter l'émission en ligne sur leur site Internet : <https://canalm.vuesetvoix.com>

Je vous invite à suivre ces émissions de radio qui peuvent vous interpeller sur divers sujets reliés de près ou de loin avec la déficience auditive. Ce fut un plaisir de partager mes expériences de vie en compagnie du public. ■

Demeurer active socialement et professionnellement malgré ma surdité

PAR FRANCINE CHALUT, ADMINISTRATRICE

Pour ceux qui ne me connaissent pas, je suis malentendante depuis la naissance de mes enfants. Je souffre d'otosclérose, une maladie de l'oreille où les osselets se soudent ensemble. Il paraît que c'est héréditaire, mais je n'en connais pas dans ma famille.

Durant les premières années, j'ai porté un petit appareil à une seule oreille et tout allait bien. À l'époque, j'étais femme au foyer, donc ça ne causait pas trop de problème.

En 1992, mon mari et moi avons acheté une résidence pour personnes âgées à Pont-Rouge. Heureusement, qu'il était là pour la nuit, car je n'avais pas d'équipements d'aide à l'audition autres que mes prothèses auditives.

En 1998, nous avons vendu la résidence et nous sommes revenus à St-Augustin. Un an plus tard, nous divorçons et je me suis retrouvée seule avec mon fils atteint de la maladie d'Asperger. Pour ne pas sombrer dans la dépression, je consulte un psychologue et une orthophoniste à l'IRDPO. De plus, je m'inscris, en compagnie d'une amie, à des cours de Langue des signes québécoise (LSQ). Dans le but de pratiquer, nous allions à l'Association des sourds où nous avons reçu un bel accueil. Côté des sourds m'a aidé à accepter ma malentendance. Car, j'ai oublié de vous faire mention que ma surdité avait augmenté. Ma bonne oreille est devenue la moins bonne.

En 2005, je suis acceptée pour recevoir un implant cochléaire. Dans mon cas, ce fut un changement positif. Je me suis mise à entendre les sons que n'entendais plus depuis longtemps.

En 2009, mon fils part de la maison et je la vends. Le hasard a voulu que je retourne vivre avec mes parents. Depuis, je demeure avec eux et je m'occupe de notre commerce de produits naturels. Pour répondre aux clients et faire les livraisons, je n'ai pas de problème. Ce qui est plus ardu maintenant, c'est de répondre au téléphone. Il y a longtemps, nous participions à des expositions, mais maintenant je n'en fais plus.

Malgré ma surdité, j'ai toujours continué à m'impliquer dans mon milieu. J'ai été membre du comité d'école, j'ai été membre du conseil d'administration (CA) de l'Association féminine

d'éducation et d'action sociale (AFEAS) de St-Augustin et du CA de l'AFEAS régionale pendant plusieurs années. J'ai aussi participé à la création d'un photoroman sur les différents handicaps. Ce fut une belle expérience. Je pratique l'aquaforme deux fois par semaine. Je ne m'empêche pas d'aller au cinéma ou de voir un spectacle, sauf pour les humoristes... ■



 **Shaklee®**
DISTRIBUTEUR INDÉPENDANT

D.L. Chalut inc.
Denise et Réal Chalut
Francine Chalut
1155, avenue Beaupré
Québec (QC) G1W 4B6
Tél. local : 418 658-8534
Sans frais : 1 800 658-8534
chalutr@videotron.ca

PRODUITS NATURELS EN
HARMONIE AVEC LA NATURE
ET LA SANTÉ

Vitamines formule de pointe	Vita-C
Calcium + D	Ail
Protéines	Lécithine
Oméga 3	Complex-B
Vita-E	Luzerne
	Zinc

<http://dlchalut.myshaklee.com/can/fr/welcome>

Nouvelle équipe

Marie-Hélène Tremblay
Directrice



Je me présente à vous en tant que nouvelle directrice de l'APDA. Je suis une travailleuse sociale avec quatre années d'expérience à la direction générale d'organismes communautaires.

La mission de l'APDA m'interpelle personnellement puisque je dois souvent composer avec mes propres limites auditives ainsi que celles de plusieurs personnes de ma famille. C'est donc tant dans un intérêt professionnel que personnel que je désire m'investir pour faire rayonner la mission de l'APDA.

