

Fédération québécoise de l'autisme  
3396, rue Jean-Talon Est  
Montréal (QC) H2A 1W8

Tél. : 514 270-7386  
Ligne sans frais: 1-888-830-2833  
autisme.qc.ca

# INFO-LITTÉRAIRE

Numéro 1 volume 2 mars 2018

Rédaction et mise en page  
Annick Lavogiez, coordonnatrice de projets

## Au sommaire de ce numéro

### Nouveau au centre de doc

#### ***La vie à mille décibels***

Rachel Lucas

#### ***La fille pas sympa - La vie chaotique et turbulente d'une jeune autiste Asperger***

Julia March

### **LAS EXPRESIONES / EXPRESSIONS**

Akros

### **TACTO-FOTO**

Akros

#### ***Le masque de ta mère***

Nadia Lévesque

#### ***Le rôle de l'administrateur d'une association***

Autisme Québec

#### ***Les écrans et toi***

Marie-Anne Dayé

### Nouveau sur notre site

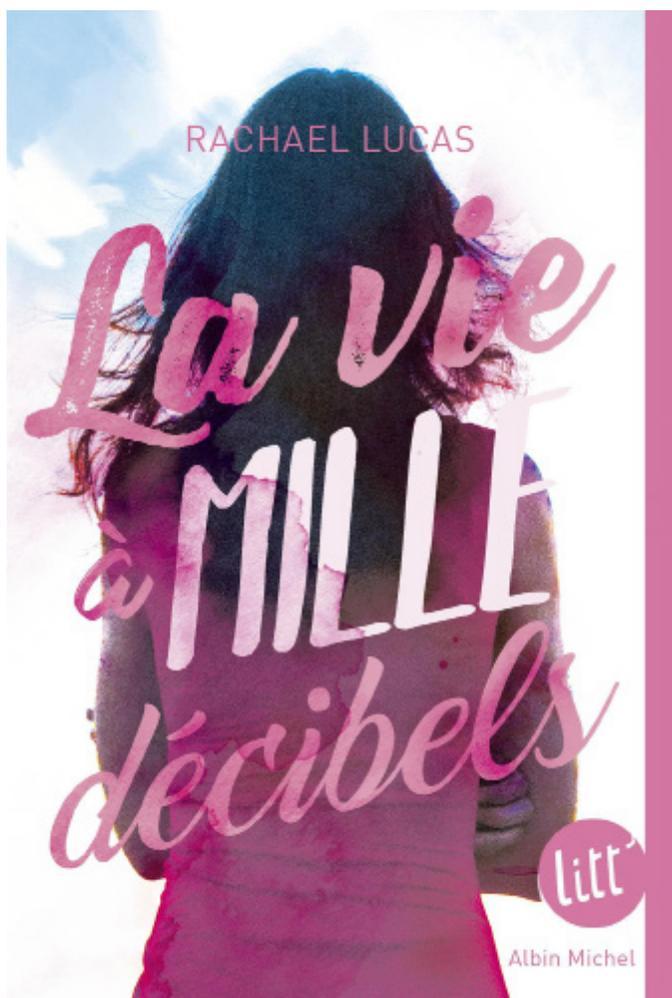
### En vedette

***La vie à mille décibels***

Rachel Lucas

Albin Michel, 2017, 314 p.

Grace est une jeune fille autiste sympathique, drôle et sensible. À 16 ans, l'adolescente partage son temps entre le centre équestre, l'école où tout ne se déroule pas toujours au mieux, la famille - principalement sa mère et sa soeur Leah - et Anna, sa meilleure amie. Grace fait tout pour se faire accepter, mais entre deux surcharges, perdue dans un monde sans mode d'emploi, c'est difficile de plaire à tous en se respectant.



Surtout que comme toutes les filles de son âge, Grace est amoureuse... de Gabe Kowalski. Mais que fait-il à traîner avec Holly Carmichael, cette peste intolérante? Est-ce possible qu'il la regarde pour de vrai? Qu'il s'intéresse réellement à elle? Et papa, il revient quand? Pourquoi maman ne s'occupe plus de rien à la maison, et ne fait que traîner avec Ève, que personne ne semble aimer? Beaucoup de changements s'annoncent et Grace va devoir apprendre au fil du temps que si elle n'a pas le mode d'emploi de la vie... les gens qui l'entourent ne l'ont pas non plus.

