

PLACE COMMUNAUTAIRE RITA ST-PIERRE

🏠 59 rue Monfette, local 224, Victoriaville (Qc) G6P 1J8

☎ 819 758-0767 F.819 758-6294

@ [info@haabf.org](mailto:info@haabf.org)

🖱 [www.haabf.org](http://www.haabf.org)

Volume 180, mai 2024



## Sommaire

Des nouvelles de l'équipe	2	24 hrs RAS/HAABF	7
Secours adapté	3	Programme PAIR	8
Méli-Mélo	4	Coin de l'humour	9
Vous déménagez	5	Anniversaires	10
Café-rencontre « Plein Air »	6	Les Petites Annonces	11





# DES NOUVELLES DE L'ÉQUIPE



L'équipe au bureau est toujours en place, nous avons notre collègue Nancy Clément qui terminera son stage avec nous à la fin avril 2024. Nous essayerons de la garder près de nous lors des prochaines activités en dehors de son programme d'études. Le temps passe trop vite... Merci pour tout Nancy et à bientôt, la porte demeure grande ouverte !

Sur une note moins réjouissante, Mme Nicole Côté administratrice au sein du conseil d'administration est décédée subitement en février dernier, cette dernière était impliquée au sein de l'organisme depuis 15 ans déjà. Mme Nicole apportait une joie de vivre et des idées pour le bien-être de toutes et tous ! Elle adorait faire une différence dans votre quotidien. Nos sincères sympathies à sa famille et ses proches.

Suite à cette nouvelle imprévue, M. Jacques Verville a manifesté son désir de compléter le mandat de Mme Nicole Côté. M. Jacques ayant été sur le conseil d'administration plusieurs années et ayant pris une petite pause d'environ 6 mois, nous revient en force à notre plus grand bonheur.

En ce moment, nous sommes à finaliser la programmation estivale des activités à venir ***si vous avez des suggestions n'hésitez pas, 819-758-0767 ou encore par courriel [info@haabf.org](mailto:info@haabf.org)***.

N'oubliez pas le renouvellement de votre carte de membre, vous participez au rayonnement de votre organisme.

De plus, nous désirons vous mentionner que lors de vos inscriptions aux activités, nous vous demandons de bien vouloir ***respecter les dates de paiement*** pour faciliter la gestion et la planification de celles-ci.

Advenant que le tout ne soit pas respecté, nous vous ferons **un** premier rappel ! Par la suite, s'il y a un non-paiement dans les délais mentionnés par l'équipe du bureau, votre place sera offerte aux personnes en attente afin faire le maximum d'heureux.

Nous désirons vous offrir de belles activités et/ou services. Merci à l'avance pour votre collaboration ! Le conseil d'administration et l'équipe du bureau vous en remercie grandement !

Au plaisir et à très bientôt !

*Réal Marcotte*

Président

# Le Secours adapté

Le Secours adapté est un programme d'information relié au service d'urgence de la Sécurité publique de la Ville de Victoriaville (911).

**Il est confidentiel, gratuit et sur une base volontaire.**

Grâce à ce programme, il est possible d'obtenir l'information concernant les résidents en situations d'handicap ou à mobilité réduite inscrits au système, et d'intervenir efficacement en fonction de la situation.

À titre d'exemple lors d'un incendie, il nous sera possible d'adapter les secours à votre résidence sachant que le système nous informe de la présence d'une personne handicapée ou à mobilité réduite sur les lieux.