C'est pour moi une grande joie de mobiliser la communauté enfin d'améliorer la richesse des liens qui se tissent entre nous. La participation juste de tous à la société et la lutte aux exclusions sociales sont des enjeux que je défends depuis le tout début de ma carrière en 2004. Nous avons toutes et tous des limitations et des handicaps, visibles ou non. C'est donc pourquoi le travail de tous les membres d'une société est essentiel pour que chacun y trouve sa juste place! ■

Anne-Sophie Verreault
Coordonnatrice des d'activités



Je vous écris ces quelques lignes pour me présenter à vous. Je suis la nouvelle coordonnatrice des activités pour l'association. J'ai étudié en Techniques de travail social et depuis la fin de mes études, je cumule les expériences notamment dans l'arrondissement de Charlesbourg et auprès d'une clientèle avec des limitations.

Ce poste à l'APDA représente une très belle opportunité pour moi et je me sens d'attaque à travailler de concert avec les membres et les bénévoles de l'organisme, et ce, afin d'offrir des services de qualité qui répondront aux besoins de la clientèle de l'association.

Je me sens interpellée par la mission de l'organisme, car je crois fermement en une société juste et inclusive pour tous. C'est avec mes expériences personnelles et professionnelles ainsi qu'avec le sourire aux lèvres et mes nouvelles idées que je prends les responsabilités rattachées au poste de coordonnatrice d'activités. ■



Association des personnes
avec une déficience de l'audition

Service d'accompagnement et de soutien à la communication

Vous avez de la difficulté à entendre lors de vos rendez-vous?

Vous angoissez à l'idée de ne pas comprendre?

Vous n'êtes plus seul!

L'APDA offre un service de soutien à la communication et de prise de notes. Nos bénévoles sont spécifiquement formés pour vous accompagner. Contactez-nous!

Service gratuit.

Service offert grâce à :



Pour devenir membre :

25 \$ par année pour être membre actif

5 \$ par année pour les personnes qui vous accompagnent

20 \$ par année pour être membre de soutien

Téléphone : 418 623-5080

Télécopieur : 418 623-8936

info@apda.ca | apda.ca

Théo Turgeon, virtuose de la scie à chaîne

ENTRETIEN RÉALISÉ PAR ANNE-SOPHIE VERREULT, COORDONNATRICE DES ACTIVITÉS

C'est un honneur de vous présenter monsieur Turgeon qui est membre de l'APDA depuis 2005. Théo a une longue expérience dans le domaine du commerce. Il est un excellent exemple de réussite professionnelle avec une déficience de l'audition. C'est une très belle rencontre enrichissante et pleines d'anecdotes que je suis enchantée de vous partager dans ce magazine.

Ses débuts en hôtellerie

Théo a eu son premier hôtel à Notre-Dame-de-Portage de 1946 à 1948, puis il l'a vendu pour acheter un autre hôtel où il pouvait avoir un permis d'alcool.

En 1950, en passant à Lavaltrie, Théo a vu un hôtel à vendre qui correspondait à ses exigences. Il y avait une belle salle de danse avec la possibilité de faire des spectacles le samedi. Il en a donc fait l'acquisition.

En mars 1952, Théo a vendu cet hôtel. Le dernier soir où il était à l'établissement, il eut la visite d'un ami de Québec. Cet ami lui demanda : « Pourquoi tu ne vendrais pas des scies mécaniques ? J'ai une agence à Québec et les affaires sont bonnes. » Monsieur Turgeon se rendit donc régulièrement sur place jusqu'au mois d'octobre 1952. Il trouvait l'expérience très intéressante. Déjà il commençait à visualiser son propre magasin et il oublia assez vite l'idée de se racheter un hôtel.

Théo Turgeon INC.

En mars 1953, Monsieur Turgeon a débuté à son compte comme agent de scies à chaînes. Il devient rapidement importateur de scies suédoises. La Partner était d'une qualité reconnue, mais un peu difficile à réparer. Quelques temps après, la R16 est arrivée sur le marché. Cette dernière allait lui permettre de passer premier devant les compagnies Stihl et Husqvarna, les deux leaders sur le marché.

En 1976, Théo a vendu 17 554 scies Partner, ce qui demeure à ce jour un record dans l'Est du Canada.

En 1982, Monsieur Turgeon a vendu sa première compagnie, avec l'intention de prendre sa retraite.



En 1987, il revient, cependant, sur le marché du travail. Il ouvre son commerce sous le nom de Théo Turgeon (Équipement) INC. où l'on pouvait se procurer cette fameuse scie japonaise, la Shindaiwa.

Ce fut en 2000 qu'il prit définitivement sa retraite.

Sa déficience auditive en milieu de travail

En 1977, à la suite de quelques accidents de la route, Monsieur Turgeon a commencé à être étourdi tous les matins, durant un an. Il a ensuite décidé d'aller consulter et il fut diagnostiqué de la maladie de Ménière.