Charmant roman écrit avec tendresse, humour et intelligence, *La vie à mille décibels* a été écrit par une femme autiste, mère d'une jeune fille autiste. C'est un livre vraiment sympathique, un portrait délicat de l'adolescence, un regard respectueux sur l'autisme au féminin. Définitivement un coup de coeur!

**Citation (p. 45)**

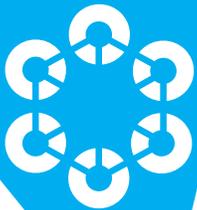
Comme ma vie ressemble à un ramassis de scènes de mauvais films, au moment où je tâtonne sur le carrelage pour rassembler mes affaires, j'aperçois tout à coup une paire de chaussures noires brillantes face à moi. Je lève le regard et tombe sur Holly Carmichael. Elle tient quelque chose dans sa main.

Ma carte, mon autorisation de quitter le cours.

Elle pianote dessus d'un air faussement distrait et l'observe, réfléchit. Mon coeur bat la chamade, j'ai presque envie de vomir.

- Tu m'as pas franchement l'air autiste, lâche-t-elle avec mépris.

- Et toi tu m'as pas l'air idiot. Et pourtant, nous voilà.



***La fille pas sympa - La vie chaotique et turbulente d'une jeune autiste Asperger***

Julia March

Editions Seramis, 2017, 283 p.

*La fille pas sympa*, c'est l'histoire d'une femme adulte autiste qui pose un regard franc sur sa vie pré-diagnostic. Avec tendresse et honnêteté, Julia March revisite les souvenirs les plus doux et les plus brutaux de sa jeunesse qui aurait pu être si différente si elle avait pu, à l'époque, recevoir entre autre un diagnostic d'autisme. Entre un père violent, une mère perdue, des amies-pestes et des relations sociales complexes, dans le monde sectaire de libertés encadrées des Témoins de Jéhovah, Julia étouffe, fait des efforts, donne

**Citation (p.82)**

Alors que je m'étais assise un peu à l'écart pour caresser les chats adultes, qui nous observaient d'un air serein et supérieur, comme ils savent si bien le faire, je sentis un mouvement contre ma jambe. Je vis alors un minuscule chaton noir grimper sur moi jusqu'à rejoindre ma poitrine, puis se caler au creux de mon cou en ronronnant. Quand je le pris dans mes mains, je croisai son regard et distinguai dans les yeux de cet animal quelque chose que je n'avais encore jamais vu, à l'image d'une terre inconnue : l'expression d'une intelligence et d'une douceur telles que je n'en avais jamais ressenti. Quelque chose de bouleversant se produisit en moi, une connexion inexplicable, comme si j'avais vécu ces neuf années en attendant de croiser ce regard. J'étais incapable, en tant qu'enfant autiste, de soutenir le regard des autres, mais celui de Shara était si intense, si empli d'amour, qu'il m'était impossible d'en détourner les yeux.

tout ce qu'elle a... et ce n'est jamais assez. Tant la séparation familiale que la rupture avec les Témoins de Jéhovah et la prise de connaissance du diagnostic d'autisme vont libérer cette jeune femme pleine de potentiel.

En quelques centaines de pages, l'auteure nous offre un portrait percutant, sincère et délicat de l'autisme au féminin : la fille pas sympa finit par être plutôt sympathique, magnifiquement humaine. Les anecdotes sur son passé de Témoin de Jéhovah et ses expériences multiculturelles entre la France et l'Espagne enrichissent le récit et rendent la lecture très agréable.

Un roman terriblement bien écrit qu'on ne peut que vous conseiller.



