



## Fédération GymnO du Québec

### Conseil d'administration

Annie Simoneau, présidente  
 Jessica Burr, vice-présidente  
 Annie Larivière, trésorière  
 Sophie Villeneuve, secrétaire  
 Benoît Quessy, administrateur  
 Ian Aubin, représentant (GymnO Laurentides)  
 Francine Larivière, représentante (GymnO Laval)  
 Josée Martel, représentante (GymnO Repentigny)  
 Caroline Pépin, représentante (GymnO Montréal)

### Personnel administratif

Marie-Renée Poirier, coordonnatrice administrative

## GymnO Laval

### Conseil d'administration

Élise Hamel, présidente  
 Robert Courteau, vice-président  
 Joanie Landry, trésorière  
 Mylène Kittel-Hudon, secrétaire  
 Valérie Rhéaume, administratrice  
 Michelle LeMaire, administratrice  
 Noémie Courteau, administratrice  
 Joanie Gingras, administratrice  
 Cyndi Pepin, représentante du personnel d'animation  
 Laurent Cugno, administrateur  
 Nadine Giroux, administratrice

### Personnel administratif

Francine Larivière, directrice générale  
 Shawn Burr, adjoint aux programmes et à la comptabilité  
 Maïgwenn Desbois, développement et supervision des programmes  
 Elsa Nguyen, développement et supervision des programmes  
 Émilou Larocque-Charrier, stagiaire à la gestion des programmes

### Équipe d'animation du printemps 2015

#### La grande équipe d'animation du printemps:

Kellie Durocher, Lydia Hubert, Mélanie Turcotte, Mélanie Ranger,  
 Danika Shields, Jessie-Kym Masse, Jasmine Frenette, Lyza Bujold,  
 Katrine Chalifoux, Elsa Nguyen, Marie-Pier Genest, Nancy Ghaleb, Ioana  
 Preda et à titre de bénévole aux Globe-trotters, Jean-Pascal Bélanger.

### Professionnels consultants

Ergothérapeutes: Mireille Benoît et Anne-Karine Bouthillier  
 Orthophoniste: Marie-Claude Desrochers  
 Psychoéducatrices: Vanessa Harton-Dickner et Marie-Noëlle Gysel  
 Enseignante de danse: Maïgwenn Desbois

## GymnO Lanaudière

### Conseil d'administration

Carole Dumouchel, présidente  
 Marie-Josée Mongeau, vice-présente  
 Jean-François Matte, trésorier  
 Anik Dessureault, secrétaire  
 Josée Dussureault, administratrice  
 Pascal André Roussy, administrateur  
 Marc Laurendeau, administrateur  
 Francine Brien, administratrice

### Personnel administratif

Josée Martel, coordonnatrice administrative  
 Shawn Burr, adjoint comptabilité  
 Jessica Burr, responsable aux programmes

### Équipe d'animation, point de service Repentigny

#### Programme Explorateurs

Coordonnatrice: Jessica Burr  
 Moniteurs/monitrices: Julien Dubé, Vanessa Perrier, Pascale Lemay  
 Proulx, Mélanie Clermont, Mathilde Favreau, Gabriel Bergeron,  
 Andréanne Renaud et Rosalie Lapierre  
 Ergothérapeutes: Amélie Lemay

#### Programme ado-socialisation

Coordonnateur: Jessica Burr  
 Moniteurs/monitrices: Julien Dubé et Vanessa Perrier

## GymnO Montréal

### Conseil d'administration

Josiane Lepage, présidente  
 Emmanuelle Gobeil-Lelièvre, vice-présidente  
 Geneviève Gagnier, secrétaire, parent  
 James Nelson, trésorier, parent  
 Yvan Marion, administrateur, parent  
 Sonia Blanca Elias, administratrice, parent

### Personnel administratif

Caroline Pépin, coordonnatrice  
 Émilou Larocque-Charrier, adjointe aux programmes

### Professionnels consultants

Keven Lee, ergothérapeute aux programmes « Explorateurs » et « Joueurs »  
 Gabrielle De Villiers, ergothérapeute au programme « Fouineurs »  
 Marie-Claude Desrochers, orthophoniste au programme « Fouineurs »  
 Stéphanie Poissant, psychoéducatrice au programme « Fouineurs »

### Responsable des Activités

Vanessa Dunn pour les « Explorateurs »  
 Laurence Witkowski pour les « Joueurs »  
 Louis-Philippe Lachance Demers pour les « Globe-trotters »  
 Émilou Larocque-Charrier pour les « Globe-trotters »

### Personnel d'animation

Benjhyna Daniel, Élizabel Leblanc, Alexandra Poulin Arguin,  
 Noémie St-Laurent Savaria, Catherine Bélanger-Southey, Camille Therrien,  
 Ariane St-Denis, Pascale Lemay-Proulx, Marie Gélinas, Émilie Lamontagne,  
 Isabelle Régnier, Marie-Michèle Haché.

### Sauveteur

Marion Boileau

### Bénévole

Camille Therrien.

## GymnO Laurentides

### Conseil d'administration

Mélissa Bélanger, présidente  
 Mélanie Bergeron, vice-Présidente  
 Claudine Pettigrew, secrétaire  
 Ian Aubin, trésorier  
 Scott Durocher, administrateur  
 Laurie Bélanger, administratrice  
 Jessica Caron, administratrice  
 Renée Bisson, administratrice

### Personnel administratif

Shawn Burr, coordonnateur administratif

### Équipe d'animation

Karine Bélanger, Jeanne Carrière, Mélanie Vermette,  
 Marie-Pier Roy, Véronique Labrecque, Marjolaine Frappier,  
 Marie Gélinas, Gabrielle Maccabée

### Responsable des Activités

Vanessa Harton-Dickner « Explorateurs »  
 Cyndi Pepin « Survolteurs »

### Professionnels consultants

Scott Durocher, ergothérapeute  
 Vanessa Harton-Dickner, psychoéducatrice

### Sauveteurs

Marie Gélinas

## Turbidus

### Équipe de rédaction du Turbidus

Francine Larivière, Caroline Pépin, Josée Martel, Marie Renée Poirier,  
 Émilou Larocque-Charrier, Jessica Burr, Anne-Karine Bouthillier,  
 Shawn Burr et Mélanie Bergeron.

### Graphisme Mathilde Rébillard

Dépôt légal Bibliothèque Nationale du Québec

Prochaine date de tombée 30 septembre 2015



## Un petit mot de...

Maintenant que la neige ne sera bientôt plus qu'un souvenir, il est temps de nous retrousser les manches et d'entamer les préparatifs pour nos activités estivales. Et oui, **GymnO** regorge d'activités durant la saison chaude. En effet, certains de nos points de services ont la chance d'offrir des camps de jour ou de séjour pour les enfants et ados. Allez visiter notre site web pour de plus amples informations.

La Fédération **quant à elle, se prépare pour son méga événement de financement, la Course GymnO, qui aura lieu le 20 septembre** prochain lors du marathon de Montréal. Je profite de l'occasion pour vous inviter avec vos familles et amis, à vous joindre à nous pour ce grand rassemblement qui, tout comme **GymnO**, promeut la santé et le dépassement de soi. Venez courir, encourager les coureurs ou simplement faire un don en ligne pour les enfants **GymnO**!

