

# Programmation | Hiver/printemps 2023



Autisme Montérégie a pour mandat d'améliorer la qualité de vie des personnes autistes et leur famille. Parmi les services offerts par l'organisme, les parents et les membres de la famille élargie peuvent s'outiller pour mieux accompagner et comprendre la personne autiste. Autisme Montérégie saisit les opportunités visant à contribuer à une meilleure compréhension et à offrir de la sensibilisation pour une plus grande inclusion.

Inscription

## L'inscription est obligatoire pour chacune des activités.

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

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

*\*Veuillez noter que les frais des activités ne sont pas remboursables.*

## Plusieurs activités sont réservées aux membres.

Le tarif annuel pour être membre est de : 15 \$ pour les adultes autistes

20 \$ pour les parents et la famille élargie

40 \$ pour les intervenants

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

## Groupes d'échange et de soutien

### Réservés aux membres résidant en Montérégie | Gratuit

Pour les groupes d'échange et les groupes de soutien, l'organisme propose plusieurs activités pour la saison HIVER/PRINTEMPS 2023 en virtuel ou présentiel. Vous pouvez vous inscrire via le site Internet au [www.autismemonteregie.org](http://www.autismemonteregie.org), en communiquant avec la réception par courriel à [administration@autismemonteregie.org](mailto:administration@autismemonteregie.org) ou par téléphone au **450 646-2742** | **1 888 424-1212**, poste 0.

**Les groupes d'échange constituent une occasion pour les parents de s'enrichir de l'expérience des autres parents, tout en bénéficiant du soutien d'une intervenante. Ces trois groupes sont offerts en virtuel.**

### Groupes régionaux d'échange pour les parents :

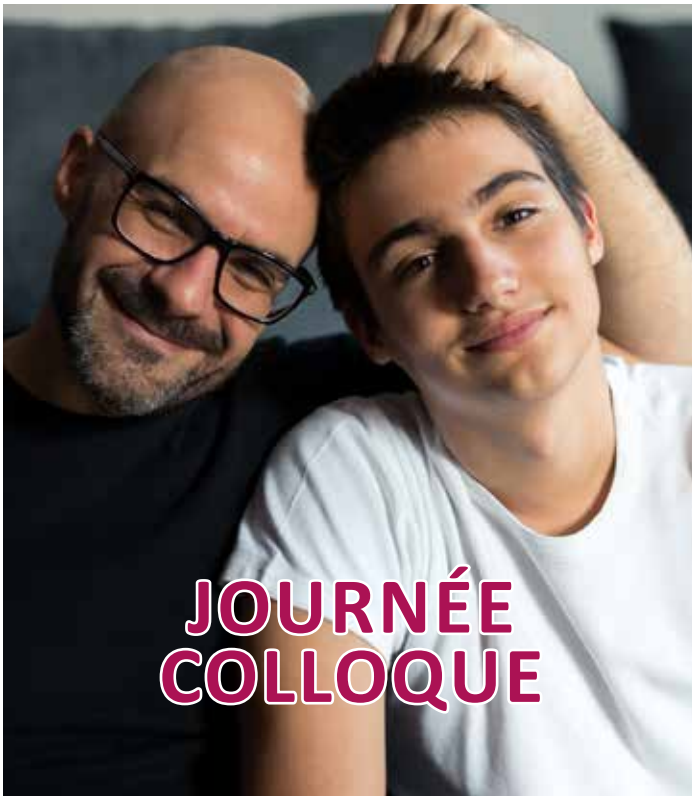
<b>D'enfants autistes (3 à 11 ans)</b>	Les mardis : 17 janvier   14 février   14 mars   11 avril   9 mai	19 h à 20 h 30
<b>D'adolescents autistes (12 à 17 ans)</b>	Les mardis : 31 janvier   7 mars   25 avril   23 mai   13 juin	19 h à 20 h 30
<b>D'adultes autistes (18 ans et +)</b>	Les mercredis : 25 janvier   22 février   22 mars   19 avril   17 mai	19 h à 20 h 30

### Groupes de soutien pour les adultes autistes :

Les inscriptions doivent se faire par téléphone au **450 646-2742** ou au **1 888 424-1212 poste 0**, afin que l'organisme puisse s'assurer que l'activité corresponde bien aux besoins des nouveaux participants.