Ce système peut grandement aider les intervenants à réagir rapidement et à sauver des vies. Le programme est offert pour toutes les municipalités desservies par le service de sécurité incendie de Victoriaville :

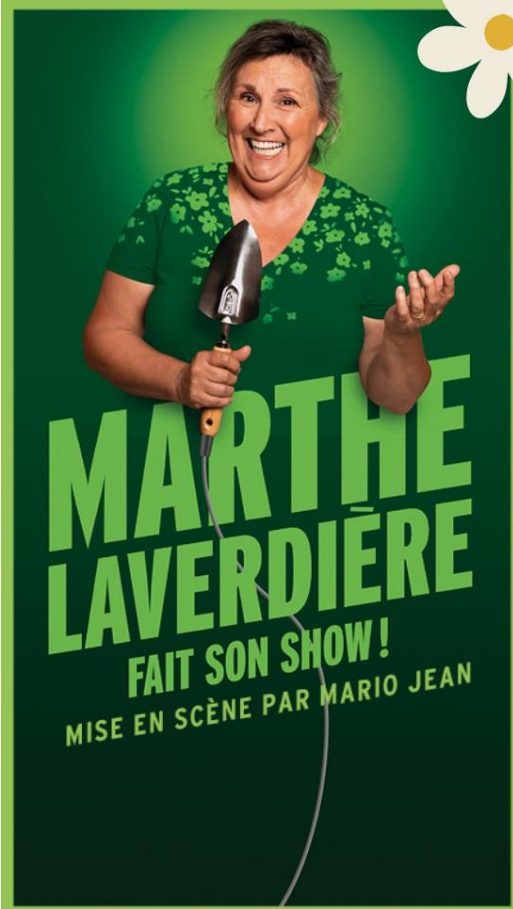


Victoriaville  
St-Valère  
St-Albert  
St-Christophe d'Arthabaska

**Vous pouvez vous inscrire au programme de Secours adapté en appelant au bureau (819)758-0767**

Source : <https://www.victoriaville.ca/page/144/securite-publique.aspx>





# Spectacle conférence

Rappel pour les gens déjà inscrits !

**Le 7 juin 2024**

**Lieu : Carré 150 , Victoriaville**

Ouverture des portes: 19h

**Spectacle: 20h**

Fin et retour à la maison: 22 h 15

**Les billets seront remis à l'AGA pour les personnes présentes et en livraison pour les autres.**

## Recherche de bénévoles !

Vous avez quelques heures à donner pour votre organisme ? Handicap Action recherche des bénévoles pour former ses équipes pour l'activité de financement au IGA les

➡ **16 et 17 mai 2024.** ⬅

**Appelez-nous ! (819)758-0767**

## FINANCEMENT

IGA

RAYMOND

MARTIN



handicap  
**ACTION**  
AUTONOMIE  
BOIS-FRANCS



## À METTRE À VOTRE AGENDA : ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DE HAABF



SALLE DE LA LÉGION CANADIENNE  
34 RUE DES VÉTÉRANS



13H À 18H



28 MAI 2024

**NOUVELLE  
DATE**

Surveillez votre courrier, nous vous enverrons plus d'informations au début du mois de mai.

# VOTRE DÉMÉNAGEMENT APPROCHE ?

## SOYEZ INFORMÉS !

Vous déménagez, n'oubliez pas d'aviser :

Service québécois de changement d'adresse  
au 1 877 644-4545 pour ces 6 ministères :

- Revenu Québec;
- Société de l'assurance automobile du Québec;
- Régie de l'assurance-maladie du Québec;
- Élections Québec;
- Retraite Québec;
- Travail, Emploi et Solidarité sociale.



---

Revenu Canada.....	1 800 959-7383
Assurance-emploi.....	1 800 808-6352
Aide de dernier recours (Victoriaville).....	819 758-8241
Allocation canadienne pour enfants.....	1 800 387-1194
Pension et sécurité de vieillesse.....	1 800 277-9915
Allocation-logement.....	1 800 267-6299
Poste Canada (Victoriaville).....	819 758-0543
Hydro-Québec.....	1 888 385-7252
Votre fournisseur de services téléphoniques/télévision/internet	
Votre courtier d'assurances	

**ATTENTION, déménager ce n'est pas gratuit. Certaines compagnies vous chargeront des frais lors de votre changement d'adresse, informez-vous!**

Pour toutes questions relatives au droit du logement, contactez l'Association des locataires Centre-du-Québec 819 758-3673 ou via Facebook





Café-Rencontre

# PLEIN AIR

Venez-nous voir à la Vélogare pour découvrir ou redécouvrir les équipements adaptés de plein air !