C'est aussi le moment de vous dévoiler le montant de notre campagne de financement 2014 auprès des deux magasins franchisés RONA Carrefour Laval et RONA St-Eustache. Grâce à leur exceptionnelle générosité, la **Fédération GymnO du Québec** a reçu un don totalisant 18 574 \$. Je tiens à remercier chaleureusement tous les employés, les membres de la direction et les actionnaires. Votre appui est très précieux pour nous.

Au cours de la dernière année, la **Fédération** a poursuivi ses objectifs d'uniformisation et de consolidation tout en développant des outils de communication plus efficaces et plus actuels lui permettant d'accroître son efficacité et sa visibilité. À cet effet, cet été, venez visiter notre site web pour y voir notre nouvelle vidéo promotionnelle!

Alors, profitez tous pleinement de ses rayons de soleil pour faire le plein de nouvelles aventures sensorielles et motrices avec vos enfants, dans la cour ou au parc, amusez-vous et bougez!

Bon printemps à tous!

Annie Simoneau  
Présidente  
Fédération GymnO du Québec

# LES NOUVELLES DE MONSIEUR GYMNO




## Fédération GymnO du Québec



### Nouveau nom : La course GymnO!

Dès maintenant, vous pouvez vous inscrire à la 5<sup>e</sup> édition de la Course GymnO à l'adresse suivante: [lacourseGymnO.org](http://lacourseGymnO.org)

Pourquoi courir pour GymnO :

-  Soutenir un organisme communautaire qui offre des loisirs adaptés à des enfants ayant une difficulté ou un trouble d'apprentissage;
-  Contribuer au bien-être des enfants en leur permettant de vivre des situations de réussites;
-  Permettre au rayonnement de GymnO dans plusieurs régions du Québec et consolider ses programmes d'activités;

GymnO vous rappelle qu'au cours des quatre dernières années, la Course Fist-O a permis de récolter environ 98 000\$. Cette campagne de financement représente une source de financement très importante pour tous les GymnO existants afin de pouvoir poursuivre leur mission auprès des enfants ayant des difficultés et des troubles d'apprentissage.

Afin de prolonger cette belle réussite, n'hésitez plus et joignez-vous à l'équipe 2015!

Visitez le site web de la course pour connaître les conditions de participations.

Nous profitons de l'occasion pour remercier chaleureusement les dirigeants et les employés de Rona l'Entrepôt du Carrefour Laval et St-Eustache pour leur générosité. Grâce à leur soutien, la Fédération GymnO du QC bénéficie d'un octroi de 18 574 \$ pour l'année 2015.

MERCI de votre confiance et de votre engagement!



### L'Assemblée générale annuelle

L'Assemblée générale annuelle de la Fédération GymnO du Québec se tiendra le mercredi 10 juin 2015 à 19h30 au Centre Villeray; 660 rue Villeray, Montréal. Vous pouvez confirmer votre présence par courriel à [federation@GymnO.org](mailto:federation@GymnO.org) ou en téléphonant au 514-345-0110.

### GymnO Montérégie et Québec

Présentement, la Fédération travaille en concert avec deux groupes de bénévoles dans l'intérêt d'instaurer deux nouvelles corporatives GymnO: Québec et Montérégie. Ceux et celles qui souhaitent s'impliquer à un ou l'autre des projets ou recevoir de plus amples informations, vous devez communiquer avec la Fédération par courriel à l'adresse suivante: [federation@GymnO.org](mailto:federation@GymnO.org) ou par téléphone 514-345-0110.

### Chandails GymnO

Plusieurs modèles sont disponibles au coût de 10 \$ pour les enfants et 15 \$ pour homme et femme.

Arborez fièrement nos nouvelles couleurs en achetant nos nouveaux chandails dans une de nos corporatives GymnO de votre région!



### Sac réutilisable GymnO

GymnO vend des sacs réutilisables et écolos dans un format très pratique et facile à transporter pour un coût de 10 \$. Veuillez vous renseigner à l'une de nos corporatives ou communiquez avec la Fédération pour vous procurer votre sac GymnO!

## GymnO Montréal

### Fête des familles de GymnO Montréal — 7 juin 2015

GymnO Montréal en collaboration avec le comité de parents organisera une fête pour toutes les familles dont un enfant a participé aux activités de l'année. La fête se déroulera à l'extérieur sur le site du Collège Notre-Dame, le dimanche 7 juin 2015. Plus de détails à venir... Restez à l'affût!

### \* Nouveau \* Ventes de boissons chaudes

Depuis quelques semaines, une campagne de financement sous forme de ventes de boissons chaudes Keurig se déroule les dimanches dans le hall d'entrée du collège. Venez prendre un café, un thé ou un chocolat chaud pour seulement 2 \$ pendant que votre enfant s'amuse!

Tous les profits serviront directement à l'organisation de la fête des familles de GymnO Montréal qui aura lieu le 7 juin 2015 prochain!

### Assemblée générale annuelle de GymnO Montréal

C'est avec grand plaisir que les membres du conseil d'administration vous invitent à l'assemblée générale de GymnO Montréal, lors de laquelle nous présenterons le bilan de l'année 2014-2015. Lundi 15 juin 2015, au 660 Villeray (coin Châteaubriand), Montréal de 19 h à 21 h. Au plaisir de vous rencontrer et en espérant vous voir en grand nombre le 15 juin prochain.

Pour plus de renseignements, communiquez avec nous par téléphone 514-721-3663 ou par courriel [montreal@GymnO.org](mailto:montreal@GymnO.org)

# LES NOUVELLES DE MONSIEUR GYMNO

(Suite)

## GymnO Laval

Conférence de Madame Rose-Marie Charest  
au profit de GymnO Laval



L'équipe de GymnO Laval est très fière de vous présenter une conférence de Madame Rose-Marie Charest, présidente de l'Ordre des psychologues du Québec.

### GRANDIR DANS LA DIFFÉRENCE, COMME ENFANT ET COMME PARENT.

Date: Dimanche le 17 mai 2015

Heure: 10h

Où: Salle Claude Potvin de l'école Curé-Antoine Labelle à Laval.

Coût: 20 \$

Madame Charest offre sa conférence gratuitement et tous les fonds iront directement à GymnO Laval.

#### Résumé du contenu de la conférence:

Tous les êtres humains ont leurs particularités, mais certaines différences ont plus d'impacts que d'autres. Certains enfants ne suivront pas les courbes de développement attendues de la majorité. Ils ont des particularités qui leur poseront problème parfois au fil des ans, souvent au quotidien. Mais ils grandiront. Les parents d'enfants différents ont des défis importants à relever, notamment en ce qui a trait à l'estime de soi, à l'absence de modèles, aux attentes des autres, aux limites de leur enfant et aux leurs. Mais ils grandiront.

Grandir dans la différence est un processus qui exige autant d'acceptation que d'adaptation, d'amour que de respect de soi, de rêves que de deuil. Au cours de cette conférence, nous identifierons des pistes de réflexion et des moyens pour faciliter ce processus.

Rose-Marie Charest, psychologue

#### Pour vous procurer des billets:

Des billets seront disponibles sur place dès 9h15. Si vous avez des questions, communiquez avec nous: 450-625-2674

N'hésitez surtout pas à en faire la promotion dans votre milieu. Merci beaucoup d'encourager GymnO!

## L'Assemblée générale annuelle

L'Assemblée générale annuelle de GymnO Laval se tiendra le mercredi 3 juin 2015 à 19h au Centre sportif Honoré-Mercier, 2465 rue Honoré-Mercier, à Ste-Rose, Laval. Vous pouvez confirmer votre présence par courriel à [laval@GymnO.org](mailto:laval@GymnO.org) ou en téléphonant au 450-625-2674.

