



DÉCEMBRE 2021



ENGLISH CONTENT : If you need assistance, please contact our communication agent : avancompernelle@moelleepiniere.com

RETOUR SUR L'ACTUALITÉ

MÉMO accueil de nouveaux membres
dans son équipe de travail



Alexandre Bebel est notre nouvel organisateur communautaire pour les régions de Montréal et de l'Ouest du Québec :

« Bonjour je m'appelle Alexandre Bebel, je suis originaire des Antilles française. J'ai quitté la Guadeloupe en 1999 pour venir étudier à l'Université du Québec à Montréal. J'ai complété un baccalauréat en animation et recherche culturelles, orienté vers les médias, l'organisation d'événements socioculturels et corporatifs. Mon domaine de prédilection est la radio, j'ai travaillé à titre de responsable de la production publicitaire, animateur, chroniqueur et coordonnateur de la formation avec des stagiaires universitaires.

L'expression musicale et artistique à travers les cultures me fascine, au cours des dernières années j'ai pu collaborer à plusieurs festivals montréalais. Le sport me prodigue une grande source de motivation au quotidien. J'adore l'immensité et les richesses de la nature, les montagnes, les rivières, l'été, le soleil, la mer, les voyages. Je suis fier aujourd'hui d'occuper le poste d'organisateur communautaire à MÉMO-Qc. L'équipe est unie dans l'action et la solidarité vers un but commun où l'autonomie, le bien-être et le respect de nos membres sont au cœur des préoccupations. Merci à tous et bon 75^e anniversaire! »



Anabelle Grenon Fortin est notre nouvelle organisatrice communautaire au volet défense des droits :

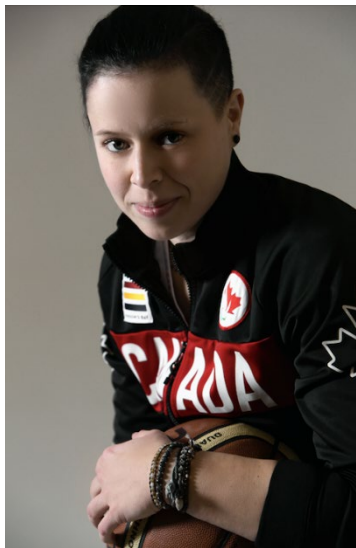
« Mon nom est Anabelle Grenon Fortin, je suis une jeune juriste passionnée par la défense des droits et la justice sociale. Ayant accumulé la majorité de mon expérience professionnelle dans le milieu communautaire, j'ai une bonne connaissance générale en la matière et je suis habile en mobilisation et en sensibilisation. Aussi, grâce à de brillantes études en droit ainsi qu'en droit international et politique, je détiens des réflexes juridiques aiguisés et une rigueur que je suis fière de mettre au service de Moelle épinière et motricité Québec. MÉMO-QC est un organisme d'exception de par la variété des services qu'il offre, et de par la juste place qu'y prennent les personnes lésées médullaires ou ayant des limitations fonctionnelles. Sa double mission de défense des droits individuels comme collectifs, lui octroie une perspective optimale pour identifier des revendications nécessaires et légitimes. Je suis très sensible à l'indolence de la population et des élus face à l'insuffisance des services avec laquelle les Québécois.es en situation de handicap doivent conjuguer et je vous promets de travailler très fort avec l'équipe de l'organisme et ses membres pour faire évoluer leurs conditions de vie. Je vous promets aussi de toujours placer les individus et leur autonomie au centre de mes actions avec écoute et humilité. En remerciant toute l'équipe pour sa confiance. »

RETOUR SUR NOS ACTIVITÉS DU MOIS

Groupe de discussion pour les utilisatrices de cathéters intermittents

Ce groupe de discussion virtuel organisé conjointement par Coloplast et MÉMO-Qc a réuni le jeudi 4 novembre des utilisatrices de cathéters en provenance de différentes régions du Québec. Elles ont pu exprimer leurs besoins, leurs préoccupations et leurs souhaits dans un souci d'amélioration de la qualité des produits et des soins urologiques.

