



Le journal de l'Association bégaiement communication

Communiquer

Volume 45

Numéro 4

Décembre 2025

L'année qui s'achève a été riche en rencontres, et en projets pour l'ABC. À travers ce communiquer, nous vous invitons à revivre les moments marquants qui ont façonné notre année : des activités inspirantes, des témoignages touchants et des actions concrètes pour soutenir et sensibiliser autour du bégaiement. Ce bilan est aussi l'occasion de remercier chaleureusement toutes les personnes qui, de près ou de loin, ont contribué à faire de 2025 une année porteuse d'espoir et de solidarité.

SOIRÉE DISCUSSIONS

✨ Retour sur nos soirées discussions ✨

Cette année, nous avons eu le plaisir d'organiser 9 soirées d'échange. Ces rencontres ont été des moments précieux de partage, d'écoute et de solidarité, où chacun·e a pu s'exprimer librement dans un espace bienveillant et sécurisant.

Parmi ces rencontres, 2 soirées spéciales ont marqué les esprits par leur thématique unique et les échanges particulièrement riches. Que ce soit pour poser des questions, partager ses expériences ou simplement écouter, nos soirées ont permis de créer un véritable sentiment de communauté. ▶



Journal *Communiquer*

ISSN 1183-0603

Coordination

Sonia Dusseaux

Mise en pages

Katherine Levesque

Impression

Le Communicateur

Les points de vue exprimés dans cette publication ne représentent pas nécessairement l'opinion de l'Association bégaiement communication sauf avis contraire. Les auteurs endossent entièrement la responsabilité de leurs textes. Textes et commentaires devront être envoyés au secrétariat de l'ABC par courriel. Le contenu du « Communiquer » est disponible selon les termes d'une licence Creative Commons Attribution - Pas d'Utilisation Commerciale - Pas de Modification 4.0 International (CC BY-NC-ND 4.0). En vertu de cette licence, un tiers a le droit de télécharger et partager cette oeuvre en autant que son auteur ou la source soit citée. De plus, cette licence ne permet pas de modifier de quelque façon que ce soit ni d'utiliser cette oeuvre à des fins commerciales.



Association bégaiement communication

5010, Rue Wellington, Suite 200, Verdun, Québec, Canada H4G 1X9

Téléphone : 514 273-1427 / sans frais : 1 833 310-1042 /

courriel : info@abcbegeaiement.com / www.abcbegeaiement.com

[abcbegeaiement1](https://www.facebook.com/abcbegeaiement1)

Organisme de charité #120278609 RR0001

Administrateurs 2025 / 2026

Présidente **Myriam Fauteux** / Vice-président aux affaires externes **Denis Hamel** /

Vice-présidente aux affaires internes **Ysabelle Trudeau** / Secrétaire **Nathalie Faucher** /

Trésorière **Marika Durocher**

- Nous sommes impatients de continuer à vous retrouver et à vivre ensemble ces moments d'échange qui font toute la richesse de notre action.

Un grand remerciement aux animateurs Sonia Dusseaux, Denis Hamel et Maxime Jubinville ainsi que les participants. Chacun d'entre vous à contribuer à faire vivre ces soirées.

ON AIME VOUS RETROUVER ET ÉCHANGER AVEC VOUS

Soirée jeux



autour de la représentation du bégaiement dans les médias.

Le film « **Le Bon Souffle** », présenté par son réalisateur **Renaud Ouimet**, a touché tout le monde par son regard sensible et puissant. Merci à tou·te·s les participant·e·s pour leur écoute et leurs échanges inspirants. Cette soirée s'inscrivait dans la programmation Voix et Médias avec le soutien de l'ABC. ►

Nous avons eu beaucoup de plaisir lors de notre soirée jeux ! Les rires et la bonne humeur étaient au rendez-vous, et chacun·e a pu partager, jouer et profiter d'un moment convivial. Un vrai plaisir de voir tout le monde s'amuser ensemble.

