

## Bon temps des Fêtes

Avez-vous eu, comme moi, l'impression de ressentir l'ambiance des Fêtes plus rapidement cette année? J'ai tendance à penser que le froid et la neige, qui sont arrivés très tôt, ont créé cet effet. L'équipe d'Autisme Montréal pourra, dès le début décembre, fêter avec certains d'entre vous à l'occasion de notre Fête de Noël annuelle. Pour les membres que nous n'aurons pas l'occasion de croiser, j'espère que vous profiterez au maximum de vos proches et amis durant cette période des Fêtes. Je suis convaincue que, les différents moments de rapprochement que nous pouvons avoir avec les personnes qui nous sont chères est l'un des plus beaux cadeaux que nous puissions offrir.

Je vous souhaite de tout cœur, chers membres, de merveilleuses Fêtes,

La directrice générale,

Julie Champagne



## JOURNÉE MÉMORABLE AU VILLAGE DU PÈRE NOËL DE VAL-DAVID

Le dimanche **22 décembre** est une date à ne pas oublier! Une belle journée au **Village du Père Noël** de Val-David est organisée par Autisme Montréal pour vous faire ressentir la magie des Fêtes! Toute la famille est invitée à y participer! Il suffit de réserver auprès de Valérie St-Pierre, la responsable des services directs, au 514 524-6114, poste 3182 avant le **vendredi 22 novembre** en mentionnant le nombre d'enfants et d'adultes qui seront présents.

Cette sortie est possible grâce à la générosité des Lutins du Village du Père-Noël par ce fait, une contribution financière volontaire est demandée par participant. Le montant devra être spécifié lors de votre inscription.

Autisme Montréal offre le transport en autobus scolaire! L'importance de votre présence après la réservation est essentielle (pensez à toutes les familles qui veulent participer à l'activité et qui ne pourront pas par, faute de places). Le point de départ se fera à **10 h** en autobus scolaire depuis le stationnement (donnant sur la rue Berri) situé au 4449 rue Berri. Il est primordial d'être à l'heure. Nous quitterons le village à **14 h** pour nous diriger vers les bureaux d'Autisme Montréal.

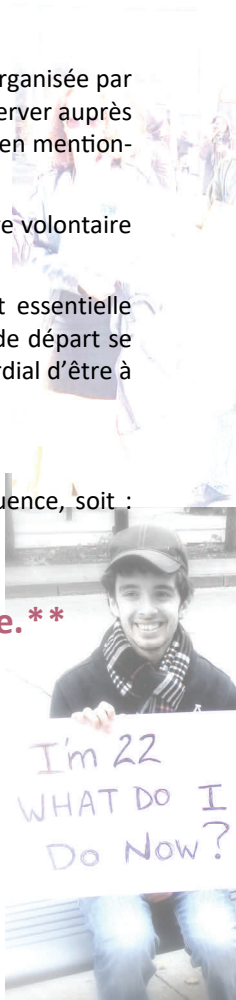
Veillez apporter des vêtements de rechange, des mouchoirs, de l'eau et un dîner froid. Habillez-vous en conséquence, soit : tuque, mitaines, foulard, gros manteau et pantalons de neige pour que l'activité soit des plus agréables.

**\*\*Vous êtes responsables de vos enfants. Aucun accompagnateur ne sera disponible.\*\***

Faites vite, car le nombre de places est limité.

**Inscription : 514 524-6114, poste 3182**

Au plaisir de vous voir parmi nous!



## RELÂCHE SCOLAIRE

Il est déjà temps de planifier la relâche scolaire 2020 et comme à chaque année, Autisme Montréal offre un camp de jour pendant cette période pour les jeunes résidents de Montréal présentant un trouble du spectre de l'autisme.

### NOMBRE DE PLACES : 16

ÂGE : 4 à 21 ans (e scolaire)

LIEU : École de l'Étincelle (6080, rue de l'Esplanade, à Montréal)

DATE : 2 mars au 6 mars 2020

HORAIRE : de 9 h à 16 h

COÛT : 390 \$

### POUR S'INSCRIRE

L'inscription se fait par téléphone auprès de la responsable des services directs au 514 524-6114, poste 3182. Par la suite, les participants du camp sont choisis au moyen d'un tirage au sort parmi toutes les personnes qui ont donné leur nom. Dans la semaine du 9 décembre 2019, vous serez informés du résultat du tirage, qu'il soit positif ou négatif.

### DATES D'INSCRIPTION

Du **18 novembre au 6 décembre 2019 (à midi)**. Aucune inscription ne sera acceptée par la suite.

Si vous obtenez la boîte vocale, laissez un message comprenant le nom de votre enfant ainsi que vos coordonnées.

Si vous désirez plus d'informations, contactez-nous au 514 524-6114, poste 3181.

---

## COLLECTE DE DENRÉES

Chaque année, nous distribuons des paniers de Noël à plusieurs familles dans le besoin ciblées par Autisme Montréal. Aidez-nous à leur venir en aide pour la période des Fêtes en répondant à notre appel pour faire de notre **collecte annuelle de denrées non périssables** un franc succès.

Voici des idées d'articles recherchés:



Vous pouvez aussi offrir une carte-cadeau d'épicerie avec laquelle nous pourrions combler les besoins ou un jouet pour rendre un enfant heureux! Du **4 novembre au 6 décembre 2019**, venez déposer vos dons entre 8h30 et 16h30 à nos locaux. Si vous êtes inscrits à notre Fête de Noël du 7 décembre vous pourrez également y déposer vos denrées.

Si vous désirez plus d'information contactez-nous au 514 524-6114 poste 3162.