75e anniversaire : Conférence de Cindy Ouellet



MÉMO-Qc a eu l'honneur de recevoir Cindy Ouellet comme 2^e invitée dans le cadre de la série de conférences virtuelles « Au-delà du handicap ». Nommée « athlète féminine de la décennie » au Gala Sports Québec, cette jeune femme dynamique pratique le basketball en fauteuil roulant et le ski paranordique de niveau olympique en plus d'être une musicienne accomplie et de compléter son doctorat en génie biomédical.

Si elle parvient à exceller dans tous les projets qu'elle entreprend, c'est grâce à sa détermination. Cette volonté de ne jamais se laisser abattre lui a permis de surmonter les difficultés qui ont jalonné son parcours, notamment un cancer des os survenu à l'âge de 12 ans, qui est à l'origine de sa limitation fonctionnelle. Cette conférence a réuni 37 personnes et a, par ailleurs, été visionnée nombreuses fois en différé.

[Visionnez la conférence](#)

Surfer sur le marché de l'emploi avec un TDA/TDA-H

Près de 40 personnes, entre clients, membres et intervenants ont pu assister le mercredi 10 novembre à l'activité virtuelle organisée par notre équipe d'employabilité et intitulée *Surfer sur le marché de l'emploi avec un TDA /TDA-H*. Dre Karima Kahlaoui, Ph.D. Psychologue/Neuropsychologue à la clinique PSYmedicis et à l'institut Pinel, a démystifié le diagnostic de Trouble de Déficit d'Attention avec ou sans Hyperactivité. Elle a abordé les difficultés que rencontrent les personnes aux prises avec ce diagnostic sur le marché du travail et les différentes stratégies pour une meilleure intégration et un maintien en emploi. Notre conseillère d'orientation, Mélissa Lévy, a mis l'accent sur l'importance du processus d'orientation dans le choix de la carrière et la nécessité de prendre en considération les points forts et les intérêts dans cette démarche. La rencontre était suivie d'une période de questions où Dre Kahlaoui et les membres de l'équipe ont répondu aux interrogations des personnes présentes.

Soirée de filles à Québec



Ce souper-partage a réuni douze femmes en provenance de Québec, de Chaudière-Appalaches et du Lac-St-Jean vendredi 12 novembre au restaurant Blaxton à Québec.

Les participantes ont profité de l'occasion pour discuter entre elles de sujets plus intimes, spécifiques à la réalité féminine. Devant l'enthousiasme des invitées, une nouvelle soirée pourrait être proposée le 8 mars pour célébrer la Journée internationale de la femme.

Groupe de discussion virtuel pour les personnes lésées médullaires incomplètes

C'est connu, les personnes lésées médullaires incomplètes vivent des enjeux différents de ceux des personnes ayant une lésion complète. Ce groupe de discussion animé par Caroline Lachance et Jessica Picard a permis aux participants de partager leur vécu et leurs préoccupations. Il est prévu d'offrir de nouveaux espaces de rencontre aux personnes lésées médullaires incomplètes sur une base plus régulière.

Soirée à la Cage aux sports

Notre sortie à la Cage aux Sports a rassemblé 11 personnes. Il régnait une très belle énergie. Tous les participants étaient heureux de se retrouver et de faire la connaissance de notre nouvel organisateur communautaire, Alexandre Bebel. Le Canadien, lui, a perdu 0-6 contre Pittsburg... Malgré cette défaite cuisante, les gens sont repartis avec le sourire !



Transport adapté : des nouvelles du dossier de M. André Cloutier

Monsieur André Cloutier a été réélu à son poste de conseiller municipal de la municipalité de Saint-Joseph-De-Coleraine. Il est aux prises avec un problème de transport adapté depuis janvier 2021. En effet, la politique de transport adapté entrée en vigueur le 1^{er} janvier 2021 met fin au service à 18h et a considérablement augmenté ses prix.

MÉMO-Qc soutient et accompagne M. Cloutier depuis le mois de janvier. Voyant que le conseiller municipal avait été réélu et que son problème n'était pas encore réglé, nous avons alerté les médias dans l'espoir que les autorités compétentes règlent définitivement ce problème et celui de plusieurs personnes dans les 19 municipalités des Appalaches où s'applique cette politique. Les médias ont fait une très bonne couverture du dossier.

[Lire la suite et écouter les reportages](#)

AGENDA

Découvrez les activités à venir !

3 décembre

Mobilisation pour la journée internationale des personnes handicapées

Pour souligner la journée internationale des personnes handicapées, Le Mouvement PHAS fait le lancement de sa campagne *Chez moi, mon droit*.