## Spectacles des Créateurs et des Danseurs

Le vendredi 13 mars dernier s'est tenu le spectacle annuel des Créateurs s'intitulant «Bananacosta» avec en première partie, une performance de deux groupes des Danseurs s'intitulant «Danse autour du Monde».

Bravo à tous les acteurs et danseurs. Un spectacle mémorable!

Le dimanche 22 mars s'est tenu le grand spectacle des Danseurs de la session d'hiver 2015. 35 jeunes participants ont performé, sous le thème de la Danse autour du Monde.

Bravo à tous les danseurs! Un spectacle incroyable.

## GymnO Laurentides

### Nouveau programme destiné aux adolescents dès le printemps 2015

GymnO Laurentides est fier d'annoncer qu'un programme destiné aux adolescents âgés de 10 à 15 ans sera mis sur pied dès le printemps 2015. Ce projet a été possible grâce au travail acharné de plusieurs bénévoles et parents. Pour une description du programme ou pour vous inscrire, visitez le site web de GymnO.

### Matinée Cinéma au profit de GymnO Laurentides

GymnO Laurentides a tenu une matinée cinéma en décembre 2014 qui lui a permis de ramasser un montant de 1 323\$. Cet événement a été un succès et les jeunes et leurs familles ont adoré. Merci à tous les participants et merci au Cinéma St-Eustache.

### Atelier de massage au profit de GymnO Laurentides

Un atelier de massage a été offert par GymnO Laurentides en novembre 2014 et l'activité a permis de ramasser 400\$! Merci à tous les participants et à Madame Dominique Cornéliier qui a donné bénévolement le cours de massage.

### Présents pour les jeunes

Nous sommes très fiers de vous annoncer que GymnO Laurentides a été récompensé par le programme Présents pour les jeunes de la Banque Nationale. C'est une merveilleuse nouvelle pour notre organisation qui bénéficie d'un appui financier afin d'aider nos jeunes à s'épanouir. <https://www.bnc.ca/comites>



# Entrevue

«Quelle joie pour GymnO de vous présenter nos enfants et adolescents fréquentant nos établissements. Ces entrevues personnalisées démontrent bien que GymnO n'est pas seulement un loisir adapté à leurs besoins, mais bien une grande famille qui priorise l'amitié et l'estime de soi. GymnO est une belle source d'inspiration et ces entrevues pour le Turbidus sont de véritables petits trésors. Merci à nos jeunes pour cette belle réalisation!»



**Mélanie:** Salut, Étienne, tu as quel âge?

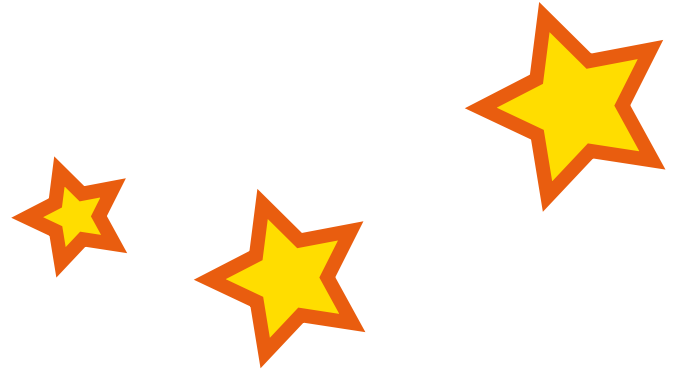
**Étienne:** 10 ans.

**Mélanie:** Est-ce que tu aimes ça venir à GymnO?

**Étienne:** Oui.

**Mélanie:** Quelle est ton activité préférée à GymnO?

Étienne hésite, ne répond pas. La question ne semble pas assez précise. Je me reprends donc et lui demande : qu'est-ce que tu aimes faire, le plus, à GymnO? Les activités du gymnase, la piscine...?



**Étienne:** J'aime beaucoup la piscine, en fait!

**Mélanie:** Au gymnase, ton jeu préféré c'est quoi?

**Étienne:** Les mini autos qui avancent.

**Mélanie:** Qu'est-ce que vous faites avec les voitures?

**Étienne:** La dernière fois on a fait un parcours et on touche aux monitrices. (gros sourire!)

**Mélanie:** Qu'est-il arrivé de plus drôle à GymnO? Qu'est-ce qui te fait rire?

**Étienne:** Christian me fait tout le temps rire.

**Mélanie:** J'imagine que Christian c'est ton meilleur ami GymnO?

**Étienne:** Oui, y'aime les mêmes choses que moi, on rit beaucoup ensemble.

**Mélanie:** Y a-t-il une monitrice qui est tannante à GymnO?

**Étienne:** Non.

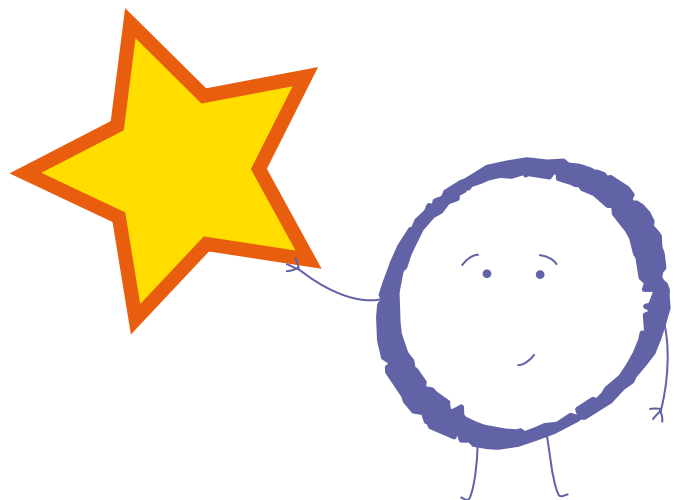
**Mélanie:** Y a-t-il une monitrice qui est drôle?

**Étienne:** Oui, Luzerne, on joue beaucoup ensemble, dans l'eau.

**Mélanie:** C'est déjà terminé, tu as fait cela comme un pro. Merci Étienne. On termine la rencontre en se faisant un super « top là ».

Merci à toi, Étienne, ce fut un plaisir de te rencontrer. Tu es super gentil et généreux.

**Mélanie**  
Membre du conseil d'administration et parent GymnO





## Petites douceurs

### Mots d'enfants

De par leur contact privilégié avec les enfants, adolescents et jeunes adultes GymnO, les moniteurs et monitrices ont la chance d'en entendre des vertes et des pas mûres! Pour le plaisir des oreilles, à lire à voix haute absolument.

« Je ne suis pas fâchée de ne pas aller au GymnO, je suis juste très déçue! »  
(Mégan qui avait de la visite et que nous voyons que 2 ou 3 fois par an.)

« Un enfant demande à une monitrice: tu sais, moi je suis un enfant autiste.  
Monitrice: Oui...

Enfant: Puis tu sais à GymnO c'est pour les enfants autistes ...

Monitrice: Oui, mais il y a aussi d'autres enfants qui sont différents à GymnO.

Enfant: Alors moi je suis content d'être autiste sinon je ne pourrais pas venir à GymnO. »

## Le saviez vous?

1. Manger une collation croquante (gomme, craquelins, crudités) en faisant les devoirs favorise un niveau d'éveil optimal et permet une meilleure concentration.