## LA CRITIQUE DE GINETTE BOULANGER

### ***Le masque de ta mère***

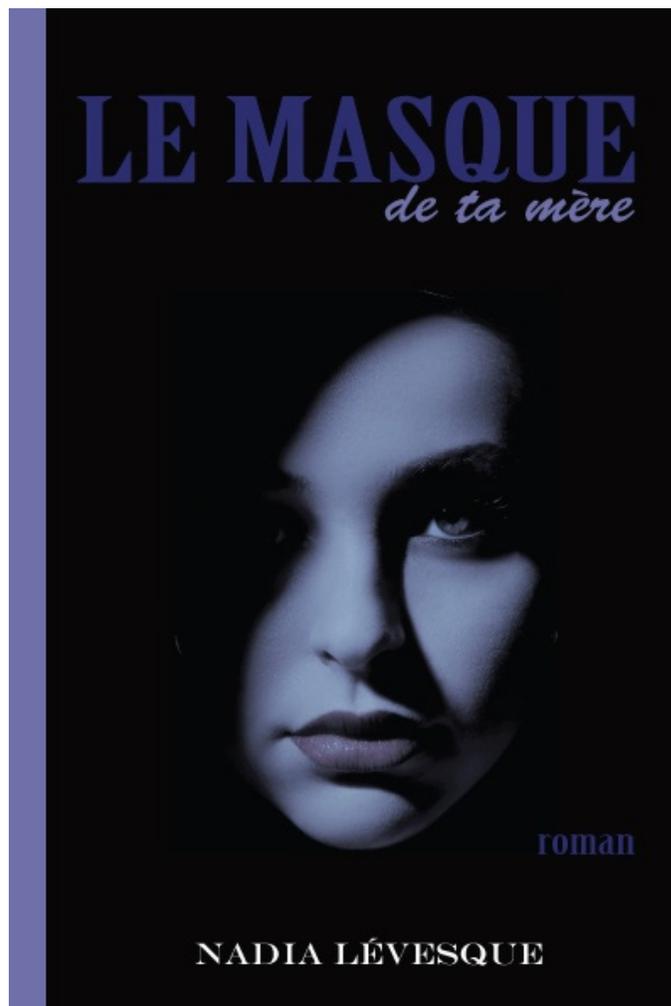
Nadia Lévesque

Éditions LA PLUME GRISE, 2017, 180 p.

Dans sa première œuvre de fiction, Nadia Lévesque blogueuse connue dans le milieu de l'autisme au Québec, nous invite à explorer des réalités vécues par de nombreux parents, mais dont on tait trop souvent l'existence : le sentiment de culpabilité et d'échec, l'épuisement parental, la dépression...

Le personnage principal, mère d'une enfant autiste et blogueuse à succès, est ébranlée par le suicide d'une de ses plus fidèles lectrices. Elle cherche à savoir si, malgré elle, elle n'a pas joué un rôle dans la tragédie. Elle revisite ses anciens billets, des lettres à sa fille, pour découvrir qu'elle est, elle aussi, sur le point de sombrer. Afin de se sortir de son marasme, la blogueuse devra baisser le masque derrière lequel elle se cache.

Le masque de ta mère n'est pas un roman conventionnel, mais un récit empreint d'émotions.

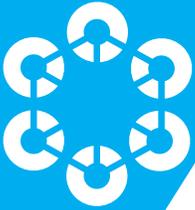


### **Citations**

L'intimidation m'a détruite. Celle d'hier, comme celle d'aujourd'hui. Le mépris des autres m'a transpercée, blessée, marquée. C'est le prix de la différence, celui que je souhaitais t'éviter. Leurs mots, leurs regards ont laissé des traces qui ne s'effacent pas. (p. 23)

Je m'en remets au pouvoir des mots. Ils sauront effacer mes maux. Au matin, ma détresse m'aura quittée. Demain, je serai forte. Ce soir, je laisse tomber mon masque. Je le remettrai après t'avoir écrit la vérité. (p.39)

Le rôle de la mère forte propulse vers la dépression. Pourtant, c'est ce rôle que je dois jouer. Je revendique de l'aide tout en jouant la forte. Je joue, à mon propre détriment. (p. 111).



## LE RÔLE DE L'ADMINISTRATEUR D'UNE ASSOCIATION

Renseignements importants  
pour bien comprendre votre rôle



### Le rôle de l'administrateur d'une association

Autisme Québec  
Québec. 2017, 71 p.

S'adressant surtout aux personnes ayant des particularités, ce document s'avère tout de même très utile à toute personne ayant décidé de s'investir dans le conseil d'administration de son organisme, spécialement si elle en est à sa première expérience comme membre d'un conseil d'administration. Ce guide est rempli de renseignements pertinents pour bien comprendre ses responsabilités et assurer adéquatement ses fonctions d'administrateur.