**Soirées pour les adultes autistes (avec ou sans diagnostic) qui leur permettent d'échanger sur leur vécu et de partager des moyens et des stratégies pour améliorer leur qualité de vie.**

<b>Grand Longueuil (présentiel)</b>	Les mercredis : 18 janvier   15 février   22 mars   19 avril   17 mai	19 h à 21 h
<b>Groupe régional 1 (virtuel)</b>	Les jeudis : 26 janvier   23 février   30 mars   27 avril   25 mai	19 h à 21 h
<b>Groupe régional 2 (virtuel)</b>	Les jeudis : 12 janvier   9 février   16 mars   13 avril   11 mai	19 h à 21 h



## JOURNÉE COLLOQUE

### Le passage à l'âge adulte

| Animée par Diane Garnier, éducatrice spécialisée

Une journée thématique au bénéfice des **parents d'adolescents et d'adultes autistes présentant un niveau d'autonomie élevé.**

La transition vers l'âge adulte est une période souvent anxiogène pour les personnes autistes et leur famille. Nombreux sont les parents qui se questionnent sur la façon d'adapter leur soutien et d'accompagner adéquatement leur adolescent ou leur jeune adulte dans cette transition vers l'autonomie. Sous forme de contenu théorique, de discussions et de partage d'outils, cet atelier permet d'aborder les différentes caractéristiques autistiques à l'âge adulte, les meilleures stratégies pour bien accompagner la personne autiste pendant et après cette transition ainsi que les considérations légales. Finalement, un survol des différentes ressources disponibles sera effectué au bénéfice de chacun. Un rendez-vous enrichissant pour une période charnière dans la vie des familles.

#### Longueuil

Samedi 25 février 2023 9 h à 15 h

**Coûts :** 40 \$ membre et  
60 \$ non-membre  
(le coût inclut le dîner)

*Cette activité est possible grâce à un partenariat avec les CISSS de la Montérégie.*



## Ateliers

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

### Distinguer l'adolescence du TSA

| Animé par Marie-Ève Cousineau, éducatrice spécialisée

La période de l'adolescence est souvent source de questionnements et d'inquiétudes pour les parents ayant un enfant autiste. Comment arriver à distinguer ce qui relève du TSA et ce qui appartient à l'adolescence? Comment arriver à bien soutenir son enfant pendant cette transition vers l'âge adulte et l'aider à devenir plus autonome? En plus de répondre à ces différentes questions, la formatrice présentera les problématiques les plus fréquemment rencontrées chez les adolescents autistes et des pistes de solution afin de mieux les soutenir.

#### Présentation virtuelle

Samedi 11 février 2023

9 h à 15 h

**Coût :** 25 \$ membre et non-membre



### Stratégies pour mieux comprendre et accompagner son enfant

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

| Animé par Joëlle Charest, éducatrice spécialisée

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

#### Présentation virtuelle

Samedi 11 mars 2023

9 h à 15 h

**Coût :** 25 \$ membre et non-membre



### Mieux comprendre le trouble du spectre de l'autisme (TSA)

| Animé par Autisme Montérégie

Cet atelier de sensibilisation présentera les sphères de développement atteintes ainsi que les besoins derrière les comportements caractéristiques des personnes autistes, les hypothèses sur les causes sous-jacentes, les impacts possibles sur la vie quotidienne et un survol des approches bénéfiques afin de mieux accompagner les personnes autistes.

#### Présentation virtuelle

Jeudi 11 mai 2023

19 h à 21 h

**Coût :** 10 \$ membre et non-membre

## Atelier pour les parents d'adolescents

| Animé par Joëlle Charest, éducatrice spécialisée

Cet atelier de trois rencontres destinées uniquement aux parents est un complément à la formation Distinguer l'adolescence du TSA (la participation à cette formation n'est pas obligatoire pour s'inscrire). Un contenu théorique sera présenté au début de chaque rencontre afin d'alimenter la réflexion et de susciter les échanges entre parents. Trois thèmes seront abordés pendant ces ateliers : la communication avec mon adolescent, comment favoriser l'autonomie chez mon adolescent et les relations sociales et amoureuses à l'adolescence.

### Rencontres virtuelles

Les mardis 18 avril, 2 mai et 16 mai 2023 19 h à 21 h

Coût (pour les trois rencontres) : 25 \$



## Formation pour animateurs et accompagnateurs en camp de jour

| Animée par Joëlle Charest ou Marie-Ève Cousineau, éducatrices spécialisées

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

### Présentations virtuelles

Samedi 10 juin 2023 9 h à 15 h

Dimanche 11 juin 2023 9 h à 15 h

Coût : 25 \$



## Ateliers pour la fratrie

| Présentés par Autisme Montérégie

Les ateliers pour la fratrie s'adressent aux frères et sœurs de personnes autistes, âgés entre 8 et 13 ans. L'approche préconisée repose sur l'aide mutuelle dans un contexte de jeux et d'échanges.