2. Vous n'avez pas papier et crayon pour apprendre les mots de vocabulaire et travailler la calligraphie. Vous pouvez écrire avec de la crème à raser dans le miroir, une craie sur le ciment, mousse dans le bain, les doigts dans le sable, pâte à modeler sur la table.

3. Si votre enfant se tient la tête lors des devoirs, qu'il enroule ses jambes autour des pattes de la chaise ou qu'il écrit avec la tête très près de la feuille. Cela signifie que son contrôle postural (muscles du ventre du dos et du cou) est faible. Il a donc besoin de certains exercices pour devenir plus fort.

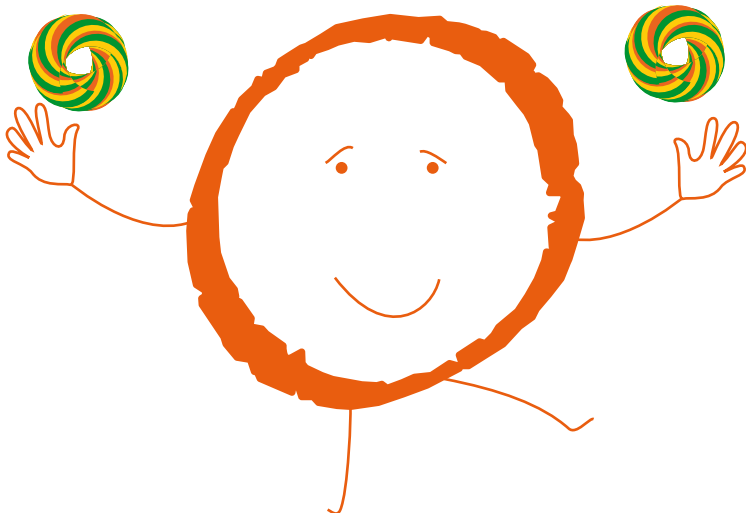
## Pause pub!

Voici des nouvelles de L'ergothérapie de la maison à l'école en général et plus précisément au sujet de notre programme de groupes-thérapies pour l'été qui s'en vient!

*L'ergothérapie de la maison à l'école (EDME) est une clinique privée qui offre des services d'ergothérapie de qualité et diversifiés aux bébés, enfants et adolescents qui rencontrent des difficultés ou des particularités à travers leur parcours de développement.*

*Nous avons des bureaux à Montréal, L'Assomption, Sainte-Thérèse et Sainte-Julie. Nous offrons également nos services en garderie, en CPE, en milieu scolaire et à domicile. Récemment nous avons ajouté des bureaux à St-Hyacinthe et Ville Mont-Royal.*

*D'autre part, nous avons développé une expertise unique en formation spécialisée pour ergothérapeutes et intervenants, qui se décline en ateliers, conférences, soirées d'information, principalement au Québec, mais aussi au Canada et à l'étranger.*



## Quoi faire cet été ?

### Activités de groupes d'été

L'été est une période d'émerveillement et de repos importante pour nos enfants. C'est pourquoi nos groupes sont conçus d'abord sous le thème de l'amusement. Nos activités projettent vos enfants dans un monde imaginaire fertile et notre équipe, par son attention particulière et ses connaissances, les accompagne vers la réussite. **L'alternative thérapeutique pour l'été!**

Du nouveau cette année: notre groupe d'habiletés sociales pour les enfants qui présentent une maladresse motrice, une dyspraxie ou un trouble d'acquisition de la coordination (TAC). Les saltimbanques mettent à profit les arts du cirque ainsi que les approches cognitives et sensorielles utilisées en ergothérapie pour aider ces enfants à développer de bonnes habiletés d'interaction avec les amis.

Pour s'inscrire à nos groupes: inscription en ligne au [www.edme.org](http://www.edme.org)

De plus, nous profitons de l'occasion pour vous transmettre les nouvelles coordonnées de notre point de service de la Rive-Nord. En septembre dernier, afin d'agrandir nos locaux, nous avons déménagé de St-Eustache à Ste-Thérèse. Notre nouvelle adresse est le 72, Blainville Ouest à Ste-Thérèse. Nous avons maintenant quatre salles de thérapie pour mieux desservir les familles de la région. Nos coordonnées téléphoniques n'ont pas changé.

Enfin, nous aimerions vous remercier pour la confiance que vous témoignez à notre organisation.








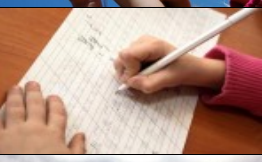


Nous vous souhaitons un printemps et un été ensoleillés!

# L'ergothérapie de la maison à l'école

Groupes d'été 2015

[INSCRIPTIONS : www.edme.org](http://www.edme.org)



Nom du groupe		Objectifs principaux
<b>Vélo</b>		
<input type="checkbox"/> <b>Le club des vélotyransosaures</b> 6 ans et plus		Apprendre à aller à vélo sans les roues stabilisatrices.
<b>Motricité et organisation</b>		
<input type="checkbox"/> <b>Coordination haute résolution</b> 6 à 12 ans		Développer les habiletés de motricité globale, le contrôle postural, l'équilibre ainsi que la capacité à élaborer des stratégies pour atteindre son but.
<input type="checkbox"/> <b>Gym Tonic</b> 7 à 12 ans		Développer les habiletés de motricité globale, le contrôle postural et l'endurance par un entraînement personnalisé sur ballons de thérapie.
<input type="checkbox"/> <b>Rigol-eau</b> à partir d'un an		Apprendre à nager, réduire les craintes et la peur de l'eau. Préparer l'enfant aux loisirs aquatiques.
<b>Motricité fine et habiletés de bricolage</b>		
<input type="checkbox"/> <b>Le coffre au trésor</b> 3 et 4 ans		Améliorer la participation de l'enfant aux activités proposées en milieu de garde: ballon, modules de jeux, habillage, escaliers, coloriage, découpage, etc. Atelier parent-enfant.
<input type="checkbox"/> <b>Les Doigts magiques</b> 4 et 5 ans		Préparer l'enfant à la maternelle en développant les habiletés de motricité fine: découpage, coloriage, tracés, dessins, etc.
<input type="checkbox"/> <b>Au pays des mains en l'air</b> 5 et 6 ans		Préparer l'enfant à la première année en automatisant le bon patron d'écriture. Méthode ABC Boum! et mille autres trucs utilisés.
<input type="checkbox"/> <b>À la recherche du capitaine Alphabits</b> 7 et 8 ans		Préparer l'enfant à la deuxième année par l'apprentissage de l'écriture attachée et par le développement des habiletés motrices fines.
<input type="checkbox"/> <b>La forteresse attachée</b> 8 ans à 12 ans		Améliorer la vitesse, la lisibilité et l'automatisation de l'écriture cursive.
<b>Organisation visuo-spatiale et préalables aux mathématiques</b>		
<input type="checkbox"/> <b>Idéo-logique</b> élèves de 1ère ou 2e année		Développer les concepts mathématiques du premier cycle par un jeu de société et des moyens kinesthésiques. Élaborer des stratégies de résolution de problèmes.