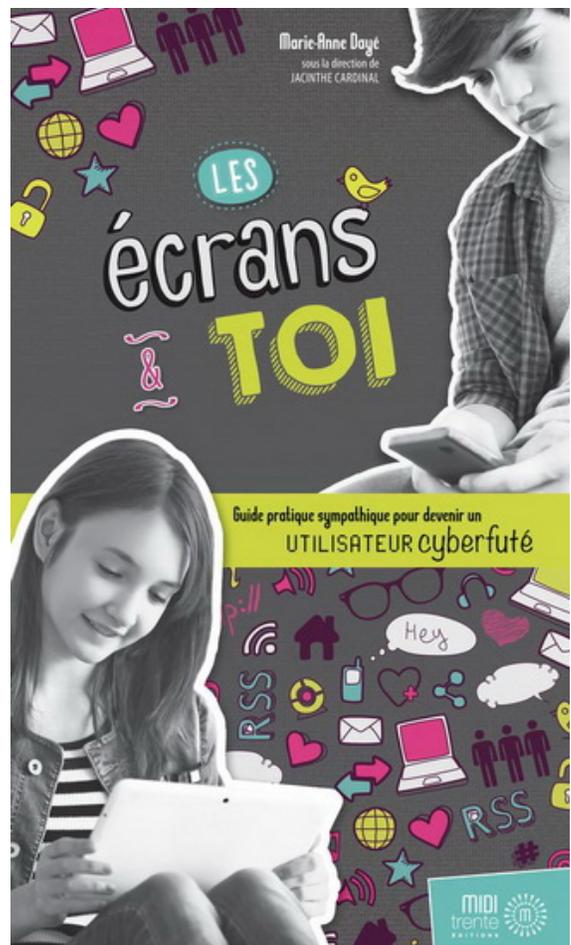
Également disponible gratuitement en téléchargement sur le site d'Autisme Québec.

### Les écrans et toi

Marie-Anne Dayé, sous la direction de  
Jacinthe Cardinal.

Éditions Midi trente, 2018. 117 p.

Ordinateur, tablette, téléphone intelligent... Les écrans sont partout! On les utilise pour communiquer, pour travailler, pour apprendre et même pour avoir du plaisir! C'est super d'avoir accès aux écrans, mais encore faut-il savoir s'en servir intelligemment. Voici donc un guide pratique conçu pour t'aider à mieux comprendre ce qu'il y a derrière ces technologies, à les utiliser de manière positive et à maintenir de bonnes relations avec les autres.



# NOUVEAU AU CENTRE DE DOC



Plusieurs activités peuvent être proposées afin de développer :

- le sens du toucher, via la reconnaissance des textures,
- l'acquisition de vocabulaire de base en lien avec les textures,
- la mémoire tactile.

La simplicité de Tacto-Foto permettra aux enfants de faire des acquis ciblés et aux parents et intervenants de varier agréablement les exercices. Facile à manipuler, résistant et bien construit.

## LES EXPRESSIONS

Akros

Référence: 20542

Le jeu Les Expressions est idéal pour apprendre à identifier des expressions faciales, grâce à des dessins et des photos d'un garçon, d'une fille, d'un homme et d'une femme. Les expressions et activités sont les suivantes :

- la joie,
- la surprise,
- la contrariété,
- la tristesse,
- la complicité (clin d'oeil),
- la moquerie (tirer la langue),
- l'affection (faire un bisou),
- gonfler les joues,
- crier,
- dormir.

## TACTO-FOTO

Akros

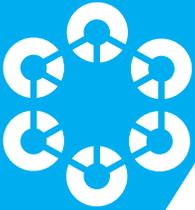
Référence: 20611

Tacto-Foto est un jeu sensoriel destiné aux enfants de trois à huit ans. Il contient 24 cartons solides et résistants, deux masques opaques et une famille d'autocollants à utiliser si besoin.

Grâce aux 24 cartons, les jeunes pourront apprendre à distinguer huit différentes textures et à les associer à des objets du quotidien. Les textures présentes sont :

- imitation fourrure / cuir
- bois
- peluche
- aluminium
- raphia (toile de jute)
- plastique
- velours bouclé
- papier de verre /lime





Grâce à ces cartons, vous pourrez travailler plusieurs aspects du développement de l'enfant :

- identification et imitation de différentes expressions, grimaces et attitudes,
- développement du vocabulaire relatif aux émotions,
- expression orale,
- coordination visuo-motrice,
- habileté à identifier, regrouper et classer les personnages selon des caractéristiques communes,
- développement de l'attention et de l'observation.

Les Expressions est un jeu simple et bien construit qui permet des apprentissages concrets et variés dans la bonne humeur.

Un excellent outil à utiliser en famille ou à l'école sans modération!



### Des outils pédagogiques

En plus d'être faciles à utiliser pour l'enfant et l'intervenant, pratiques à transporter dans leurs boîtes cartonnées avec poignées, les jeux d'Akros sont toujours accompagnés d'un guide pédagogique décrivant les outils, leur utilité ainsi que plusieurs suggestions d'activités. Ce guide peut être téléchargé sur le site d'Akros.

