



ASSOCIATION DES PERSONNES HANDICAPÉES VISUELLES  
DE L'ESTRIE

# Le Nouveau Regard

LE JOURNAL DES MEMBRES DE L'APHVE  
ÉDITION HIVER 2018



838, rue St-Charles, Sherbrooke (Québec) J1H 4Z2  
Téléphone: 819-566-4848 Télécopieur: 819-566-5913

✉ Courriel: [aphve@cooptel.qc.ca](mailto:aphve@cooptel.qc.ca)

Site Web: [www.aphve.com](http://www.aphve.com)

# SOMMAIRE

Mots du président et Nouvelles du conseil d'administration .....	3
Café-Info .....	7
Semaine de la canne blanche .....	8
Cannabis comestible .....	9
Une nouvelle étude suggère que la carence en vitamine D est liée ..... à l'œil sec .....	11
Un robot oculaire chirurgical .....	13
Don de machines à laver équipées d'un système de reconnaissance vocale .....	18
Une loi attendue au printemps .....	19
Suite au Café-Info: Végétalisme, .....	21
Activités culturelles en Estrie .....	23
Bon anniversaire!.....	26
Babillard .....	27
Citations et Humour.....	27

Recherche, rédaction et mise en page :  
Marie Andrée Latour

\*\*\*

Dépôt légal, 1<sup>e</sup> trimestre 2018

\*\*\*

Édition Hiver

\*\*\*

Bibliothèque et Archives nationales du Québec

\*\*\*

Photocopié dans les locaux de l'APHVE

# MOTS DU PRÉSIDENT ET NOUVELLES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Par Bertrand Nadeau, président

## **Assemblée générale annuelle**

Une trentaine de membres étaient présents lors de l'assemblée générale annuelle de l'association tenue le 26 septembre 2017. Un grand merci à tous les participants. Trois postes étaient en fin de mandat, soit ceux de Sylvain Roy, Marc Robidoux et Bertrand Nadeau. Comme ces personnes se présentaient à nouveau et qu'il n'y a pas eu d'autres candidatures, ceux-ci ont été élus par acclamation pour un mandat de 2 ans.

## **Nomination des officiers**

Lors du CA du 2 octobre 2017, les officiers suivants ont été nommés: Bertrand Nadeau, président, Jean-Marie Laperle, vice-président, Michel Racine, trésorier et Marc Robidoux, secrétaire.

## **Administrateur**

Suite à des manquements à divers articles de nos règlements généraux, Monsieur Ilias Aissani a été relevé de ses fonctions d'administrateur au sein du conseil d'administration de l'association. Le CA nommera par intérim un administrateur pour terminer son mandat.

## **Permanence**

Vous savez tous que Madame Hélène Dubois, notre coordonnatrice, se préparait à partir à la retraite depuis un certain temps. Elle nous a informé que ce serait à la fin décembre 2017. Hélène a toutefois offert ses services après les fêtes pour assurer une transition dans les tâches comptables et administratives. Au nom du CA et de tous les membres, je veux lui dire un gros merci pour tout le travail accompli et

lui souhaiter de bien en profiter. Sans ses efforts et son dévouement, l'association ne serait pas ce qu'elle est aujourd'hui.

Surtout que l'avenir est très "Clémence pour elle". Non, ce n'est pas une erreur de frappe. Pour ceux qui l'ignorent, Clémence est la petite-fille d'Hélène.

### **Souper Gala 40e**

Environ 60 personnes s'étaient donné rendez-vous pour le souper Gala tenu le 14 octobre pour souligner les 40 ans de l'association. Vin d'honneur, excellent souper 4 services et orchestre ont ravi les participants. Le plancher de danse n'a pas dérogé de la soirée au son d'une musique des années 60 et 70. Les gens qui pensent que les non-voyants sont des personnes "plates" en ont pris pour leur rhume. Mesdames Johanne Tardif et Gertrude Vallières ont gagné chacune un certificat cadeau de 40\$ au Carrefour de l'Estrie, gracieuseté de l'association. Des invités spéciaux étaient présents dont Madame Denise Lemieux, membre honoraire et coordonnatrice pendant une vingtaine d'années.

### **Salon FADOQ Estrie**

Pour la deuxième année, l'association occupait un kiosque au Salon FADOQ Estrie. Les objectifs sont de faire connaître l'association et les services offerts. De plus, nous y faisons la vente et la promotion de notre calendrier 2018. Plusieurs personnes se sont arrêtées pour prendre des informations, ramasser des dépliants et échanger avec nos représentants. Le CA remercie les membres qui ont assumé une présence à notre kiosque: Nicole Tremblay, Jean Levasseur, France Servant, Marc Robidoux, Anne Quessy, Annie Quobion, Renée Després et Bertrand Nadeau.

Au lendemain de ce salon, ce sont des représentants de la FADOQ qui se présentaient à nos bureaux pour un Café-Info afin de promouvoir leurs services.