- Permettre aux participants d'échanger avec d'autres frères et sœurs vivant la même réalité et de se sentir moins seuls;
- Permettre aux participants de mieux comprendre l'autisme;
- Permettre aux participants d'identifier leurs besoins dans leur relation avec leur frère ou sœur et avec leurs parents;
- Développer des outils concrets pour répondre à leurs besoins.

### Les ateliers se dérouleront sur la plateforme Zoom et en présence, en alternance.

Une rencontre est aussi prévue pour les parents afin de leur permettre d'échanger et de recevoir des outils pour mieux soutenir leur enfant.

### 4 rencontres pour les enfants :

En virtuel les mardis :  
7 février et 7 mars 2023 19 h à 20 h 30

En présence (Salon Bleu du Quartier DIX30)  
les samedis 18 février et 18 mars 2023 9 h à 11 h 30

### 1 rencontre virtuelle pour les parents :

Mardi 24 janvier 2023 19 h à 20 h 30

Coût : 50 \$ membre





## Conférences

### Le langage des crises (pour les parents et les intervenants)

| Animée par Sabrina Guilbault, éducatrice spécialisée experte en possibilités

Cibler l'anxiété comme point de départ et établir les fonctions du comportement permettent aux parents et aux intervenants d'être en mesure de mettre en application les différentes stratégies proposées lors de cet atelier. Une bonne compréhension du langage des crises contribuera à obtenir une meilleure collaboration de la personne autiste afin de diminuer l'intensité et la fréquence de ces crises.

#### Présentation virtuelle

Mercredi 8 février 2023 18 h 30 à 21 h 30

**Coûts :** 10 \$ membre et 30 \$ non-membre

*Offerte grâce au soutien financier de la Fédération québécoise de l'autisme*



### Oser être un parent imparfait

| Présentée par Stéphanie Deslauriers, psychoéducatrice, conférencière et auteure

« Prendre soin de soi »... oui, c'est bien beau, mais comment fait-on quand on est parent d'un enfant ayant un diagnostic de TSA et tous les défis qui viennent avec? On pense souvent que prendre soin de soi veut dire d'ajouter des choses à sa « to-do list ». Et si à la place, on en retirait? Et si on apprenait à s'en demander moins? Et si on s'habitait, tout doucement, un pas à la fois, à accepter que notre imperfection est suffisante?

#### Présentation virtuelle

Mardi 28 mars 2023 19 h à 21 h

**Coûts :** 10 \$ membre et 30\$ non-membre



## Parents d'adolescents et d'adultes ayant des contraintes sévères

### L'âge adulte et les aspects légaux

| Présentée par Me Joanie Lalonde-Piechanski, notaire engagée et auteure du livre Au-delà des 18 ans

Le passage à l'âge adulte est un événement marquant de la vie. Pour le parent d'un enfant différent, il vient toutefois bien souvent avec des questionnements et de l'inquiétude. Cette présentation, principalement orientée pour les parents ayant un adolescent/adulte autiste avec des contraintes sévères, permettra de faire un survol portant sur les différents aspects légaux dont il faut tenir compte, ainsi que sur les programmes disponibles pour les adultes autistes.

#### Présentation virtuelle

Mercredi 10 mai 2023 19 h à 21 h

**Coûts :** 10 \$ membre et 30 \$ non-membre

Cette conférence sera enregistrée, et le lien pourra être envoyé aux personnes inscrites qui le demanderont (pour une durée déterminée).



## Partenariats

### Cafés-causeries parents/enfants

**Clientèle ciblée :** parents ayant des enfants âgés entre 3 et 5 ans, et présentant un retard de développement ou un trouble du spectre de l'autisme (avec ou sans diagnostic confirmé).

**Description :** selon les besoins des parents, différents thèmes seront abordés afin de permettre à ceux-ci d'échanger et d'enrichir leurs connaissances. Un service de halte-garderie sera aussi disponible.

**Où :** à la Maison de la famille de Brossard : 2210, rue André, Brossard (Centre communautaire Nathalie-Croteau)

**Quand :** environ une rencontre par mois les lundis de 9 h 30 à 11 h 30 à partir de la mi-janvier

**Coût :** 5 \$ (enfant et adulte)

Pour plus d'informations, communiquer directement avec La Maison de la famille de Brossard au 450 678-5222 poste 1 ou [secretariat@mfdebrossard.org](mailto:secretariat@mfdebrossard.org). Visitez leur site Internet au [mfdebrossard.org](http://mfdebrossard.org)