### À propos d'Akros

Akros est une compagnie familiale qui crée et distribue des outils éducatifs depuis plus de 30 ans. C'est en collaboration avec des professeurs, psychologues, pédagogues, spécialistes du langage et experts en éducation que les produits sont inventés, testés, modifiés, bonifiés. Dédiés aux enfants, les produits Akros permettent de développer l'autonomie, la communication, la créativité et la curiosité!

Distribués dans plus de 50 pays, les produits Akros sont disponibles dans plus de 20 langues.

Site Internet : [akroseducational.com/en](http://akroseducational.com/en)



## Sur le site de la Fédération

### Répertoire québécois des activités de formations

- Plus de 200 formations sont annoncées en ce moment sur notre site! [autisme.qc.ca/repertoire-de-formation.html](http://autisme.qc.ca/repertoire-de-formation.html)
- Les prochaines semaines intensives de formation sur l'intervention structurée et individualisée en milieu scolaire auront lieu aux dates suivantes :
  - du 25 au 29 juin à Montréal
  - du 2 au 6 juillet à Montréal
  - du 25 au 29 juin à St-JérômeLes inscriptions débuteront le mercredi 11 avril à 9 h et se feront uniquement par téléphone (514 270-7386 ou 1 888-830-2833).

### Section : La recherche

- Nouvelle page sur le suicide et la dépression : [autisme.qc.ca/tsa/recherche/suicide-depression.html](http://autisme.qc.ca/tsa/recherche/suicide-depression.html)
- Nouvelle page sur les conditions de vie des familles : [autisme.qc.ca/tsa/recherche/conditions-vie-famille.html](http://autisme.qc.ca/tsa/recherche/conditions-vie-famille.html)
- L'Institut Ontario du Cerveau vient de publier une liste des priorités de recherche en lien avec les troubles neurodéveloppementaux.

### Section : L'autisme

- Nouveaux témoignages d'adultes autistes : [autisme.qc.ca/tsa/temoignages.html#adulte](http://autisme.qc.ca/tsa/temoignages.html#adulte)
- La Fédération a diffusé un communiqué de presse le 7 février, intitulé [Sortir les gens de la pauvreté avec 36 \\$ par année? Vraiment?](#)

### Section : Documentation

- Deux vidéos de *Deux minutes pour comprendre l'autisme* sont disponibles dans la zone vidéo :

[autisme.qc.ca/documentation/zone-video/videos.html](http://autisme.qc.ca/documentation/zone-video/videos.html)

- L'OPHQ vient de publier le *Guide sur le parcours scolaire pour les parents d'un enfant handicapé* : cet outil de référence permet d'informer les parents et les soutenir dans leur réflexion et dans leurs actions relativement au parcours scolaire et à la réussite éducative de leur enfant handicapé. Disponible ici : [autisme.qc.ca/documentation/dossiers-gouvernementaux/ophq.html](http://autisme.qc.ca/documentation/dossiers-gouvernementaux/ophq.html)
- L'OPHQ vient de publier le *Guide sur les mesures fiscales provinciales et fédérales à l'intention des personnes handicapées, de leur famille et de leurs proches – Année d'imposition 2017*. En plus de mentionner les nouveautés applicables pour l'année d'imposition 2017, ce guide présente les mesures fiscales provinciales et fédérales destinées aux personnes handicapées, à leur famille et à leurs proches. Disponible ici : [www.ophq.gouv.qc.ca/publications/guides-de-loffice/guides-pour-les-personnes-handicapees-leur-famille-et-leurs-proches.html](http://www.ophq.gouv.qc.ca/publications/guides-de-loffice/guides-pour-les-personnes-handicapees-leur-famille-et-leurs-proches.html)

## EN VEDETTE

[Déclic](#) offre une info-lettre remplie d'outils et de nouvelles intéressantes. [Leur page Facebook](#) est une mine d'information... profitez-en!

Fondée en 2006, Déclic a pour mission de soutenir le développement de l'enfant afin qu'il atteigne son plein potentiel. Ses cliniques offrent un milieu de vie chaleureux, humain et sécuritaire, et ses professionnels dévoués placent l'enfant au cœur de leurs priorités. Chez Déclic, chaque activité ou intervention est axée sur la collaboration, le plaisir et la progression de l'enfant.