### **Legs testamentaire Bonneville**

Le 25 septembre 2017, nous avons reçu une communication du liquidateur à l'effet que l'Agence du Revenu du Canada avait bien reçu la demande de décharge finale en date du 1er septembre 2017, que les demandes étaient traitées dans l'ordre de réceptions et qu'il y avait

un délai de 120 jours. Cela nous permet d'espérer un dénouement en janvier ou février 2018.

## **Calendrier 2018**

Nos calendriers 2018 sont maintenant disponibles. N'hésitez pas à en faire la promotion auprès de vos parents, amis et connaissances. Faites-en la publicité auprès de votre pharmacien, optométriste, ophtalmologiste, coiffeuse et autre. Les profits vous reviennent dans l'organisation d'activités. Un exemplaire du calendrier a été remis à chaque membre actif présent au Café-Info du 27 novembre.

## **Cours à L'Université du Troisième Âge (UTA)**

Plusieurs de nos membres suivent des cours à l'UTA. Or, à la session automne 2017, un même cours pouvait se donner tantôt dans un local, la semaine suivante dans un autre et parfois même dans un autre pavillon. Imaginez le problème pour des personnes non-voyantes. Le conseil d'administration a fait des représentations auprès de la direction de l'UTA, de l'Association générale des Étudiants et Étudiantes aînés de l'Université de Sherbrooke ainsi qu'au bureau du recteur. Un courriel reçu le 23 novembre de Madame Monique Harvey, directrice de l'UTA, nous confirme qu'en janvier 2018 pour la session d'hiver, un même cours se donnera toujours dans le même local, évitant ainsi le déplacement des étudiants.

La conclusion: ne jamais cesser de faire valoir nos droits. C'est là notre mission.

## **Club Oasis des Aveugles de Sherbrooke**

La fin annoncée du Club Oasis qui avait été votée en février dernier s'est concrétisée le 11 novembre alors que 21 membres présents en assemblée générale spéciale ont voté pour la dissolution définitive du Club. Quelques activités auront lieu d'ici le mois de mai 2018. Le Club Oasis des Aveugles de Sherbrooke aurait fêté ses 70 ans le 23 septembre 2019.

Par contre, le CA de l'association a approuvé que celle-ci prenne la relève du Club Oasis afin de parrainer les membres dans leur activité Vie Active qui se tient le mardi matin au Centre de Loisirs de Sherbrooke.

## Meilleurs vœux

Une autre année qui se termine et il nous faut déjà préparer la suivante. Que le temps passe vite! Je vous remercie de votre participation aux diverses activités. L'association ne prend tout son sens qu'avec votre présence. Sans vous, il n'y aurait tout simplement pas d'association. Je remercie également Hélène et Marie-Andrée pour leurs dévouements au sein de l'association. Aussi, un merci à tous les bénévoles qui nous aident lors des diverses activités. Votre participation est essentielle.

L'année 2018 devrait être marquée par l'encaissement final de notre legs testamentaire. Cela fait que la relocalisation de nos bureaux sera un projet réalisable. En novembre 2017, un courtier immobilier a été mandaté afin de mettre en marche la vente de notre immeuble actuel et l'acquisition d'un nouvel immeuble, qui nous le souhaitons, sera mieux situé, mieux adapté et plus accessible pour nos membres. Ce projet nécessitera beaucoup d'énergie et de travail afin d'en faire une réussite.

Aussi, en 2018 nous travaillerons particulièrement à faire reconnaître l'association dans tous les milieux concernés et accroître le nombre de membres. Encore une fois cette année, notre participation au salon FADOQ-région Estrie a démontré que nous ne sommes pas connus même par les optométristes et ophtalmologistes. Ceux-ci devraient être les premiers à nous mettre en évidence auprès de leur clientèle. N'hésitez pas à demander à la permanence des cartes d'affaires de l'APHVE et remettez-les généreusement autour de vous.

Au nom du conseil d'administration, je vous souhaite de passer de Joyeuses Fêtes dans l'amour, l'amitié et les réjouissances en famille.

Je vous souhaite un Joyeux Noël et une très bonne année 2018. Que celle-ci soit remplie de santé, de joie et de bonheur.

Au plaisir de tous vous retrouver en janvier.

Bertrand Nadeau, président



## CAFÉ-INFO

**22 Janvier** : Michel Daignault, Psychosociologue, B.comm  
Consultant et formateur en intervention en  
Santé Mentale et toxicomanie

Au 838 rue St-Charles, de 13h15 à 15h15

**19 Février** : Association Québécoise de Défense des  
Droits des Retraités et Préretraités.  
Conférence par Isabelle Guérard  
Sujets: Crédit impôt et Finances  
Choix de résidences selon vos besoins

Au 838 rue St-Charles, de 13h15 à 15h15

**5 Mars** : Conférencier André Jacques,  
Auteur de romans policiers  
Professeur à l'Université de Sherbrooke,  
«Histoire du roman policier au Québec».