Le bégaiement à l'écran

Le 21 mai, nous avons participé à la soirée « **Le bégaiement à l'écran** », un moment fort en émotions



► Célébration de l'été

Pour célébrer l'été, nous avons eu le plaisir de nous retrouver au parc Lafontaine pour un après-midi convivial avec l'AJBQ (Association des jeunes bègues du Québec). Les échanges, et la bonne humeur ont été au rendez-vous. L'après-midi a été suivie d'un souper au Bistro Tôt ou Tard, où nous avons prolongé le plaisir de partager ce moment ensemble. Que ce soit pour rencontrer d'autres personnes qui bégaièrent ou simplement passer un bon moment, la journée a été un vrai succès !



Le **16 avril**, Sonia, directrice générale et Cindy, agente de projet, ont présenté une **conférence** sur notre **programme d'orthophonie abordable** pour **l'Association québécoise des orthophonistes et audiologistes**.

Cette rencontre a été l'occasion de **partager des informations précieuses** et de **s'engager dans des échanges riches** afin de faire connaître notre programme et son impact.

💡 Pour en savoir plus sur notre programme, rendez-vous sur notre **site web** !

NOUVEAUX HORIZONS POUR L'ABC : Entre culture et communauté



L'ABC a eu le plaisir de participer à **l'avant-première du film Dans la peau de Cyrano**, un moment riche en émotions qui met en lumière, avec sensibilité et justesse, la réalité du bégaiement à l'écran. Un concours avait été proposé aux membres afin de gagner des laissez-passer pour voir le film.

En parallèle, nous sommes heureux de vous annoncer le lancement de notre nouvel espace membre : un endroit pensé pour rassembler, informer et soutenir notre communauté avec cette plateforme plus attractive. Avez-vous mis à jour vos informations? Pour connaître la procédure, rendez-vous sur notre site web.



MOIS DE L'OUÏE ET DE LA COMMUNICATION

En mai, sous le thème « Bégaiement et santé mentale : parlons-en ! », nous avons célébré ce mois de sensibilisation à travers une programmation riche.

Une conférence en ligne, en présence de deux professionnels, nous a permis d'explorer en profondeur le lien entre le bégaiement et la santé mentale.

Nous avons plongé dans une discussion essentielle où se mêlaient bien-être, anxiété et confiance, et grâce à Sonia Dusseaux et à nos spécialistes, nous avons découvert des pistes concrètes pour mieux vivre l'anxiété et les impacts du bégaiement au quotidien.

Édition spéciale de notre soirée discussion a offert un espace sécurisant pour partager, écouter et se soutenir mutuellement autour de la santé mentale et du bégaiement

Merci à toutes les personnes présentes pour leur engagement, leur écoute et leurs partages.

Ensemble, continuons à briser les tabous autour du bégaiement et de la santé mentale. ►

BÉGAIEMENT ET SANTÉ MENTALE
Parlons-en!
CONFÉRENCE

JEUDI 29 MAI 2025
19H

ANDREAS LANGE - Orthophoniste
Spécialisation en bégaiement, en bredouillement et en troubles de la voix

CAMILLO ZACCHIA - Psychologue

Rencontrez nos professionnels et découvrez des clés pour mieux vivre l'anxiété et les effets du bégaiement sur la santé mentale.

BÉGAIEMENT ET SANTÉ MENTALE
Parlons-en!
- Murielle, membre de l'ABC -

*Il y a des époques où je l'annonce d'emblée, d'autres où je me dis que ce sera différent cette fois-ci.
L'annoncer, c'est s'avouer vaincue en partant*

Tous les témoignages sont disponibles sur notre site web.

Venez les découvrir !

- ▶ À la suite de notre Assemblée Générale Annuelle, nous avons le plaisir d'annoncer la nomination de Myriam Fauteux à la présidence de l'ABC. Déjà membre engagée de notre conseil d'administration, Myriam mettra désormais son leadership et sa vision au service de notre mission.

Nous souhaitons également la bienvenue à Ysabelle Trudeau, nouvelle membre du conseil, et adressons un immense merci à Audrey Bigras pour son dévouement et son implication précieuse au fil des années.