## Lieu des activités

### Montréal

1020 Henri-Bourassa Est, Montréal (QC), H2C 1G2 514-337-8866 p.100

### Ville Mont-Royal

100 ave Beaumont, suite 503, Montréal (QC), H3P 3H5 514-337-8866 p.100

### L'Assomption (Lanaudière)

1481 boul. de L'Ange-Gardien Nord, L'Assomption (QC), J5W 5T7 514-337-8866 p.317

L'ergothérapie



De la maison à l'école

### Sainte-Thérèse (Rive-Nord)

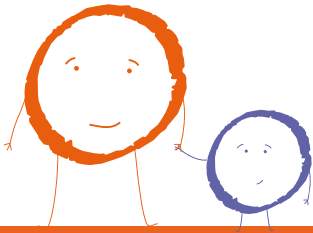
72 Blainville Ouest, Sainte-Thérèse (QC), J7E 1X3 514-337-8866 p.311

### Sainte-Julie (Montérégie)

816 Montée Sainte-Julie, Sainte-Julie (QC), J3E 1W9 450-922-0101 p.100

### Saint-Hyacinthe

2954, Laframboise, local 204 (QC), J2R 4Z2 450-922-0101 p.100



# Témoignage d'un parent

## LES MOTS MAGIQUES

par Emilie Desmond

Nous avons eu la chance en tant que parents d'une petite fille dite 'neuroatypique', de découvrir les services de GymnO Montréal via le bouche-à-oreille au centre de réadaptation où elle était alors suivie. Après quelques mois d'attente, notre tour est enfin arrivé. Quelle belle découverte, non seulement pour notre enfant, mais surtout pour nous, en tant que parents.

GymnO est un lieu d'épanouissement magnifique pour nos enfants différents; un lieu où nouer de nouvelles amitiés sans avoir à se soucier du regard d'autrui ni avoir à se justifier des comportements parfois 'étranges' et 'décalés' de nos petits anges.

Ici les tics, les tocs et autres lubies exotiques telles que la fascination pour les vidéos d'ouverture d'œufs surprises, ou le fait de sentir les cheveux des ami(e)s en guise de bonjour semblent quasi normale et reçoit l'acceptation tacite de regards bienveillants. Ici, à bas les préjugés et les a priori.

Les seules choses qui sont comparées sont les progrès et les ressources impliqués pour faire avancer nos chérubins sur le chemin de l'acquisition de leur potentiel respectif d'autonomie. On peut se sentir libre d'être soi-même, en tant qu'enfant et que parents. À bas les masques et les faux semblants.

L'équipe des intervenants spécialisés, dévoués et passionnés se met au service de nos enfants pendant 2 heures durant, avec le sourire et une attitude super enthousiaste qui soulève des montagnes. La durée et la diversité des activités proposées permettent de favoriser et soutenir l'intérêt des jeunes à l'attention plus fragile et savent répondre adéquatement aux besoins d'action des enfants plus 'énergiques' et à leurs degrés de compréhension.

La structure sous-jacente et les buts pédagogiques de chacun des modules et ateliers proposés sont soigneusement élaborés et présentés aux parents au fur et à mesure afin de pouvoir suivre l'évolution des objectifs travaillés en groupe. Les enfants ne se sentant pas jugés s'intègrent tranquillement à leur propre rythme et semblent ressentir beaucoup de plaisir à retrouver leur petit groupe d'amis de semaines en semaines.

Quant à nous, humbles parents, le groupe des Fouineurs (pour les enfants les plus jeunes), nous donne l'opportunité de nous informer et de ventiler entre adultes lors des conférences offertes en parallèle de certains cours par divers spécialistes tels que des ergothérapeutes, des psychoéducateurs ou des orthophonistes inspirés et inspirants. Le contenu de leurs présentations nous amène souvent plus loin dans notre réflexion et notre compréhension des divers défis que nous devons relever aux côtés de nos enfants.

Mais par-dessus tout, ces temps de retrouvailles privilégiés entre parents d'enfants différents sont de véritables plateformes d'échanges, d'expériences et d'émotions. Ces rencontres hebdomadaires sont de précieuses bouffées d'oxygène qui nous permettent de repartir plus fort pour affronter notre quotidien durant le reste de la semaine.

La motivation intrinsèque qui anime les parents à trouver les meilleures solutions pour pallier aux défis de leurs enfants, amène une richesse de ressources concrètes inégalées et qui, une fois partagées permettent très souvent un gain de temps et d'énergie précieux pour les accompagner plus loin sur leur parcours.

En résumé, GymnO est un lieu merveilleux pour nouer de nouvelles amitiés autant pour les petits que pour les grands; des amitiés qui nous porteront et nous éclaireront encore longtemps le jour où la traversée du tunnel s'éternise et que l'espoir s'essouffle. C'est l'un des plus puissants réseaux d'entraide, de solidarité et de soutien que je connaisse jusqu'à maintenant!

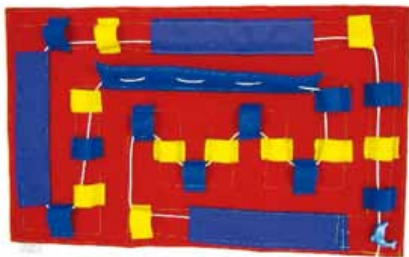
Enfin, je tenais à conclure ce partage en abordant la notion encore trop taboue des handicaps invisibles qui touchent beaucoup des enfants inscrits à GymnO. Face aux handicaps le regard de la société pèse encore lourd; mais je trouve cela encore plus dur quand une crise en public a lieu et que faute d'information et d'éducation face aux handicaps invisibles, on se retrouve encore trop souvent condamnés par le regard chargé d'indifférence et de préjugés. Après tout, aux yeux des passants nous sommes sans doute des parents laxistes, incapables de contenir un caprice de plus de notre marmaille mal élevée. Honnêtement, avant de devenir moi-même parent d'un enfant différent j'aurais probablement jugé et conclu de la même façon.

Heureusement récemment la maman d'un jeune homme dysphasique de 20 ans m'a donné une magnifique clé de sagesse! Alors que je lui partageais un incident où ma fille avait fait une méga crise dans le métro lors de laquelle j'avais du supplier en vain que quelqu'un m'aide à la sortir du wagon alors que les portes se refermaient sur nous, elle m'a demandé si j'avais osé utiliser les mots magiques. Ne comprenant pas le sens de sa question je lui ai demandé ce qu'elle voulait dire et elle m'a répondu tout simplement: 'Mon enfant est handicapé, aidez-moi SVP!' J'ai éclaté en sanglots, car je venais de comprendre que malgré toute ma bonne volonté et mes progrès, je n'avais toujours pas accepté pleinement la condition de ma fille. Et je dois avouer que chaque dimanche, au cœur de cet espace-temps privilégié qu'est GymnO, je progresse en douceur et dans le respect sur ce chemin d'acceptation et d'ouverture du cœur!

Merci à cette fabuleuse équipe!