Au 838 rue St-Charles, de 13h15 à 15h 15

**19 Mars** : Sujet à venir

Au 838 rue St-Charles, de 13h15 à 15h15

# SEMAINE DE LA CANNE BLANCHE 2018

**Lundi le 5 février Salle Béthanie de l'église du Précieux Sang  
785, rue Thibault, Sherbrooke De 13h30 à 16h00**

Opto-Réseau Lennoxville et Humanware sont heureux de collaborer avec l'Association des Personnes Handicapées de l'Estrie à une activité grand public. Le but de cette activité est de faire connaître les solutions optiques et électroniques s'adressant aux gens qui sont affectés par une perte de vision et qui ont des besoins particuliers.

De plus en plus de personnes sont touchées par la dégénérescence maculaire et pourraient être incommodées dans leurs activités quotidiennes comme la lecture. Ces solutions s'adressent surtout aux gens avec une perte de vision légère ou modérée, c'est-à-dire qu'ils ne rencontrent pas les critères de la RAMQ. Les solutions de Humanware sont disponibles dans les cliniques Opto-Réseau de la région de Sherbrooke. Lors de cette activité, nous présenterons les différentes catégories de solutions pour réduire l'éblouissement, améliorer les contrastes et augmenter le grossissement. En deuxième partie, les gens pourront faire l'essai de ces différentes solutions.

Joanne Dupuis, gérante de la clinique de Lennoxville et Renée Gosselin de Humanware seront présentes pour répondre aux différentes questions.

---

**Vendredi 9 février à 18 h: 23e souper dans le noir**  
Église du Précieux-Sang au 785, rue Thibault, Sherbrooke

**Entrée** : Pâtés, fromages fins et confit d'oignons sur croûtons

**Plat principal, au choix** :

- Suprême de poulet Asiatique à l'orange
  - Filet de porc à la Dijonnaise et forestier
- Servi avec pommes de terres grelots et légumes.

**Dessert** : Fondue au chocolat

**\*\*\* Les billets sont en vente au coût de 25\$ \*\*\***  
**\*\*\* Apportez vos consommations \*\*\***



# CANNABIS COMESTIBLE

Pierre-Olivier Girard pierre-olivier.girard@tc.tc  
Publié le 14 septembre 2017



Propriétaire du café et bar à jus Atelier C au centre-ville de Magog, Véronique Lettre est bien connue pour ses talents de pâtissière. Toutefois, peu de gens savent que ses compétences culinaires l'ont amenée à expérimenter un domaine encore méconnu, celui du cannabis comestible.

La femme d'affaires est son propre cobaye depuis 2015, alors que son médecin lui prescrit du cannabis médical pour soulager les symptômes liés à son deuxième cancer. Pour elle, il n'était pas question de fumer le produit en raison des effets nocifs sur la santé.

Elle s'est donc tournée vers la transformation du produit qu'elle a intégré à ses recettes à la maison, à coups d'essais et erreurs, que ce soit sous forme de «cupcake» ou de biscuit, et même dans son café.

Les effets positifs ont été instantanés et au-delà de ce qu'elle avait imaginé. Si bien qu'aujourd'hui, Mme Lettre a recours au cannabis comestible comme un médicament à plusieurs usages. «Avant, j'utilisais des anti-inflammatoires assez puissants pour soulager des douleurs menstruelles, raconte-t-elle. Maintenant, je prends uniquement du cannabis avec une dose adaptée à ma condition. De plus, il n'y a pas de THC, donc aucun effet euphorique. Je peux donc la prendre le matin, avant d'aller travailler, et personne ne s'en rend compte.»

L'autre avantage, explique-t-elle, est que les effets thérapeutiques durent beaucoup plus longtemps lorsque le cannabis est digéré plutôt qu'inhalé, soit entre six et huit heures. «Une dose par jour est généralement suffisante contrairement au Tylenol, que l'on doit prendre aux quatre heures. Et parfois, ça ne fonctionne même pas. Personnellement, je préfère consommer une plante, qui est 100% naturelle, plutôt qu'un produit fait par des chimistes en laboratoire » soutient la mère de deux enfants.

Sa démarche est loin d'être improvisée. La principale intéressée a suivi une formation pointue en ligne offerte par la «THC University», en plus d'être accompagnée par un mentor aux États-Unis. Elle suit également les activités d'une organisation intitulée «Women Grow», formée par des femmes à la tête d'entreprises spécialisées en cannabis comestible. «Je prends cette démarche très au sérieux, assure-t-elle. Je veux le faire dans les règles de l'art et de manière professionnelle. C'est vraiment une science en soi. Mon but serait, un jour, de vendre mes produits dans un commerce ou sur Internet, tant pour les consommateurs médicaux que récréatifs.»