---

## LA MAGIE DES FÊTES

Autisme Montréal célébrera sa Fête de Noël annuelle avec ses membres. Venez vous amuser et échanger avec d'autres familles dans l'atmosphère féérique du temps des Fêtes.

Le samedi 7 décembre 2019, de 13 h à 16 h, au Centre communautaire Petite-Côte, situé au 5675, rue Lafond, à Montréal.

**\*\*L'accueil se fera de 13 h à 14 h\*\***

Pour plus d'informations : <http://autisme-montreal.com/nos-services/fete-de-noel/>.

## LA MAISONNETTE - HIVER 2020

Il est déjà temps de vous informer en ce qui concerne l'inscription aux fins de semaine d'hiver 2020 à La Maisonnette.

Les inscriptions se feront par téléphone le **1<sup>er</sup> novembre 2019** auprès de la responsable des services directs, et ce, dès 8 h 30. Veuillez noter que nous procéderons aux inscriptions selon l'ordre des appels téléphoniques reçus, donc premier arrivé, premier servi.

Si vous obtenez la boîte vocale, laissez un message comprenant votre nom, le nom de votre enfant, votre numéro de téléphone ainsi que les dates désirées, en ordre de préférence. Pour consulter le calendrier, veuillez cliquer sur le lien ci-dessous. Prenez note que vous avez droit à une fin de semaine par saison.

<https://autisme-montreal.com/nos-services/repit-de-fin-de-semaine/>

## COMITÉ DU MOIS DE L'AUTISME

Vous êtes sensible à la cause de l'autisme et vous souhaitez partager vos idées afin de la promouvoir? Le comité du mois de l'autisme veut vous entendre!

Veuillez prendre note que s'il n'y a pas assez de personnes pour former le comité, il ne sera pas mis sur pied. Nous sommes ouverts à toutes suggestions!

Communiquer avec nous au 514 524-6114 poste 3142 ou bien par courriel à l'adresse suivante [jlazureroy@autisme-montreal.com](mailto:jlazureroy@autisme-montreal.com)

---

## COURS DE TAÏ CHI ET DE QI GONG

### SESSION HIVER 2020

Autisme Montréal, en collaboration avec Monsieur Claude Desparois, instructeur de Taï Chi et de Qi Gong, organise des cours à l'intention des adolescents et des adultes présentant un TSA avec déficience intellectuelle (DI) légère ou sans DI. Les participants doivent être autonomes. Si ce n'est pas le cas, ceux-ci doivent obligatoirement être accompagnés. Les cours auront lieu les lundis soirs de 18 h à 19 h, du 6 janvier au 30 mars 2020.

Frais d'inscription : 52 \$

\* L'activité est gratuite pour les accompagnateurs

Adresse : 4450, rue St-Hubert au 2<sup>e</sup> étage, local 211

Pour plus d'informations, consultez la page Facebook :

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

Pour vous inscrire, envoyez un courriel à l'adresse : [claudedesparois@rocketmail.com](mailto:claudedesparois@rocketmail.com)

## Biscuits pain d'épices

### Ingrédients

- 1 2/3 tasse (235 g) de farine tout usage sans gluten La Merveilleuse\*
- ¼ c. à thé (1 ml) de bicarbonate de soude
- 1/8 c. à thé (0,5 ml) de sel
- ½ c. à thé (2,5 ml) de cannelle moulue
- ¼ c. à thé (1 ml) de gingembre moulu
- 4 pincées de clou de girofle moulu
- 1/3 de tasse (120 g) de mélasse
- ¼ tasse (50 g) d'huile d'olive douce
- 1 œuf moyen (45 g)

### Préparation

1. Dans un bol, mélanger la farine, le bicarbonate de soude, le sel et les épices. Réserver.
2. Dans un autre bol, mélanger la mélasse, l'huile et l'œuf. Battre vigoureusement à l'aide d'un fouet.
3. Incorporer le mélange sec aux liquides et bien brasser le tout à l'aide d'une cuillère de bois.
4. Couvrir la pâte et laisser reposer au réfrigérateur pendant 12 heures.
5. Préchauffer le four à 350° F.
6. Sur une surface enfarinée, abaisser environ ¼ de la recette à la fois (la pâte doit être très froide) à ¼ po (5 mm) d'épaisseur. S'assurer que la pâte soit bien enfarinée avant de la rouler et s'assurer aussi qu'il y ait toujours de la farine dessous.
7. Découper les biscuits à l'emporte-pièce et les déposer sur une plaque recouverte d'un papier parchemin.
8. Cuire au four sur la grille du haut pendant environ 12 à 15 minutes, jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.
9. Laisser reposer 1 minute sur la plaque à la sortie du four. Retirer ensuite les biscuits délicatement à l'aide d'une spatule et laisser refroidir sur une grille.

\**La Merveilleuse* (Cuisine L'Angélique) est un mélange de farines sans gluten composé de farine de riz brun, de quinoa, de sarrasin et d'amaranthe avec féculé de tapioca, lin moulu, poudre à pâte, gomme de guar et gomme de xanthane.

Recette tirée du site [www.cuisinelangelique.com](http://www.cuisinelangelique.com)



**Nos bureaux seront fermés du 20 décembre midi  
au 6 janvier 2020.**

**L'équipe d'Autisme Montréal vous souhaite un  
bon temps des Fêtes !**

#### **NOS COORDONNÉES**

**Téléphone : 514 524-6114  
Télécopieur: 514 524-6420**

**[accueil@autisme-montreal.com](mailto:accueil@autisme-montreal.com)**

**4450 Saint-Hubert, local 320  
Montréal, Qc, H2J2W9**

**Pour les coordonnées complètes de l'équipe  
consulter le :**

**<http://autisme-montreal.com/qui-sommes-nous/employes/>**