La campagne *Chez moi, mon droit* est la suite des discussions du forum de septembre dernier. Les constats et demandes formulés au Forum ont été utilisés pour rédiger un [document de revendications](#) qui guidera la campagne.

L'événement aura lieu au **Centre St-Pierre au 1212 rue Panet à Montréal**, salle 100 **dès 13h30**.

Si vous ne pouvez pas vous déplacer, vous pouvez [suivre la rencontre sur Facebook](#).

Inscriptions

6 et 7 décembre

Activité de plongée

INITIATION À LA PLONGÉE
6 et 7 décembre - 11h à 15H

Parce que la plongée sous-marine est une expérience exaltante pour tous, Hubert Chrétien, en collaboration avec Mémoto-Québec, vous offre la chance de vous initier **GRATUITEMENT** à cette expérience unique!

Places limitées
6 places (3 personnes par jour)
Inscriptions obligatoires

Liberté en profondeur—Freedom at Depth
960, Cameron St.
Cumberland, Ontario
K4C 1C6

Certificat médical complété par un médecin ou physiatre exigé

Pour inscriptions ou informations contacter Béthsa Leconte
— Par téléphone: 1-877-341-7272 poste 232
— Par courriel: BLeconte@moelleepiniere.com

Moelle épinière et motricité Québec
On réinvente l'autonomie depuis 1946

75 ans

Le double vaccinon et le port du masque seront exigés

Une activité de plongée aura lieu les **lundi 6 et mardi 7 décembre de 11h à 15h**.

- Limitée à 6 personnes (3 personnes/jour)
- Certificat médical de votre médecin ou votre physiatre est obligatoire
- Vaccination et port du masque obligatoire

- Rendez-vous sur les lieux par vos propres moyens

L'activité aura lieu chez Hubert Chrétien : Liberté en profondeur - Freedom at Depth
960 Cameron St., Cumberland On K4C 1C6 - Site internet : www.fadc.ca

Inscriptions

Dîner de Noël à Québec

8 décembre

Retrouvez-nous au dîner de Noël de Québec! Rendez-vous **mercredi 8 décembre à 12h** à l'Espace Arte Vino.

Venez festoyer avec nous et en bonne compagnie!
Les places sont limitées et le repas est payable à l'avance : 30\$ pour les membres et 35\$ pour les non-membres.

La date limite d'inscription est fixée au **3 décembre**.

Dîner de Noël à Québec

Mercredi 8 décembre à 12h

Prix membre: 30\$
Prix non-membre: 35\$
(Payable à l'avance)

On vous invite à venir festoyer avec nous!

Date limite pour inscription et paiement: 3 décembre

Places limitées

Arte VINO 797, boul. Lebourgneuf Québec, Québec G2J 0B5

Pour inscription, paiement ou informations, contacter: Caroline Lachance

En personne: FRDPQ local D-117
Par téléphone: 1-877-341-7272 poste 238
Par courriel: clachance@moelleepiniere.com

Moelle épinière et motricité Québec 75 ans
On réinvente l'autonomie depuis 1946

Passport océan et respect des consignes sanitaires obligés

Inscriptions

Dîner de Noël à Montréal

10 décembre

Moelle épinière
et motricité Québec
On réinvente l'autonomie
depuis 1946

Dîner de Noël à Montréal

**VENDREDI 10 DÉCEMBRE
DE 11H30 À 15H**

Hôtel Montréal Métropolitain
3400, boul. Crémazie Est

30\$ membres et accompagnateurs
35\$ non membres.

*Jeux, musique et
plus encore!
Tirages pour les
membres.*

Inscription : 514 341-7272 - info@moelleepiniere.com.
Payable à l'avance. Passeport vaccinal obligatoire.
Date limite : 3 décembre.

Venez célébrer Noël en bonne compagnie!

Rendez-vous le **vendredi 10 décembre de 11h30 à 15h** à l'hôtel Montréal Métropolitain. Profitez de jeux de musique et d'un tirage de prix pour les membres présents.

La date limite pour vous inscrire est le **3 décembre**. Inscrivez-vous et payez votre repas à l'avance : 30\$ pour les membres et leurs accompagnateurs et 35\$ pour les non-membres.