Vélos adaptés, Kartus, Joëlette, TrackZ sur place,  
disponibles à l'essai.

**Le 12 juin 2024**

**13h30 à 15h30**

**Inscription jusqu'au**

**21 mai 2024 midi**

**(819)758-0767**

**Transport libre à chacun**

**Une collation sera  
fournie vers 15h30**

**Retour à la maison  
prévu pour 16h30**



*RAS & Handicap Action*

# TOUT LE MONDE BOUGE

**24H**

## Activité de financement

**Bénévoles recherchés pour un 24 heures de plaisir assuré !**

**Du vendredi 31 mai 10h au samedi 1 juin 10h.**

Seul, en famille ou entre amis, relevez le défi en réalisant le plus de tours (5 km) en 24 heures. À pied, en quadriporteur, en fauteuil roulant... Bienvenue à tous !

Lancez le défi à votre équipe de travail, votre équipe sportive ou votre groupe d'amis et formez une équipe (maximum 10 personnes) dans laquelle on jumellera une personne en situation de handicap.

Des kiosques seront sur place pour présenter différents types d'appareils adaptés qui seront aussi disponibles à l'essai !

*Envie de t'impliquer ? (819) 758-0767*





PAIR, organisme à but non lucratif, est un service GRATUIT d'appels automatisés que les abonnés reçoivent à une heure prédéterminée après une entente avec les responsables du service.

### **DEUX TYPES D'APPELS SONT DISPONIBLES :**

1. APPEL DE SÉCURITÉ qui génère une alerte si l'abonné ne répond pas après trois tentatives. Des démarches sont alors entreprises afin d'effectuer une vérification de la situation par un répondant que vous aurez identifié ou par les services policiers.
2. APPEL POUR FAIRE PENSER aux abonnés leur prise de médication, leur taux de glycémie ou de se nourrir (etc.). Ces appels ne génèrent pas d'alertes.

### **À qui s'adresse PAIR?**

Aux personnes :

- seules
- habitant seules dans un secteur isolé
- seules et ayant un handicap
- dont les contacts sont éloignés
- en perte d'autonomie
- souffrant de maladie chronique
- oubliant souvent de prendre leur médication ou de s'alimenter
- vivant une situation de détresse psychologique
- prenant soin d'une personne en perte d'autonomie
- proches aidants dans une situation particulière

**Pour vous inscrire au Programme PAIR appelez au  
819-758-6419 poste 3742**



# CITATIONS

# COIN DE L'HUMOUR



« La seule limite à notre épanouissement de demain sera nos doutes d'aujourd'hui. »

Franklin D. Roosevelt

## Être heureux

ne signifie pas que tout est *parfait*. Cela signifie que vous avez décidé de regarder au-delà des *imperfections*.

∞ ARISTOTE ∞

# MOT CACHÉ

Thème : Les fruits

C	E	D	R	A	T	C	T	C	M
U	O	V	A	Y	N	O	A	A	A
E	A	R	A	T	O	R	M	M	R
P	U	E	N	Y	T	M	A	A	R
R	A	G	R	O	O	E	R	N	O
B	E	C	I	R	U	G	I	D	N
R	R	I	A	F	A	I	N	E	O
U	R	W	A	N	G	G	L	H	I
G	U	I	G	N	E	U	I	L	S
N	E	K	I	K	A	K	Y	B	E
O	B	E	L	F	E	N	O	O	T
N	R	D	B	U	R	L	A	T	T
N	O	L	E	M	E	R	I	S	E
E	S	S	E	H	C	U	D	O	N