Elle précise que ces produits ne pourraient être vendus à l'Atelier C puisque l'établissement devrait être interdit aux moins de 18 ans, ce qui ne cadre pas dans la philosophie de l'entreprise.

## **Briser les tabous**

En acceptant de parler ouvertement de sa démarche, Véronique Lettre souhaite briser les tabous et les préjugés entourant le cannabis. Elle espère aussi que son message amènera le gouvernement à changer son fusil d'épaule puisque pour l'instant, la future réglementation entourant la légalisation du cannabis interdirait la forme comestible.

Elle a d'ailleurs présenté un mémoire sur le sujet lors d'une consultation publique sur l'encadrement du cannabis, le 1er septembre

dernier, à Granby. Une rencontre à laquelle était notamment présente la ministre de la Santé publique, Lucie Charlebois.

«J'ai accepté de sortir de l'ombre et de m'assumer pleinement, car j'y crois profondément. Avant, j'avais peur de la réaction des gens et que ça nuise même à mon commerce. Mais si je veux faire bouger les choses et partager mes connaissances pour aider d'autres personnes, c'est le moment ou jamais de foncer», conclut-elle.



## UNE NOUVELLE ÉTUDE SUGGÈRE QUE LA CARENCE EN VITAMINE D EST LIÉE À L'ŒIL SEC

Une étude récente publiée dans l'International Journal of Rheumatic Diseases a révélé que la carence en vitamine D est fortement associée à l'œil sec et à sa gravité. Les chercheurs ont récemment émis l'hypothèse que la vitamine D joue un rôle dans les yeux secs en raison de ses propriétés anti-inflammatoires.

En outre, les chercheurs ont proposé que la vitamine D puisse aider à prévenir les yeux secs en induisant de la cathélicidine, une protéine antimicrobienne qui peut être produite par les cellules dans les yeux et guérir les plaies des yeux.

Afin de tester cette hypothèse, les chercheurs ont récemment comparé

la prévalence et la gravité des symptômes des yeux secs entre 50 femmes déficientes en vitamine D (moins de 20 ng / ml) et 48 ayant un niveau suffisant (niveaux supérieurs ou égaux à 20 ng / ml).

La recherche ne comprenait que des femmes pré ménopausées, puisque les changements hormonaux post ménopausiques se sont révélés être associés à l'œil sec.

Les chercheurs ont utilisé trois tests différents pour diagnostiquer les yeux secs : le test de Schirmer, le test du temps de rupture des larmes (TBUT) et le questionnaire Ocular Surface Disease Index (OSDI).

Ils ont également évalué l'état fonctionnel, la sévérité de la douleur et la gravité de la fatigue des femmes en utilisant le Stanford Health Assessment Questionnaire (HAQ), le Visual analogue scale-pain (VAS-pain) et le Fatigue severity scale (FSS), respectivement.

### **Voici ce que les chercheurs ont trouvé :**

Les taux moyens de vitamine D étaient de 13,45 ng / ml chez les femmes déficientes en vitamine D et de 47,64 ng / ml chez les femmes ayant une bonne quantité de cette vitamine.

- 52 % des femmes déficientes en vitamine D avaient les yeux secs selon le test de Schirmer, comparativement à seulement 4 % des témoins.
- 74 % des femmes déficientes en vitamine D avaient des yeux secs selon les scores du TBUT comparativement à 12 % des témoins.
- 70 % des femmes déficientes en vitamine D avaient des yeux secs selon l'OSDI comparativement à 19 % des témoins.

Les scores de VAS-pain, HAQ et FSS étaient plus élevés dans le groupe déficient en vitamine D que le groupe témoin, ce qui indique que ceux considérés comme déficients en vitamine D ont connu une augmentation de la douleur, de la fatigue et des troubles fonctionnels de l'œil.

« Nous sommes d'avis que la vitamine D joue un rôle protecteur dans le développement de l'œil sec, probablement en améliorant les paramètres du film lacrymal et en réduisant l'inflammation de la surface oculaire...

Les suppléments de vitamine D peuvent être utiles pour les symptômes de l'œil sec, y compris les malaises oculaires, les douleurs, les rougeurs, la fatigue oculaire, la sensibilité à la lumière et la vision floue ».

#### Source

Tovey, A. & Cannell, J. New study suggests vitamin D deficiency is related to dry eye. The Vitamin D Council Blog & Newsletter, 2015. Source : Yildirim P., et al. Dry eye in vitamin D deficiency: more than an incidental association. International



## UN ROBOT OCULAIRE CHIRURGICAL

**Première mondiale** : Un robot oculaire chirurgical effectue une injection de précision chez un patient ayant une occlusion de la veine rétinienne.

Les chirurgiens aux hôpitaux universitaires de Louvain ont été les premiers à opérer un patient avec une occlusion de la veine rétinienne à l'aide d'un robot chirurgical.