Inscriptions

Dîner de Noël en Estrie

11 décembre

Noël approche! Venez partager un souper avec nous au Vieux Duluth de Sherbrooke.

Rendez-vous samedi 11 décembre à 17h pour venir passer un bon moment en notre compagnie! Un tirage de prix de présences sera organisé. Vous pouvez apporter votre vin et votre passeport vaccinal. Notez que le repas sera à vos frais.

La date limite pour les inscriptions est fixée au **samedi 4 décembre**.

Inscriptions



Le point sur la rente d'invalidité avec Me André Laporte

13 décembre

Depuis plus d'une dizaine d'années, MÉMO-QC travaille sur le dossier de la rente d'invalidité. Nous répondons aux questions des membres et de toute personne qui s'interroge sur le sujet. Nous accompagnons également un de nos membres au Tribunal administratif du Québec (TAQ). Comme vous le savez peut-être, ce dossier devait être entendu au TAQ cet automne. Des audiences devaient avoir lieu les 21, 22 et 23 septembre. Cependant, elles ont été reportées au printemps 2022.

Afin de vous donner l'heure juste sur ce dossier, nous souhaitons vous inviter à participer **lundi 13 décembre de 13h00 à 15h30 sur Zoom** à une rencontre de mise au point durant

laquelle Me Laporte présentera d'abord un historique de la rente d'invalidité. Ensuite, il fera le point sur le processus en cours au TAQ. Enfin, il y aura une brève période de questions.

Inscriptions

75e anniversaire : Exposition photos

Du 15 janvier au 13 mars



Avec la contribution
financière de

Office des personnes
handicapées
Québec

Expo
photos

Dominique
Perron,
photographe



**L'odyssée
d'une
réadaptation**

Suivez la réadaptation
d'Aldric, un voyage aux
multiples découvertes

Hall de la Maison de la culture Mercier
8105, rue Hochelaga à Montréal
Du 15 janvier au 13 mars 2022

Horaires : du mercredi au dimanche de 13h à 17h

Mercier
Hochelaga-Maisonneuve
Montréal

Cette exposition photos itinérante met en vedette Aldric, devenu tétraplégique à la suite d'un accident de voiture. Notre photographe, Dominique Perron, l'a suivi à travers les étapes de son parcours de réadaptation jusqu'à son retour à la maison.

Rendez-vous **jeudi 27 janvier de 17h à 19h** pour assister au vernissage dans le Hall de la Maison de la culture Mercier, au 8105 rue Hochelaga à Montréal.

Inscriptions

75e anniversaire : Concours d'expression artistique

Jusqu'au 31 mars 2022

Révélez l'artiste qui est en vous en exprimant ce que MÉMO-Qc représente pour vous! Courez la chance de gagner **jusqu'à 3000\$** en participant à notre grand concours d'expression artistique! Utilisez le mode d'expression artistique que vous affectionnez :

- ✍ Écriture
- 🎨 Arts visuels
- 🎭 Arts d'interprétation.

Envoyez-nous votre oeuvre **avant le 31 mars 2022**. Prenez connaissance du règlement et communiquez-nous votre intention de vous inscrire. Bonne chance à tous!

Concours d'expression artistique



Quoi? Exprimez ce que MÉMO-Qc représente pour vous et **gagnez 3000\$, 1500\$ et 500\$!**

Comment? Produisez : texte, slam, poésie, chanson, peinture, photo ou vidéo

Quand?

Date limite d'inscription
31 mars 2022

Règlement du concours:
moelleepiniere.com
section événements
spéciaux du
75e anniversaire



Informations et inscriptions

ANNONCES ET INFOS PRATIQUES

Offres d'emploi :

Moelle épinière et motricité Québec recrute

Agent ou agente d'intégration et de maintien en emploi

Fondée au lendemain de la 2e Guerre mondiale par des vétérans blessés à la moelle épinière, Moelle épinière et motricité Québec intervient depuis maintenant 75 ans afin de favoriser l'autonomie et améliorer la qualité de vie des personnes vivant avec une lésion médullaire ou un autre type de handicap, et ce, partout au Québec.

Notre mission se décline à travers différents champs d'action : intégration sociale, employabilité, défense des droits & intérêts collectifs, soutien à la recherche et communications. Notre service d'employabilité accompagne des personnes ayant des limitations physiques et/ou neurologiques dans leur démarche de recherche d'emploi, d'intégration et de maintien en emploi ou de retour aux études...