# Le coin détente

## 3 à 5 ans: Motricité fine



Labyrinthes en feutrine Dauphin  
Le dauphin plongeur

« Ces attrayants tapis de feutrine recto verso comportent un dauphin monté sur une ficelle qui serpente à travers des fentes et des tunnels en tissu extensible ou en feutrine. Faire glisser le dauphin dans le labyrinthe exerce séparément les doigts, la prise de crayon, la manipulation bilatérale, le boutonnage et le repérage visuel. »  
En promotion chez Brault et Bouthillier à 16.77 \$

Visitez leur site web pour de l'information: [www.bb.ca](http://www.bb.ca)

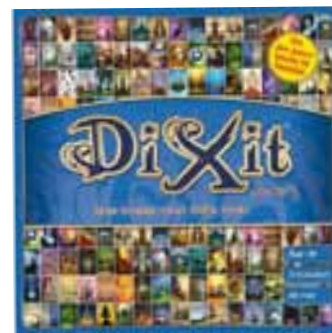
## 5 à 10 ans: Yum Safari



Remplir sa carte de jeu avec les animaux indiqués sur les dés.  
Dextérité manuelle/manipulation dans la main (préalables à l'écriture)/force de la main

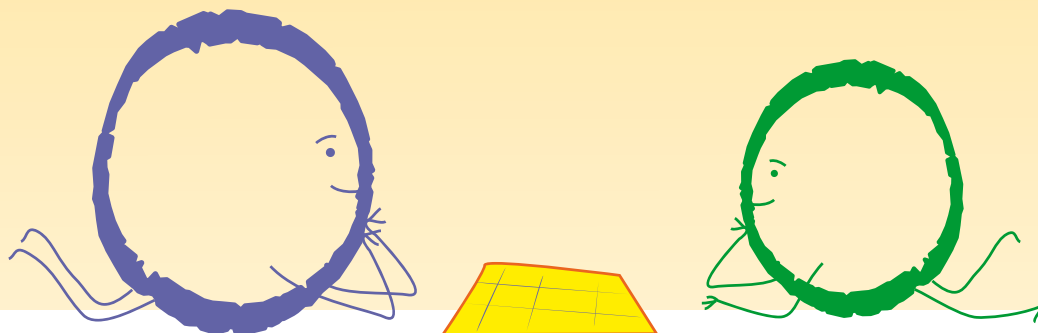
En vente dans les grands magasins.  
Présentement chez Walmart à 17.93 \$

## 10 à 17 ans: Dixit journey



« Faites preuve d'astuce en donnant un indice (mot, chanson, etc.) qui décrit une de vos cartes, car des cartes adverses seront mélangées à la vôtre, puis tous voteront secrètement pour la carte qu'ils croient être la vôtre. Inclus 84 superbes cartes illustrées et les règles avec une variante à 3 joueurs. Parties de 30 minutes. 3 à 6 joueurs. 8 ans + »

En vente chez Brault et Bouthillier.  
Prix: 34.95 \$



## Pour vous cher parent

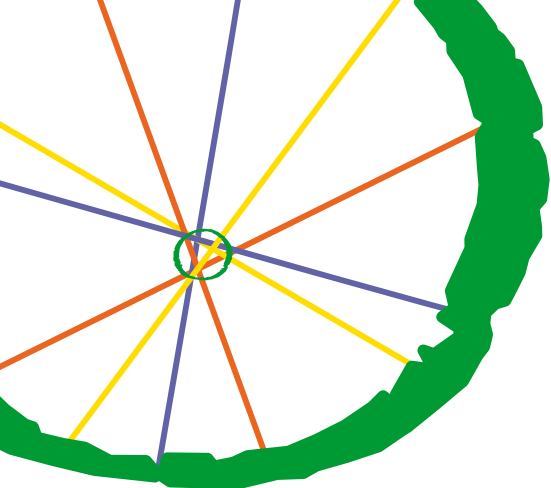


Un service de massothérapie pour toute la famille.  
Visitez leur site web pour de plus amples informations.  
<http://www.massotherapieesmoulins.com>



Titre: L'autorité au quotidien, un défi pour les parents.  
Auteur: Brigitte Racine  
Éditions: CHU Ste-Justine

En vente dans les grands magasins.  
Bonne lecture!



## M. GymnO en action!!!

### APPRENDRE À ALLER À VÉLO SANS ROUES STABILISATRICES :

UN JEU D'ENFANT!

L'envie d'apprendre à rouler à bicyclette se fait à tout âge. Pour la majorité des enfants, apprendre le vélo sans les roues stabilisatrices se fait rapidement. Pour d'autres, cela peut devenir une grande source de stress. Voici les principales causes qui peuvent expliquer les difficultés rencontrées par quelques enfants. Certaines lacunes au niveau de la motricité globale peuvent affecter l'apprentissage de cette activité. Des difficultés d'équilibre ou un manque de coordination des deux côtés du corps peuvent être en cause. L'enfant éprouve alors des difficultés à faire des mouvements différents avec ses jambes. Un manque de stabilité posturale, c'est-à-dire une faiblesse des muscles profonds du ventre, du dos et du cou, peut venir affecter la posture assise sur le vélo et la capacité de déployer assez de force avec les jambes pour avancer. D'autres origines peuvent également se rapporter à un manque d'organisation du corps dans l'espace ou encore à une insécurité gravitationnelle, c'est-à-dire une peur exagérée ressentie lorsque les pieds ne touchent plus le sol. Finalement, des difficultés visuelles pourraient aussi être sous-jacentes à la réticence de l'enfant.

Voici quelques petits trucs qui faciliteront l'apprentissage.

Avant même d'aller à vélo, l'utilisation d'une bicyclette sans petite roue et sans pédale peut s'avérer un outil intéressant pour pratiquer le contrôle du tronc et l'équilibre: l'enfant pousse avec ses pieds et le vélo avance. L'enfant y développe les transferts de poids qui servent à diriger un vélo régulier. Les enfants qui ont utilisé cette préparation apprennent beaucoup plus rapidement le vélo régulier. Il est vraiment très efficace! Plusieurs compagnies en fabriquent. La première a été Like a Bike, en Allemagne. Ceux qui sont vendus chez Montain Equipment Coop (Mec), sur place ou par Internet, sont appelés Vélo Push et sont fabriqués par la compagnie Runners. Prix approximatif: entre 115 \$ et 140 \$ .

Pssst! Sur certains vélos réguliers, il est possible d'enlever le pédalier, renseignez-vous!

**Façon d'utiliser le vélo sans pédale:** L'enfant pousse avec ses pieds au sol pour se propulser. Une fois qu'il a pris son « air d'aller », il lève ses pieds et garde l'équilibre du vélo à l'aide des muscles de son tronc. Comme sur un vélo régulier, le port du casque est recommandé.

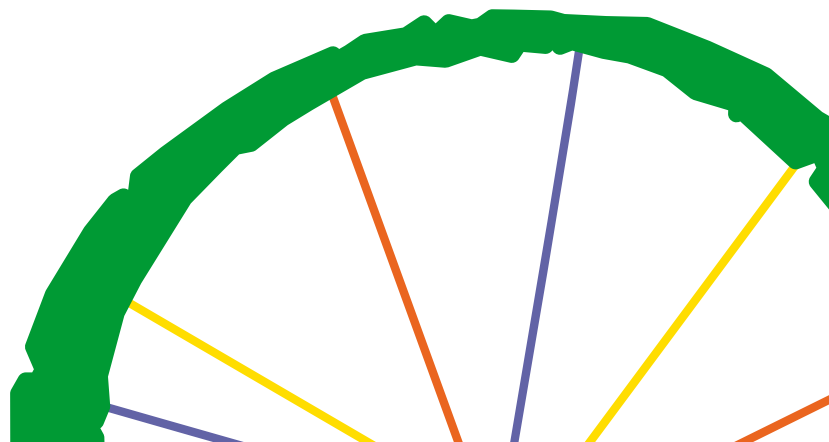
Aussi, lorsqu'on choisit le premier vélo de son enfant, le critère le plus important c'est d'abord la hauteur de la bicyclette. Assurez-vous que les pieds de votre enfant touchent le sol, bien à plat, lorsque la selle est baissée. L'enfant doit apprendre dans les meilleures conditions possibles de confort et de sécurité, c'est-à-dire que le vélo soit adapté à sa taille.