Contrôlé par un chirurgien oculaire, le robot utilise une aiguille d'à peine 0,03 millimètre pour injecter un médicament thrombolytique dans la veine rétinienne du patient.

KU Leuven a développé le robot et l'aiguille spécifiquement pour cette procédure. L'opération a été couronnée de succès et est une première. La procédure montre qu'il est techniquement possible de dissoudre de manière sûre un caillot sanguin de la veine rétinienne avec un support robotique.

Un essai de phase 2 doit maintenant montrer quel est l'impact clinique pour les patients atteints d'une occlusion de la veine rétinienne, un trouble qui peut entraîner une cécité. En cas d'occlusion de la veine rétinienne (RVO), il existe un caillot sanguin dans l'une des veines rétiniennes. Cela conduit à une vision réduite ou même à une cécité dans l'œil affecté.

À l'heure actuelle, le traitement consiste en des injections mensuelles dans l'œil qui ne réduisent que les effets secondaires de la thrombose. Jusqu'à récemment, l'élimination du caillot sanguin lui-même n'était pas possible.

Les chercheurs des hôpitaux universitaires de Louvain et KU Leuven étudient la canulation de la veine rétinienne (RVC), un traitement révolutionnaire qui traite la cause de l'occlusion de la veine rétinienne en éliminant le caillot sanguin dans la veine rétinienne. La RVC est une méthode prometteuse exigeant que le chirurgien de l'œil insère une aiguille ultrafine dans la veine et injecte un médicament qui peut dissoudre le caillot sanguin.

Un véritable exploit, car une veine rétinienne n'a que la largeur d'un dixième de millimètre, à peu près la même largeur que les cheveux humains. Aucun chirurgien n'est capable d'injecter manuellement un médicament dans une veine aussi mince tout en maintenant l'aiguille

parfaitement immobile pendant 10 minutes. Le danger d'endommager la veine ou la rétine serait tout simplement trop élevé.

C'est pourquoi les chercheurs du département de génie mécanique de KU Leuven ont développé un dispositif robotique permettant au chirurgien d'insérer l'aiguille dans les veines de manière très précise et stable, après quoi le robot peut maintenir l'aiguille parfaitement immobile.

Contrairement à la plupart des robots chirurgicaux, il n'est pas nécessaire d'utiliser une manette pour faire fonctionner l'appareil. Le chirurgien de l'œil et le robot co manipulent l'instrument.

Le chirurgien guide l'aiguille dans la veine alors que le robot élimine toute vibration de l'aiguille, augmentant ainsi le niveau de précision de plus de dix fois.

Après avoir verrouillé le robot, l'aiguille et l'œil sont automatiquement stabilisés. Le chirurgien peut ensuite injecter le produit dans la veine de manière contrôlée. Les chercheurs ont également trouvé une façon de produire une aiguille d'injection ultrafine : la pointe de l'aiguille a une largeur de seulement 0,03 millimètre, trois fois plus mince que les cheveux humains.

Le robot est le résultat de sept années de recherche et d'une coopération entre les ingénieurs de KU Leuven et les ophtalmologistes des hôpitaux universitaires de Louvain. L'essai actuel de phase 1 vise à démontrer qu'il est techniquement possible d'utiliser un dispositif robotique pour insérer une micro- aiguille dans la veine rétinienne et d'injecter le produit Ocriplasmin pour dissoudre le caillot sanguin.

Le 12 janvier 2017, la procédure a été effectuée pour la première fois chez un patient de l'hôpital universitaire de Louvain. Le patient se porte bien et peut maintenant commencer à travailler sur la réhabilitation de son œil. Dans un essai ultérieur de phase 2, les médecins étudieront les effets cliniques de la procédure.

Dans le monde entier, 16,4 millions de personnes souffrent d'une veine rétinienne bloquée causée par une thrombose dans le vaisseau sanguin. En Belgique, il y a environ 25 000 patients.

**Deuxième première mondiale** : «une équipe de chirurgiens a réussi à faire ce qu'ils disent être la première chirurgie assistée par robotique au monde à l'intérieur de l'œil humain. Cette équipe a testé l'approche dans un essai impliquant six patients répartis au hasard à la chirurgie vitréo-rétinienne assistée par robotique et à six autres qui avaient une chirurgie manuelle normale.

« Le robot s'est révélé numériquement meilleur que l'humain en termes de création de moins d'hémorragies rétiniennes, mais l'étude n'a pas été suffisamment alimentée pour montrer des résultats statistiquement significatifs », a déclaré le Dr Robert MacLaren, de l'Université d'Oxford, au Royaume-Uni.

« La technologie robotique est susceptible de nous permettre de faire de nouvelles chirurgies qui dépassent actuellement la capacité de la main humaine », a déclaré le Dr MacLaren.