En 1978, il a été opéré à l'oreille droite. À la suite de l'intervention, Monsieur Turgeon n'avait plus de vertiges. Par contre, son résidu auditif se situait autour de 40% pour cette oreille.

En 1997, il a perdu instantanément presque totalement ses capacités auditives à l'oreille gauche. Effectivement, à son réveil, son audition était comme à l'habitude et à 11h, plus rien. Lui restant que 3% de son audition sur cette oreille, les médecins disent que ça ne vaut pas la peine de l'appareiller.

Il affirme que sa déficience de l'audition n'a pas eu directement d'influence sur son parcours professionnel, mais que ça n'a certainement pas aidé. Théo me confie que sa maladie lui a fait prendre sa deuxième retraite plus tôt que prévu. C'était plus difficile, car ça demandait d'être plus patient, ne sachant jamais s'il allait être assez en forme pour aller travailler.

Finalement, Monsieur Turgeon profite d'une magnifique retraite et nous partage une intéressante histoire. Des récits de personnes résilientes qui finissent bien, nous en avons besoin plus souvent. Merci Théo d'être parmi nous.

Je termine donc cette charmante entrevue en vous partageant une photo de lui lors de nos activités du Programme PIED; monsieur Théo sait toujours apporter un peu de couleur à l'association.... ■

Vous pouvez lire toute l'histoire professionnelle de Théo dans le livre *MBA vision d'un leader créateur de valeur\$*, détaillé ici-bas.

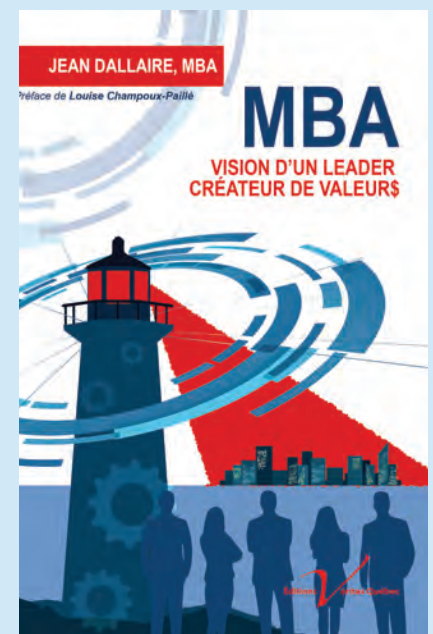
MBA – Vision d'un leader créateur de valeur\$

Jean Dallaire | ISBN : 978-2-89571-258-9 | Parution : 2017 | Coût : 25 \$

En référence à l'entrevue « Théo Turgeon, virtuose de la scie à chaînes » à la page 24

Poursuivre des études au programme MBA représente un défi passionnant, d'avant-garde même dans une spirale technologique qui s'accélère. Le grand public y trouvera également une représentation réaliste de la prise de décisions, face aux multiples facettes de la gestion.

On y découvrira de plus le cheminement de l'auteur au sein de quatre entreprises où il a évolué, incluant la biographie de trois leaders ayant connu un success-story au Québec. Ce livre vous fera voyager, à travers ses études de cas, en Finlande, en Allemagne, en France et aux États-Unis avec cette dimension captivante de la globalisation des marchés. L'approche dynamique de ce livre interpelle le lecteur, souvent au cœur des décisions au sein des équipes de direction où des points de vue peuvent s'affronter. Dans des situations parfois critiques pour l'entreprise, la vision d'un MBA saura éclairer par une solide documentation des faits. ■



Caroline St-Hilaire – *Se faire entendre*

Geneviève Lefebvre | ISBN : 978-2-764812-266 | Parution : 2017 | Coût : 24,95\$

En référence à l'entrevue « De quoi souffre-t-on le plus, de ne pas entendre ou de s'empêcher de rêver ? » à la page 4.

L'intégrité, l'honnêteté, l'engagement, c'est une question de valeurs, pas de fonction.