- |            |          |
|------------|----------|
| AMANDE     | GUYOT    |
| ANANAS     | KAKI     |
| BEURRÉ     | KIWI     |
| BIGARREAU  | MARRON   |
| BRUGNON    | MELON    |
| BURLAT     | MERISE   |
| CÉDRAT     | NÉFLE    |
| CORME      | NOISETTE |
| CORNOUILLE | PACANE   |
| DATTE      | SORBE    |
| DUCHESSE   | TAMARIN  |
| FAINE      |          |
| FIGUE      |          |
| GOYAVE     |          |
| GUIGNE     |          |



Nouveaux membres

André Côté

Jeanne Chabot

Florence Dehaies

Carole Houle

Louissette Baron

Dorice Couture

Réponse : \_\_\_\_\_



# Joyeux Anniversaire



## Juin

1	Majella Gameau	2	Sylvie Côté	2	Antoinette Huot
3	Yvan Momeau	3	Lucie Geoffrion	4	Jeannine Côté Gameau
4	Françoise Dubois	5	Pauline Champagne	6	Marylène Morin
6	Danielle Lemay	9	Louise De Serre	10	Sylvie Angers
10	Martine Rousseau	12	Jeanne-Mance Guay	13	Monique Désilet
14	Huguette Bourassa	17	Solange Ouellette	17	Nancy Morency
18	Guy Huard	19	Diane Lainesse	19	Francine Desrochers
20	Huguette Gariépy	21	Ginette Bernier	21	Bernard Martineau
21	Diane Dugré	21	Carole Bélisle	22	Gaetan Rouleau
22	Hélène Baillargeon	23	Carole Leblanc	24	Christianne Jacques
25	Gratien Marcotte	26	Marie-Claire Tanguay	27	Lisette Fillion
27	Rita Marcoux	28	Marcel Jr Rondeau	29	Jacques Couture
30	Gisèle Rouillard	30	Suzanne Pépin		

## Juillet

1	Yvan Frécehte	1	Sophie Grenier	3	Gaétan Ducharme
3	Melvin Reynold	4	Raymond Côté	5	Carmen Campagna
7	Lise Bergeron	7	Yves Lizotte	8	Yolande Lemire
10	Jocelyn Labonté	11	Serge Grenier	13	François Tourigny
13	Aline Raymond	14	Lise Dehaies	15	Robert St-Cyr
16	Nancy Chabot	17	Thérèse Bolduc	18	Éric Rivard
18	Monique Blier	19	Louise Harvey	20	Samuel Saucier
21	Louise Drouin	23	Richard Leblanc	24	René Gagnon
24	Carolle Larrivée	24	Diane Desruisseaux	24	René Dion
24	David Charpentier	25	Kenya Turgeon	25	Sylvie Dupuis
26	Céline Desrochers	26	Chantal Brûlé	27	Pierrette Leclerc
27	André Robitaille	27	André Lanneville	30	Suzanne Pelletier



# LES PETITES ANNONCES

Pour annoncer ou informations :

819-758-0767

Oreiller de corps 30 \$  
Traction pour auto 20 \$  
Deux couvre-pieds pour lit simple 25 \$ ch.  
Secrétaire et chaise 250 \$

**PRIX NÉGOCIABLE – AUCUNE OFFRE  
RAISONNABLE NE SERA REFUSÉE**  
Info : Françoise (819) 552-0956

**Recherche bénévole pour prendre des  
marches.** Secteur Fleuriste Beauchesne.  
Info : (819) 960-5065

**Recherche bénévole pour prendre des  
marches.** Secteur Centre-Ville  
INFO : Michelle (819) 752-8332

**Banc de bain hydraulique**  
Bathmaster Sonaris avec télécommande  
Info : France (581) 372-2822

**VAN ADAPTÉ RÉPARÉ À NEUF**  
Info : Richard (819) 604-1104



## TABLE EN BOIS À VENDRE

**Largeur :** 36 pouces  
**Longueur :** 44 pouces /  
56.5 pouces avec rallonge  
**Prix :** 150\$  
**Pour information :**  
Danielle Mauger  
(873)665-6642