« Un système robotique présente d'énormes avantages pour les opérations sous la rétine ou pour les opérations dans lesquelles une procédure longue et contrôlée est requise, par exemple, lors de l'injection d'une thérapie génique ou de cellules sous la rétine. »

Le coauteur, le Dr Marc D. De Smet, médecin-chef chez Preceyes B. V. à Eindhoven, la société néerlandaise qui a développé la technologie, a déclaré que le robot permet une précision « 10 fois » plus grande que la main humaine sans aide.

Tous les patients ont subi une intervention chirurgicale sous anesthésie générale pour éliminer la membrane limite interne ou une membrane épi rétinienne.



Dans le groupe de robots, le chirurgien a opéré un contrôleur de mouvement au bord du champ chirurgical du côté temporal, contrôlant les micromanipulations de l'instrument à travers un trocart à 23G (jauge) à la pars plana.

Dans le groupe manuel, le chirurgien a utilisé l'illumination adéquate pour aider à la chirurgie robotique sans contact. Le robot a pu rouler directement la membrane dans des incréments de mouvement prédéfinis de 10 mcm ou plus dans l'axe Z, ce qui permet à l'instrument de dégager la rétine interne et de soulever un volet de la membrane. Une limite de mouvement de l'axe Z empêchait le chirurgien d'avancer accidentellement l'instrument.

En moyenne, il a fallu 213 secondes pour soulever la membrane dans le groupe de la chirurgie robotique et 130 secondes dans le groupe manuel. Il y avait deux microhémorragies rétinienne et un toucher rétinien dans le groupe robot, comparativement à cinq et deux, respectivement, dans le groupe manuel.

Chez tous les patients, l'opération a été couronnée de succès et sans complications, disent les chercheurs. L'équipe envisage de combiner la chirurgie robotique avec la thérapie génique dans un prochain essai clinique.

« La bonne livraison des gènes dans l'espace sous-rétinien est un objectif à maîtriser », a déclaré le Dr De Smet.

Source : <http://www.arvo.org/>. Association for Research in Vision and Ophthalmology 2017.

# DON DE MACHINES À LAVER ÉQUIPÉES D'UN SYSTÈME DE RECONNAISSANCE VOCALE

SÉOUL, 17 oct. (Yonhap) -

LG Electronics Inc. a annoncé ce mardi avoir fait don de machines à laver équipées d'un système de reconnaissance vocale à des personnes ayant des déficiences visuelles.

En vertu d'un accord signé avec l'Union coréenne des aveugles et déficients visuels, LG a déclaré que ses lave-linge de pointe seront utilisés dans 15 centres pour malvoyants à travers le pays.

Le don a eu lieu à l'occasion de la Journée internationale de la canne blanche (15 oct.), destinée à éveiller la conscience de la société sur les droits des personnes aveugles et malvoyantes, a ajouté LG.

La machine à laver LG Tromm équipée d'une plate-forme de reconnaissance vocale permet à ses utilisateurs d'activer toutes les fonctions par la voix simplement quel que soit le cycle. La société commercialisera ce lave-linge avant la fin de l'année. LG Electronics a également fait part de son projet de lancer un plus grand nombre de produits munis de technologies de l'intelligence artificielle pour améliorer le confort d'utilisation pour tous les consommateurs dont les personnes présentant une déficience visuelle.

Merci à Jean Marie Laperle pour cet article.  
sr@yna.co.kr



# UNE LOI ATTENDUE AU PRINTEMPS

- La Tribune, 16 octobre 2017

TORONTO — Le ministre responsable de la toute première loi fédérale sur l'accessibilité indique que celle-ci sera dévoilée d'ici le printemps prochain et profitera non seulement aux personnes vivant avec un handicap, mais aussi à leurs aidants.

Kent Hehr explique que l'échéancier a été modifié depuis qu'il a repris le portefeuille des Sports et des Personnes handicapées à la ministre Carla Qualtrough lors du récent remaniement ministériel.

La loi, grandement attendue par la communauté handicapée canadienne, devait initialement être dévoilée à la fin de l'année ou au début de l'année prochaine.

Le ministre Hehr dit être au fait des consultations précédentes et avoir l'intention de mettre l'accent sur les enjeux qui ont alors été identifiés comme prioritaires, comme le haut taux de chômage des personnes handicapées ainsi que l'accessibilité des services et des établissements fédéraux.

Il souligne que sa propre expérience en tant que quadriplégique le rend aussi soucieux du sort des aidants.

## **APPROCHE GLOBALE**

Le ministre Hehr, qui se déplace en fauteuil roulant depuis qu'il a été blessé par une balle perdue, il y a 27 ans, n'a pas voulu préciser la nature des dispositions destinées à soutenir les aidants.

Il a toutefois exposé que la loi s'inscrira dans une approche globale visant à anéantir les obstacles qui empêchent les personnes handicapées de participer pleinement à la société.