À travers le récit des grandes étapes de son parcours et de ses engagements, ponctué d'interventions de quelques-uns des témoins de sa vie, Caroline St-Hilaire se raconte avec humour et sensibilité, tout entière dans son désir d'encourager les femmes à participer à la vie politique. De son enfance déjà politisée jusqu'à sa vision de la société aujourd'hui, Caroline s'ouvre avec générosité sur sa surdité, son ascension fulgurante de jeune députée à mairesse de Longueuil, l'influence de ses mentors professionnels et celle de son entourage personnel, les femmes qui l'inspirent, la façon dont la politique se pratique et se vit de l'intérieur, sa découverte de la course à pied et sa rencontre avec l'homme de sa vie. Caroline St-Hilaire, une femme humaine et vibrante, un récit pour contrer le cynisme politique ambiant. ■



Dans la tête d'une entrepreneure – *Mes débuts en affaire*

Kim Auclair | ISBN : 978-2-924807-04-0 | Parution : 2017 | Coût : 19,97\$

En référence à l'entrevue « Dans la tête de l'ambitieuse Kim Auclair » à la page 14.

Entrepreneure, blogueuse et conférencière, Kim Auclair a développé, au fil des années, une riche expérience dans le domaine du Web. En plus d'être reconnue dans son secteur d'activité, elle a fondé, en 2005, MacQuébec, une communauté Web d'utilisateurs de produits Apple au Québec et préside depuis 2011 Niviti, une entreprise qui a pour mission de briser l'isolement des entrepreneurs et de propulser leur développement, grâce à la création de contenus pertinents et de communautés d'entraide. L'entreprise offre également un espace de coworking situé à Beauport.

Découvrez, dans ce livre, premier d'une série « Dans la tête d'une entrepreneure » l'impact du mentorat pour entrepreneur dans sa carrière, des conseils sur comment se trouver un mentor ou sur l'importance de se développer par soi-même comme entrepreneur et trouver des pistes de réflexions pour franchir le cap des cinq premières années d'existence d'une entreprise. Quelques exemplaires de son livre sont disponibles à l'APDA. ■



Appel à votre générosité

L'APDA est un organisme communautaire à but non lucratif .

Nous comptons sur votre soutien pour atteindre nos objectifs.

Que ce soit par votre bénévolat, par votre implication, par vos dons ou encore par un placement publicitaire dans le magazine, un coup de pouce est toujours apprécié.

Merci de votre soutien et de votre dévouement!



Adhésion



Association des personnes
avec une déficience de l'audition

Vous voulez devenir membre de l'Association des personnes avec une déficience de l'audition?

Devenir membre de notre organisme vous permet de pouvoir participer aux différentes activités de l'association, de recevoir l'infolettre mensuelle, le magazine Se Comprendre, trois fois par année ainsi que d'être consultés sur des questions et des dossiers entourant la sensibilisation et la défense des droits des personnes malentendantes..

Catégories de membres

Actif : 25 \$ **Associé : 5 \$** **Soutien : 20 \$** **Étudiant : 10 \$** **Organisme : 35 \$**

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____ Code postal : _____

Ville : _____ Province : _____

Adresse électronique : _____

Date d'anniversaire : _____ Téléphone : _____

VOIX : ATS/ATME :

Membre associé

Nom : _____ Prénom : _____

Date d'anniversaire : _____

Émettre votre chèque à l'ordre de l'Association des personnes avec une déficience de l'audition
7260, boul. Cloutier, Québec (Québec) G1H 3E8

Pour plus d'informations : 418-623-5080 ou info@apda.ca

SYSTEME D'IMPLANT COCHLEAIRE

Bénéficiez maintenant du nouveau système d'implant cochléaire Oticon Medical



Oticon Medical présente Neuro, le premier système d'implant cochléaire sous la marque Oticon Medical qui bénéficie d'une expertise de plus de 100 ans dans l'audition, associée à des décennies d'expérience dans l'implant cochléaire.

Conçu pour mieux entendre

Intégrant les technologies Oticon, le processeur de son Neuro One associe les dernières avancées de l'audition et de l'implant cochléaire. Avec de nombreuses fonctions automatiques et un traitement du son avancé, Neuro One vous assure une compréhension améliorée et la possibilité de prendre part aux conversations, quel que soit l'environnement.

Conçu pour la vie de tous les jours

Via les technologies Bluetooth® vous avez la possibilité de vous connecter sans fil à une multitude de dispositifs, pour profiter d'un son plus clair. De conception robuste et ergonomique, Neuro One est proposé dans un large choix de coloris.

Implant puissant et ultra-compact

Avec l'implant évolutif Neuro Zti, vous pourrez toujours bénéficier des dernières avancées technologiques en matière de processeurs de son, et continuer ainsi à profiter d'une expérience auditive incomparable - aujourd'hui et demain.



En savoir plus

Contactez votre bureau local Oticon Medical pour en savoir plus sur les disponibilités dans votre pays.
www.oticonmedical.com/neuro

Because
sound matters

oticon
MEDICAL