**Coussin Roho Dry Flotation**  
20x34 pouces x 3,5 pouces d'épais  
Faites une offre ou un échange, tout offre  
sera étudiée.  
Info : René Henri (819)369-9599

**Banc de toilette rond surélevé de 2  
pouces, avec charnières.**  
Prix : 25\$  
Info Nancy : (819)604-1680

## Réponse mot caché p.9 Cynorhodon

« Le cynorhodon est une baie ressemblant à la canneberge que l'on rencontre très fréquemment dans haies, les lisières de bois ou les terrains en friches, au gré de ses balades automnales et hivernales. Fruit de l'églantier, plante très commune en Europe, il fût et est encore une ressource naturelle capitale pour de nombreux peuples, notamment en raison de sa haute teneur en vitamines C.» \*

\*<https://www.alexetalex.com/ca/dossiers-fruits/route-des-fruits/cynorhodon-ou-gratte-cul/>



*Abonnez-vous !*

MAINTENANT  
SUR  
FACEBOOK

Handicap Action Autonomie  
Bois-Francis

# Merci à nos commanditaires !

**PHARMAPRIX** 

---

**Isabelle Provencher**  
Pharmacienne propriétaire

Grande Place des Bois-Francis  
1111, Jutras est  
Victoriaville, QC  
G6S 1C1

Tél. : 819-357-4748  
Télé. : 819-357-4626  
fphx020@pharmaprix.ca  
www.pharmaprix.ca

handicap  
**ACTION**  
AUTONOMIE  
BOIS-FRANCIS

**Place Communautaire Rita-St-Pierre**  
**59, rue Monfette, local 224**  
**Victoriaville (Québec) G6P 1J8**  
**Tél: (819) 758-0767**  
**Fax: (819) 758-6294**  
**info@haabf.org**  
**www.haabf.org**

*le Plus*  
in en ville

**DÉJEUNER DINER SOUPER**



**Sections de 25 à 100 personnes**      **Ambiance branchée**



192, Boul. Bois-Francis Sud, Victoriaville | T. 819 758-9927 | www.plusrestaurantbar.com



**Emilie Luneau-Lambert**  
et **Anne Robitaille**,  
vos pharmaciennes  
propriétaires affiliées  
à Brunet.

Votre santé, c'est tout ce qui compte.  
141, rue Notre-Dame Est - Victoriaville (QC)  
G6P 3Z8 Tél. 819-752-4554

 **Brunet**

108, rue Olivier, bureau 203,  
Victoriaville (Québec) G6P 6V6  
www.vosnotaires.info  
roxanne.gingras@notarius.net

**819.752.3000** T  
**819.758.2822** F

notaire  
**GINGRAS**  
roxanne



**La Fromagerie VICTORIA**

**101, rue Aqueduc, Victoriaville**  
**819.752.6821**

**1111, boul. Jutras Est, Victoriaville**  
**(La Grande Place des Bois-Francis)**  
**819.260.0663**

**Restaurant**  
**Micro fromagerie**  
**Comptoir de fromages**  
**Service au volant**  
**Salle de réception**  
**Bar laitier**



**www.fromagerievictoria.com**



Même à 6 h le mercredi matin,  
un conseiller Desjardins vous répond.


**1 800-CAISSES**




**7 jours sur 7, de 6 h à minuit.**

 **Desjardins**  
Caisse des Bois-Francis

desjardins.com/caissedesboisfrancis  
f/caissedesboisfrancis

 **Guy Grondin Denturologiste**  
Fabrication de prothèse dentaire

 **819-752-9662**

**Guy Grondin d.d.**  
https://denturovicto.com

559 rue Notre-Dame Ouest  
Victoriaville, QC  
G6P 1T2