Les groupes de défense des personnes handicapées à travers le pays ne cachent pas leurs hautes attentes envers cette loi, qui accuse, selon eux, un grave retard pour aligner le Canada aux autres pays comme les États-Unis.

Joanne Bertrand, de la Coalition des aidants de l'Ontario, avance qu'il existe une myriade de moyens par lesquels la loi pourrait faciliter la tâche de ceux qui soutiennent les personnes handicapées

Elle suggère de baisser les coûts de transport pour les aidants qui accompagnent une personne handicapée et de mettre en place des mesures pour les banques, qui relèveraient de la loi, tout comme les télécommunications et les transports interprovinciaux.

Les aidants agissent souvent en tant que mandataires pour leurs proches handicapés, mais les systèmes en place ne sont pas adaptés à de tels décideurs substituts, déplore Mme Bertrand.

« Je pense que c'est très important qu'il y ait une sensibilisation des employés dans diverses entreprises et organisations au fait que les mandataires ne font pas que représenter les gens pour qui ils sont mandataires, mais expriment aussi leurs souhaits », a-t-elle exposé.



# SUITE AU CAFÉ-INFO: VÉGÉTALISME,

## Café Virtuose

Suite au Café-Info du 30 octobre, alimentation végétalienne, les membres présents ont demandé à notre conférencière Émilie Desrosiers de nous faire parvenir une liste de lecture et des trucs facilitant la transition. Donc pour tous ceux qui n'étaient pas présents, mais aimeraient profiter de l'information, voici la liste intégrale fournie par Mme Desrosiers

## Références APHVE

### Trucs pour faciliter une transition

On peut avoir un peu de difficulté à sortir de sa routine et à intégrer la nourriture végé, manger végé, c'est apprivoiser une nouvelle façon de s'alimenter et découvrir de nouveaux aliments. Voici quelques trucs qui vous aideront au quotidien !

1. Beaucoup plus facile si on se trouve des amis ou des membres de la famille avec qui intégrer le végé, manger ça reste quelque chose qu'on aime partager.
2. aller essayer de la nourriture dans les restos Végés et choisir des plats qui contiennent des ingrédients déjà connus. Les recettes ont déjà été réfléchies, les saveurs devraient donc être bonnes!
3. Opter pour la règle du moitié-moitié.
4. Commencez tranquillement, vous pouvez appliquer la règle du lundi sans viande.
5. Intégrer doucement les légumineuses. Ça peut prendre jusqu'à trois mois avant que le corps soit habitué. Les lentilles sont d'ailleurs plus faciles à digérer que les légumineuses plus grosses.
6. Il faut aussi bien assaisonner! Le gras de la viande donne beaucoup de goût aux plats. Il faut donc travailler davantage les épices dans les recettes végé.

7. Inspirez-vous des plats offerts dans les autres régions du monde. Par exemple, cuisinez un Dahl indien ou alors un curry. Apprêtez les haricots noirs à la mexicaine.
8. Cuisiner végé ça peut être long (ex : chili, Végé-pâté)... le truc est de se rencontrer en gang et faire des après-midi de cuisine. On fait des grosses quantités qu'on sépare et congèle.
9. Planifier les recettes de la semaine et les achats. Pour ne pas manquer d'idées, vous pouvez aller sur internet et taper le nom d'une recette que vous aimez suivi de « Végé ».
10. Faites une liste de 10-12 recettes que vous appréciez déjà et trouvez leur version « Végé »
11. Découvrez les smoothies qui sont une bonne alternative pour intégrer les légumes verts (épinards et kale)

---

## **Livres**

- Le défi végane 21 jours (Élise Desaulniers)  
Outils pour vous initier au végétalisme.
- Comment ne pas mourir (Michael Greger)
- Impact de la diète sur les causes les plus fréquentes de décès
- La cuisine de Jean-Philippe  
Livre de recettes végétaliennes très intéressantes
- Voir son steak comme un animal mort  
Pour ceux qui veulent pousser la réflexion philosophique  
Vegan for life (en anglais, Jack Norris et Virginia Messina) La bible de la nutrition végétalienne
- Je mange avec ma tête (Élise Desaulniers)  
Traite des conséquences de nos choix alimentaires

# ACTIVITÉS CULTURELLES EN ESTRIE

**Centre culturel de l'Université de Sherbrooke**  
Salle Maurice O'Bready (Tél.: 819 820-1000)

## **JANVIER**

- 11- Maxime Landry, Nos histoires. (Chanson)
- 12- Jérémy Demay, Vivant. (Humour)
- 13- Cirque Alphonse (Variété)
- 14- Compagnie de danse Sursaut, Moi au carré. (Jeunesse)
- 17- Les Grands Explorateurs, Afrique du Sud, (Cinéma)
- 18- Phil Roy, Monsieur. (Humour)
- 19- Réal Béland, Faire semblant. (Humour)
- 20- Jean Michel Anctil, (Humour)
- 21- École de musique de l'Université de Sherbrooke, Motu Energico
- 23- Vu du Pont, TNM. (Théâtre)
- 30- La mort d'un commis voyageur (Théâtre)