# Activités

## Pour les enfants autistes

### Club LEGO

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

#### Longueuil

(en collaboration avec la Maison de la famille Le Cavalier)  
Un dimanche par mois 10 h à 12 h  
Pour information ou inscription, communiquer directement avec la Maison de la famille Le Cavalier au 450 646-8808, lsvpcg@bellnet.ca

#### Granby (en collaboration avec l'AGDIA)

Tous les deux samedis 15 h 30 à 19 h  
Deux groupes disponibles : 6-13 ans et 14 ans et plus

**Coût :** 165 \$/par famille (inclut un souper complet et les breuvages)

Pour plus d'informations, 450 372-0694, info@agdia.org



## Pour les adolescents autistes

### Entrados

Cette activité est réservée aux membres résidant en Montérégie

Sous forme de soirée de jeux de société, cette activité permettra aux adolescents autistes âgés de 12 à 17 ans de développer un sentiment d'appartenance et de briser leur isolement dans un contexte ludique et stimulant. Il s'agit d'une activité qui donnera l'occasion aux parents de s'offrir un moment de répit pendant que leur adolescent se divertit et crée des liens. Ces activités s'adressent aux adolescents ayant la capacité de fonctionner dans un ratio d'encadrement d'un intervenant pour huit participants.

#### Longueuil (rencontres en présentiel)

Session hiver : du 6 janvier au 31 mars (relâche le 3 mars) 2023  
Session printemps : du 14 avril au 9 juin 2023  
Deux vendredis soir par mois : 18 h 30 à 21 h

**Coût :** session hiver 56 \$ (6 rencontres) et  
session printemps : 45 \$ (5 rencontres)

**\*Rencontre d'essai obligatoire avant de s'inscrire. Le tarif pour la session est ajusté selon le moment de l'inscription. Compléter le formulaire de renseignements disponible au <https://www.autismemonteregie.org/images/entrados-formulaire-01-2022.pdf>**

*Cet atelier est offert grâce au soutien financier des CISSS de la Montérégie.*

## Pour les adultes autistes

### Club adulte

Cette activité est réservée aux membres résidant en Montérégie

Ce service s'adresse aux adultes autistes âgés de 18 ans et plus, et ayant la capacité de fonctionner dans un ratio d'encadrement d'un intervenant pour six participants. Les objectifs du Club adulte consistent à fournir un endroit chaleureux afin de leur permettre de créer des liens entre eux, de développer un sentiment d'appartenance et de briser l'isolement, tout en favorisant l'autonomie et la participation sociale.

**Longueuil** | Deux groupes possibles selon le besoin de soutien pour socialiser :

#### Rencontres en présentiel au Cégep Édouard-Montpetit

Session hiver : du 13 janvier au 24 mars 2023

Session printemps : du 7 avril au 16 juin 2023

Deux vendredis soir par mois 19 h à 22 h

**Coût :** session hiver 75 \$ (7 rencontres) et  
session printemps 75 \$ (7 rencontres)

**\*Soirée d'essai obligatoire. Compléter le formulaire de renseignements disponible au : <https://autismemonteregie.org/evenements/club-adulte>**



### Comment expliquer mon autisme à mon entourage

| Animé par Isabelle Amyot et Sophie Plaisance, Autisme Montérégie

Cet atelier s'adresse aux adultes ayant un diagnostic d'autisme qui se questionnent et/ou qui souhaitent entamer une démarche pour parler de leur diagnostic. Les participants doivent résider en Montérégie. Sous forme de contenu théorique, de réflexions et d'outils concrets, les points suivants seront abordés :

- Suis-je prêt à parler de mon diagnostic
- Connaître mon autisme pour mieux en parler
- Mes attentes en lien avec l'annonce de mon diagnostic
- Comment me préparer pour en parler
- Comment en parler
- Les réactions possibles de mon entourage et comment m'y adapter

#### Présentations virtuelles

Les mercredis :

1<sup>er</sup> février | 22 février | 8 mars | 5 avril 2023 19 h à 21 h

**Coûts :** 30 \$ membre (pour l'ensemble des 4 ateliers)  
45 \$ non-membre (pour l'ensemble des 4 ateliers)

*Cet atelier est offert grâce au soutien financier des CISSS de la Montérégie.*

## Accès Répit | Formation de gardiens

### Saviez-vous qu'Autisme Montérégie offre trois formations uniquement pour les gardiens?

#### À qui sont destinées les formations?\*

- Aux gardiens et aux personnes intéressées à offrir du répit à domicile. Vous pourrez également être ajouté à la liste de gardiens de l'organisme.
- Au bénéfice des familles qui connaissent quelqu'un qui veut leur offrir le service de répit à domicile, mais qui n'a pas de connaissances en autisme. Vous pouvez l'inscrire à ces formations.