De plus, n'oubliez pas que le plus difficile est de se partir. Pensez à utiliser une toute petite pente!

Finalement, il faut pratiquer le vélo dans un espace vaste, c'est-à-dire dans une cour d'école, sur un terrain gazonné ou dans un grand stationnement. Le secret, c'est la pratique! 10 minutes par jour suffisent, le but est de le faire en s'amusant!

Si malgré vos efforts répétés depuis un ou deux étés, votre enfant n'arrive toujours pas à partir à vélo, vous pouvez consulter un ergothérapeute qui pourra évaluer l'origine des difficultés de votre enfant et vous guider dans les différentes étapes à préconiser. La participation de votre enfant à notre groupe « Les vélotyransosaures » peut favoriser sa motivation, sa confiance et sa réussite. Le fait de participer à un groupe avec plusieurs enfants favorise l'engagement, le plaisir et le goût de relever de petits défis. L'apprentissage doit rester un jeu! Venez-vous amuser avec nous!

Anne-Karine Bouthillier, ergothérapeute  
L'ergothérapie de la maison à l'école



# En rafale

## Une journée dans la vie des Joueurs

par Émilou de GymnO Montréal

Aujourd'hui, j'ai assisté à un après-midi dans le groupe des Joueurs de GymnO Montréal. Les Joueurs sont âgés entre 8 et 12 ans et se retrouvent chaque dimanche après-midi pour faire du sport et des activités à la piscine.

La journée où je les ai visités, les joueurs faisaient du badminton. Ils ont commencé par faire un échauffement qui était composé de push-ups et de redressements assis. Wow, on aurait dit un entraînement d'athlètes professionnels. Une fois bien préparés, ils ont continué avec une activité de proprioception. Les jeunes se sont placés en paire avec un ou un ami(e) et ils ont fait des massages avec des ballons.

Pour travailler le contrôle postural, c'est-à-dire les muscles abdominaux et les muscles du dos, les moniteurs ont animé un jeu qui s'appelle la grenade. Le jeu consiste à être assis sur le sol et à prendre un objet entre ses pieds. Il faut ensuite lancer l'objet le plus loin possible. Attention, cet exercice est beaucoup plus difficile qu'il n'en a l'air. Mais les moniteurs encouragent les jeunes à coup de grands cris d'équipe!

Pour se préparer à la partie de badminton qui arrive à grands pas, chacun se place face à un autre joueur pour pratiquer son service et ses passes. Le badminton est un sport complexe parce qu'il demande beaucoup de coordination. Au début, l'exercice est difficile pour la plupart des joueurs, mais ceux-ci ne se découragent pas et après quelques minutes je suis très impressionnée de voir à quel point ils ont amélioré leur technique.

Le moment tant attendu arrive enfin. La partie de badminton commence. Les jeunes sont séparés en deux équipes, chaque équipe ayant comme coach ou moniteur ou une monitrice GymnO. Avant de commencer les échanges, chaque équipe fait résonner son cri de ralliement. Les moineaux revolent et les beaux coups se succèdent. Après un match très serré, les deux équipes terminent la partie en vainqueurs et on fait un peu de yoga pour étirer nos muscles.

Quoi de mieux pour terminer cette période qu'une partie de ballon chasseur à la piscine! Et oui c'est dans l'eau que les joueurs doivent lancer le ballon et tenter de toucher les joueurs qui se situent de l'autre côté du câble. Après cette courte partie, les joueurs se séparent en deux groupes et ceux qui désirent sauter du tremplin dans la partie profonde peuvent y aller. Les autres s'amusent ensemble dans la partie peu profonde.

Croyez-le ou non, toutes ces activités ont eu lieu en 1h30. Ouf, j'ai eu besoin d'une sieste pour me remettre de toutes ces activités.

## À la cabane à sucre!

Le samedi 28 mars, les ados de GymnO Lanaudière sont allés se sucrer le bec à la cabane à sucre D'Amours située à Sainte-Anne-des-Plaines. Ils ont eu la chance de faire une promenade en traîneau tiré par des chevaux, de manger de la tire sur la neige et de visiter la mini-ferme. Ils ont eu beaucoup de plaisir et de fous rires lors de cette journée mémorable!

Merci à Réglisse, Yoda et Corail pour cette belle journée!



## Volet culturel

*Pour vous faire découvrir des artistes marginalisés et différents, pour mettre en valeur la différence et la célébrer, ou simplement pour vous divertir, vous toucher et vous émouvoir, M. GymnO sélectionne pour vous un choix d'activités culturelles ou d'œuvres artistiques, récentes ou non. Allez! Osez découvrir!*

C'est quoi «La Fabrique culturelle»? C'est une plateforme Web qui est exclusivement consacrée à la diffusion vidéo de la culture vivante au Québec. On y retrouve des entrevues et des reportages sur des artistes ou des organismes de chez nous engagés dans la valorisation de notre culture.

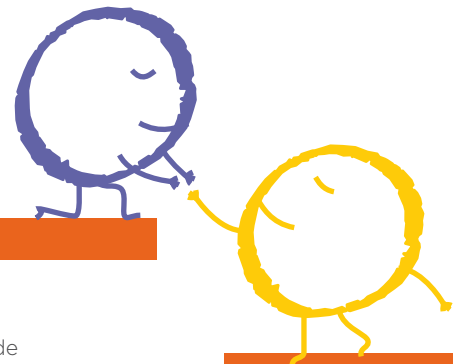
Afin de vous faire découvrir et aimer cette plateforme Web, nous vous invitons à visionner le reportage sur la troupe de danse «Maïgwenn et les Orteils» lors d'une entrevue avec la resplendissante Maïgwenn Desbois, adjointe aux programmes et professeur de danse à GymnO Laval, et Kim Thúy.

Un très beau site à découvrir!

<http://www.lafabriqueculturelle.tv/capsules/3866/la-fabrique-de-kim-maigwenn-desbois>



# MERCI POUR VOTRE APPUI



## La Fédération GymnO du Québec remercie ses collaborateurs

Merci aux employés des magasins RONA L'Entrepôt du Carrefour Laval et leurs propriétaires, ainsi que du magasin RONA de Saint-Eustache, pour leur généreux appui à la campagne de financement RONA 2015, faisant profiter la Fédération GymnO du Québec d'un montant de 18 574 \$.



Merci à Jean-Pierre Forget pour son généreux don de 100 \$

## GymnO Laval remercie ses collaborateurs

La Caisse populaire Desjardins des Grands Boulevards, de Laval pour un généreux don de 2000 \$ qui viendra aider GymnO Laval à payer ses autobus de l'été 2015 dans le cadre du camp de jour.



La Fondation Famille Benoît pour un généreux don de 2000 \$.

La Fondation François Bourgeois pour un généreux don de 1000 \$

Opération Enfant Soleil pour l'octroi d'un don de 966 \$ pour l'achat de matériel d'activités.



La Ville de Laval pour une subvention de 755 \$ dans le cadre du programme de loisirs pour personnes handicapées.

Monsieur François Courteau pour un généreux don de 500 \$.

MERCI à tous les commanditaires ayant participé à la 7ème édition du Nage-O-thon. Votre impressionnante générosité a permis d'atteindre le record de tous les temps: 8520 \$. Merci infiniment aux donateurs corporatifs suivants qui ont donné dans le cadre du Nage-O-thon:

Pro-Doc Ltée pour un don de 2500 \$

Globex Courrier Express International Inc. pour un don de 1500 \$

Café Barista pour un don de 500 \$

Pharmacie René Rivard pour un don de 250 \$

Services de réfrigération R. & S. Inc. pour un don de 250 \$.