L'ART DE S'EXPRIMER, LE DROIT D'ÊTRE ÉCOUTÉ

L'un des moments forts de cette année a été notre Journée Rencontre 2025. Une journée placée sous le signe de l'échange, de l'écoute et du soutien, où chaque personne participante a pu se retrouver dans un environnement accueillant et authentique.



L'atelier participatif "Découvre ton super pouvoir relationnel" animé par Louis-Frédéric a ensuite offert un espace riche en réflexions et en partages, où la vulnérabilité et la force de la communauté se sont rencontrées.

Enfin, l'atelier d'art a permis d'explorer le bégaiement autrement que par la parole, en donnant place à la créativité, à l'expression libre et à une forme d'apaisement pour plusieurs.

Merci à toutes celles et ceux qui ont contribué à faire de cet événement un espace sécurisant, inspirant et profondément humain. Ensemble, nous faisons vivre une communauté qui fait du bien.

JE JE SUIS UN PODCAST

L'année 2025 a été riche pour Je je suis un podcast, avec des épisodes authentiques mettant en lumière le vécu, la confiance, la foi, la famille et la résilience. Grâce aux invité·e·s qui ont partagé leurs expériences, chaque échange a ouvert des discussions nécessaires et bienveillantes. Nous avons aussi collaboré avec l'ABC pour une série spéciale de 4 épisodes filmés à l'occasion de leurs 40 ans.

Merci à toutes celles et ceux qui ont écouté, partagé et soutenu le projet cette année.

L'aventure continue en 2026, avec encore plus d'histoires à raconter et de voix à mettre en lumière.



DEPUIS 1985...



L'ABC a célébré ses **40 ans** en septembre avec un mois riche en activités festives.

Nous avons organisé :

- Une **loterie virtuelle** sur notre nouvel espace membre
- Une **soirée discussion** avec le tirage en direct
- Un **sooper convivial** pour se retrouver et célébrer notre communauté

De plus, le podcast Je je suis un podcast a présenté une série spéciale de **4 épisodes filmés**, mettant en lumière des membres de l'ABC à travers des échanges authentiques.

À revoir sur YouTube : [jejesuisunpodcast](https://www.youtube.com/jejesuisunpodcast)

MOT DE LA DIRECTRICE

Il y a des années qui marquent, et 2025 en fait indéniablement partie, ensemble nous avons célébré les 40 ans de notre association. Cette année a été le reflet de ce que l'ABC représente depuis toujours : un lieu d'écoute, de partage et de soutien pour toutes les personnes qui bégaiement. En feuilletant cette édition, vous découvrirez une rétrospective de cette année 2025.

Ces pages racontent une histoire collective : celle d'une association vivante, ancrée dans la solidarité, et tournée vers demain. Alors qu'une nouvelle année commence, je souhaite à chacune et chacun une année 2026 lumineuse, douce et confiante. Que nous continuions à avancer ensemble, à faire entendre nos voix et à célébrer nos parcours, tous uniques mais unis par la même volonté : celle de parler, à notre rythme, et d'être entendus.

En tournant la page vers 2026, je tiens à remercier chaleureusement chacun d'entre vous pour votre engagement. Que cette nouvelle année soit placée sous le signe de la bienveillance, de l'espoir et de la confiance. Continuons à avancer ensemble et à faire grandir notre belle communauté, vers une société plus ouverte où chaque voix compte.

Avec mes meilleurs vœux,

Sonia Dusseaux
Directrice générale





les mots mêlés de l'ABC



ABC
 BEGUES
 COURAGE
 FIERTE
 LANGAGE
 PARLER
 RESPIRATION
 SOIREE DISCUSSIONS

ACCEPTATION
 BIENVEILLANCE
 ECOUTE
 FLUIDITE
 MÉDITATION
 PODCAST
 RESSOURCES
 STRESS

AMIS
 COMMUNAUTE
 EPISODE
 JEJESUISUNPODCAST
 ORTHOPHONIE
 PROGRAMMEDEJUMELAGE
 SENSIBILISATION

BEGAIEMENT
 CONFIANCE
 ESTIME
 JUMELAGE
 ORTHOPHONISTE
 RENCONTRE
 SEXPRIMER



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