**Rappel : ces trois formations sont exclusives aux gardiens. Les parents et familles ne peuvent s'y inscrire.**

### Mieux comprendre le trouble du spectre de l'autisme (TSA)

| Animé par Autisme Montérégie

Cet atelier est destiné aux gardiens qui désirent offrir du répit à domicile. Il a pour but de présenter le fonctionnement des personnes autistes et les caractéristiques autistiques. Il permettra de mieux comprendre les besoins sous-jacents contribuant à une période de répit de qualité. Les participants auront l'occasion de se familiariser avec des stratégies de base à mettre en place pour favoriser un environnement à la fois sécurisant et agréable pour la personne autiste et le gardien.

#### Présentation virtuelle

Jeudi 16 mars 2023 18 h 30 à 21 h

Jeudi 25 mai 2023 18 h 30 à 21 h

**Coût : 10 \$\***

\*Le coût de la formation est remboursé aux personnes qui laisseront leur nom pour s'ajouter à la liste de gardiens disponibles pour les familles de la Montérégie.



### Le langage des crises (exclusif aux gardiens et futurs gardiens à domicile)

| Animé par Sabrina Guilbault, éducatrice spécialisée experte en possibilités

Cibler l'anxiété comme point de départ et établir les fonctions du comportement permettent aux gardiens d'être en mesure de mettre en application les différentes stratégies proposées lors de cet atelier. Une bonne compréhension du langage des crises contribuera à obtenir une meilleure collaboration de la personne autiste afin de diminuer l'intensité et la fréquence de ces crises.

#### Présentation virtuelle

Mercredi 26 avril 2023

18 h 30 à 21 h 30

**Coût : 10 \$**



### Comment créer un lien et rendre ma période de garde plus ludique

| Animé par Claudiane Coutu Arbour, éducatrice spécialisée

Cet atelier est destiné aux gardiens et futurs gardiens à domicile. Il permettra de mieux comprendre les défis liés à la création d'un lien avec les personnes autistes. Des stratégies gagnantes à préconiser y seront présentées. De plus, différents outils seront proposés aux participants afin de les guider dans l'identification des forces et des intérêts des personnes autistes, ce qui contribue à une période de garde stimulante et ludique.

#### Présentation virtuelle

Mercredi 17 mai 2023

18 h 30 à 21 h 30

**Coût : 10 \$**

*Ces ateliers sont offerts grâce au soutien financier des CISSS de la Montérégie.*

## L'équipe d'Autisme Montérégie

Téléphone : 450 646-2742 / 1 888 424-1212

**Nathalie Sapina**, poste 202  
Directrice générale  
direction@autismemonteregie.org

**Sophie Plaisance**, poste 203  
Responsable du partenariat et du développement  
intervenante1@autismemonteregie.org

**Christian Gaulin**, poste 207  
Responsable des communications et de l'événementiel  
communication@autismemonteregie.org

**Cécile Combe**, poste 209  
Agente de sensibilisation  
sensibilisation1@autismemonteregie.org

**Josée Brisson**, poste 206  
Intervenante sociale  
Intervenante2@autismemonteregie.org

**Isabelle Amyot**, poste 211  
Intervenante sociale  
intervenante3@autismemonteregie.org

**Pilar Cuevas**, poste 204  
Responsable du service Accès Répît  
accesrepit@autismemonteregie.org

**Corinne Picard**, poste 208  
Soutien administratif  
autisme@autismemonteregie.org

**Francesca Barbaro**, poste 205  
Responsable de la comptabilité  
comptabilite@autismemonteregie.org

**Julie Larose**, poste 0  
Agente au secrétariat et à l'administration  
administration@autismemonteregie.org

**Diane St-Germain**, poste 0  
Agente au secrétariat et à l'administration  
administration@autismemonteregie.org



UN DON QUI FAIT UNE DIFFÉRENCE

Pour une plus grande inclusion,  
joignez-vous à  
**AUTISME MONTÉRÉGIE**  
pour soutenir les personnes  
autistes et leur famille.

Vous pouvez faire votre don dès aujourd'hui en visitant notre site Internet:  
[www.autismemonteregie.org/faire-un-don](http://www.autismemonteregie.org/faire-un-don)



755, chemin du Coteau-Rouge, bureau 210,  
Longueuil (Québec) J4J 1Z4  
Téléphone : 450 646-2742 | Sans frais : 1 888 424-1212  
Télécopieur : 450 646-4633

Site Internet : [www.autismemonteregie.org](http://www.autismemonteregie.org)  
Facebook : [www.facebook.com/autismemonteregie](http://www.facebook.com/autismemonteregie)