Costco Laval pour un don de deux beaux cadeaux à faire tirer dans le cadre du Nage-O-thon, édition 2015.

Merci à tous les nombreux donateurs des spectacles de danse et de théâtre.

Le généreux public des spectacles du Roi Lion, de Bananacosta et du Tour du Monde ont donné 2274 \$ en don. C'est extraordinaire. Merci beaucoup. Merci à Nadine Giroux pour son aide précieuse dans la récolte des dons.

Merci aux donateurs de l'année 2014-2015 Hélène Ledoux, Carine Paylakian, Maurice McGregor, Christelle Gibert-Cardin, Maria Motyka, Sonia Auclair, Benoît Fauteux, Pascale Légaré, Carole Morissette, Isabelle Cloutier, Louis-Alain Filiatrault, Charles Fortin, Normand Chalifoux, Diane Guimont, Nadine Giroux, Bernard Dufour, François Larin, Linda Blouin, Mario Cyr, Louis-Alain Filiatrault, Mathieu Bédard, Tanya Zitman, Isabelle Cloutier, Cristine Lamoureux et United Way IBM.

Laurent Cugno pour son appui précieux lors de l'impression des billets et des affiches de la conférence. Merci Laurent pour ton soutien constant.

Le Député de Ste-Rose, Monsieur Jean Habel, pour le don de mobilier de bureau ainsi que pour sa présence et son écoute lors d'une rencontre du conseil d'administration.

M. Éric Paradis de la Gendarmerie Royale du Canada, pour nous avoir remis un don de 447 \$ ainsi que du matériel informatique.

## GymnO Montréal remercie ses collaborateurs

Merci à tous ceux qui ont participé à la campagne «récompenses bouteille de vin» à l'automne 2014 qui a permis d'amasser près de 3000 \$

La fondation Bon départ Canadian Tire pour un financement de 1500 \$, qui permet d'offrir le programme Joueurs-Baladeurs à 10 élèves de l'école secondaire Calixa-Lavallée à l'hiver 2015 pour une durée de 8 semaines.



Toutes les personnes qui ont grandement contribué au succès du Nage-O-thon qui se tenait le 14 et le 15 février 2015 dernier. Merci pour votre grande générosité, grâce à vous nous avons amassé plus de 2822.55 \$.

Bravo aux bénévoles responsables de la vente de boissons chaudes et aux parents qui ont permis de récolter plus de 100 \$ de profit, en seulement une session d'activité.

Manon Darsigny un don de 20 \$.

M. Yvan Marion pour un don de 415 \$.

## GymnO Lanaudière remercie ses collaborateurs

Merci à la Ville de Repentigny pour une subvention de 1 500 \$ et la gratuité pour l'utilisation des locaux et piscine pour la réalisation de nos activités.

## GymnO Laurentides remercie ses collaborateurs

Monsieur Jean-Claude Morin pour un généreux don de 300 \$

Madame Diane Bélanger pour un don de 50 \$

Madame Julie Paquette pour le soutien bénévole accordé au comité de communication de GymnO Laurentides et l'élaboration d'un plan de communication afin d'augmenter la visibilité de GymnO dans les Laurentides.



La Fondation Bon départ de Canadian Tire du Québec, pour l'octroi d'un généreux don de 718 \$. Ce don servira à l'achat de matériel d'activités pour le programme Les Explorateurs. MERCI INFINIMENT.

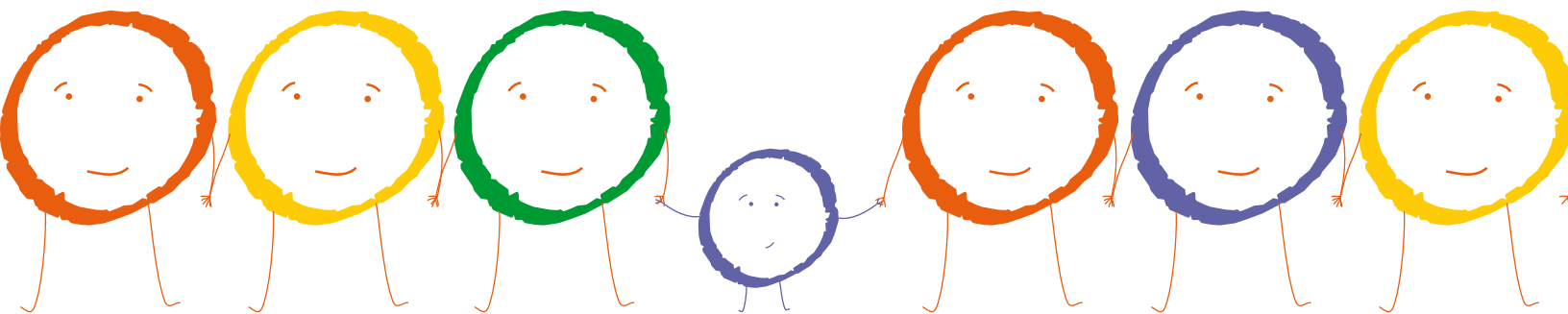
Monsieur Jean-Guy Poulin, Monsieur Serge Maillé et toute l'équipe du Canadian Tire de Saint-Jérôme pour leur aide et soutien dans l'acquisition de matériel d'activité par le biais de la Fondation Bon départ.

Le comité Présents pour les jeunes de la Banque Nationale pour un merveilleux don de 9000 \$ qui permettra, entre autres, l'ouverture du programme des Survolteurs, destiné aux enfants âgés entre 10 et 15 ans.

Un don à GymnO!

La Fédération GymnO du Québec ainsi que les quatre satellites GymnO peuvent recevoir des dons puisqu'ils sont reconnus comme organismes de bienfaisance. Rien de plus facile grâce au don en ligne **PayPal** disponible sur notre site Internet!

N'hésitez plus, un reçu aux fins d'impôts vous sera remis automatiquement!



**VISITEZ NOTRE SITE WEB!!!**

[www.gymno.org](http://www.gymno.org)

**N'hésitez pas à nous communiquer vos commentaires et suggestions**

**Fédération GymnO  
du Québec**

660, rue Villeray, local 2.109  
Montréal (QC) H2R 1J1  
Tél. 514.345.0110  
[federation@GymnO.org](mailto:federation@GymnO.org)

**GymnO Montréal**

660, rue Villeray, local 2.109  
Montréal (QC) H2R 1J1  
Tél. 514.721.3663  
Télé. 514.721.3663  
[montreal@GymnO.org](mailto:montreal@GymnO.org)

**GymnO Laval**

2465, Honoré-Mercier  
Laval (QC) H7L 2S9  
Tél. 450.625.2674  
Fax 450.625.3698  
[laval@GymnO.org](mailto:laval@GymnO.org)

**GymnO Lanaudière  
Point de service Repentigny**

130, rue Valmont  
Repentigny (QC) J5Y 1N9  
Tél. 450.582.7930  
[repentigny@GymnO.org](mailto:repentigny@GymnO.org)

**GymnO Laurentides**

1155 avenue du Parc  
St-Jérôme (QC)  
J7Z 6X6  
Tél.: 450-848-3211  
[laurentides@GymnO.org](mailto:laurentides@GymnO.org)