[Lire la suite et postuler](#)

Paraquad du 75e anniversaire : appel à témoignages

Dans le cadre du 75e anniversaire de MÉMO-Qc, nous publierons au printemps un numéro spécial du Paraquad qui retracera les activités de notre organisme durant ses 75 années d'existence.

Pour enrichir nos articles de témoignages, nous faisons appel à vous, nos membres et nos partenaires, pour collaborer à la rédaction de ce magazine spécial : avez-vous des anecdotes et des histoires à nous raconter sur votre expérience avec MÉMO-Qc? Nous serons ravis de les publier!

[Nous contacter](#)



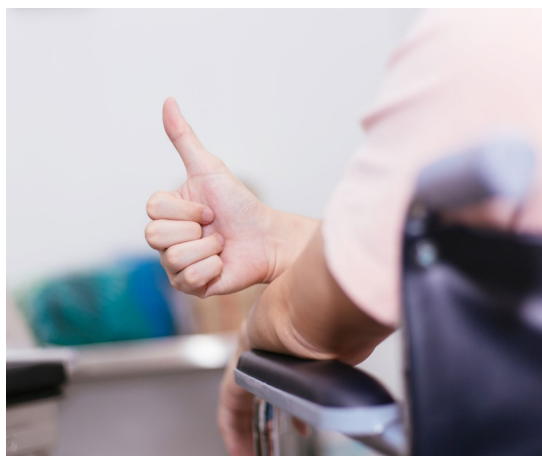
DU CÔTÉ DE LA FONDATION

Fonds de soutien

Le **Programme de soutien à la clientèle atteinte d'une lésion médullaire** de la Fondation MÉMO-QC vise à soutenir de manière ponctuelle et concrète les personnes qui dans le contexte actuel doivent composer avec des situations difficiles sur le plan financier en raison des conditions de personnes vivant avec une lésion à la moelle épinière. Vous pouvez en faire la demande tout au long de l'année !

Pour en savoir plus

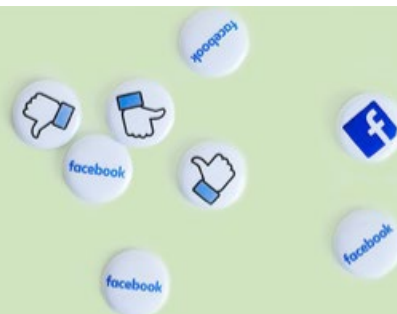
Ententes de partenariat et avantages aux membres



Chers membres,

[Cliquez ici pour connaître vos rabais avantages.](#) Pour en profiter, votre carte de membre doit être valide.

Vous pouvez aussi les retrouver sur <http://www.moelleepiniere.com/partenaires/>



RESTEZ EN CONTACT AVEC NOUS !

Consultez notre page Facebook
SERVICE D'EMPLOYABILITÉ - MOELLE ÉPINIÈRE ET MOTRICITÉ QUÉBEC
dès aujourd'hui.

Obtenez des astuces exclusives pour vos recherches d'emploi et partagez vos expériences avec d'autres chercheuses et chercheurs d'emploi !

NOTRE SERVICE D'EMPLOYABILITÉ PEUT VOUS AIDER À TROUVER L'EMPLOI QU'IL VOUS FAUT !

- Accompagnement et soutien à l'emploi
- Orientation professionnelle
- Évaluation des capacités de travail
- Adaptation de poste de travail
- Suivi personnalisé après l'embauche

Si vous résidez sur l'île de Montréal et avez une limitation physique ou neurologique



PASSEZ À L'ACTION ET CONTACTEZ-NOUS !

514 341-7272 • info@moelleepiniere.com • www.moelleepiniere.com



Le service d'employabilité de Moelle épinière et motricité Québec est rendu possible grâce à la contribution financière d'Emploi-Québec.

Merci à nos principaux partenaires !



Contactez-nous !



6020, rue Jean-Talon Est, bureau 400
Montréal (Québec)

H1S 3B1

1 877 341-7272 poste 210 (sans frais)

75ans@moelleepiniere.com

www.moelleepiniere.com



Vous souhaitez ne plus recevoir notre infolettre?
Vous n'avez qu'à [vous désabonner de notre liste d'envoi](#).