## **FÉVRIER**

- 01- Fred Pellerin, un village en trois dés. (Humour)
- 02- Le Beatles Story Band présente Orchestra! Production Koscène.
- 03- Les Grands Explorateurs, Laos. (Cinéma)
- 05- TAO. Drum Heart. (Variété)
- 06- Le déclin de l'empire Américain, Théâtre P à P
- 07- Alexandre Da Costa, Stradivarius à l'opéra. (Musique)
- 08- Alexandre Poulin, Les temps sauvages. (Musique)
- 09- Lemire, Verville (Humour)
- 13- Tournée mondiale du festival du film de montagne de Banff
- 14- Sherlock Holmes et le chien des Baskerville, (Théâtre)
- 16- Britishow, Le Roadtrip Musical. Production Koscène (Chanson)
- 17- Dominic et Martin, juste Dominic et Martin. (Humour)
- 25- Orchestre Symphonique de Sherbrooke. Brahms-Chostakovitch
- 28- Les fourberies de Scapin. (Théâtre)

**Centre culturel de l'Université de Sherbrooke**  
Salle Maurice O'Bready (Tél.: 819 820-1000)

**MARS**

- 1- Fabien Cloutier, Assume. (Humour)
- 2- Laurent Paquin, Déplaire. (Humour)
- 5- Chloé Lacan, Ménage à trois. (Chanson)
- 7- Michel Barrette, Drôle de vie. (Humour)
- 9- François Massicotte, Quelle famille! (Humour)
- 10- Les Grands Explorateurs. Cuba. (Cinéma)
- 13- Radical Reels action sports film. Espaces. (Cinéma)
- 14- La Compagnie Créole, 30 ans de fêtes au Québec (Chanson)
- 16- Claudine Mercier, (Humour)
- 17- René Simard, Nouveau Rêve. (Chanson)
- 20- L'Orangerie, (Théâtre)
- 21- Corps, Amour, Anarchie. Coproduction de PPS Danse et Coup de Cœur Francophone.
- 24- Orchestre Symphonique de Sherbrooke, classique et chocolat.
- 27- Des Arbres, Théâtre de la Manufacture. (Théâtre)
- 28- Sylvia, Les Projets de la Meute. (Théâtre)
- 29- Soirée Vert et Or. Alexandre Barrette. (Humour)
- 31- Patrick Norman, Bonheurs Partagés, (Chanson)





**Théâtre Granada**  
**(Gratuité accompagnateur)**  
(Tél.: 819 565-5656) [theatregranada.com/programmation](http://theatregranada.com/programmation)

## JANVIER

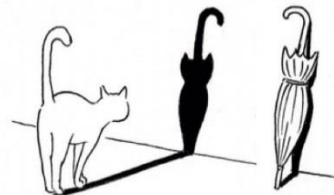
- 20- Zap21, Les Zapartistes. La revue du 21e siècle
- 26- Tire le Coyote. Désherbage.
- 27- Dance Into the Light.

## FÉVRIER

- 03- Annie Villeneuve, "5"
- 09- Jay Du Temple, Le moyen tour de Jay Du Temple
- 17- The Barr Brothers
- 23- Émilie Bilodeau
- 24- Pierre Lapointe, La science du cœur.

## MARS

- 04- Letterkenny Live ! Une présentation de Live Nation et Evenko
- 10- Charlotte Cardin
- 17- The McCartney years, Hommage à Paul McCartney
- 24- Damien Robitaille, Univers Parallèles
- 25- Brimbelle



TANGO

@tango2010

# BON ANNIVERSAIRE!

## Janvier

- 04 Danielle Michaud
- 09 Fabienne Pruneau
- 12 Sylvie Sévigny
- 22 Anick Bouvier
- 23 Pierrette Ferrand
- 23 Claire Gagnon



## Février

- 02 Mario Picard
- 09 Gertrude Vallières
- 10 Annie Quobion
- 13 Louise Simard
- 26 René Jr Gervais



## Mars

- 09 Françoise L'Étoile
- 16 Thérèse Pelletier
- 22 Rita Comeau-Chagnon
- 29 Jacqueline B. Pigeon
- 29 Claire Côté



# BABILLARD

## **Nos sympathies :**

À Madame Hélène Dubois suite au décès de sa mère, Madame Thérèse Viau Dubois, survenu à Coaticook, le 27 octobre 2017 à l'âge de 85 ans.

## **À VOIR !**

Pour tous ceux qui ne l'auraient pas vu, voici le lien pour voir le vidéo du 40ième anniversaire du RUTASM. Excellent documentaire! Félicitation à tous nos membres qui ont participé à ce projet.

<https://youtu.be/2cVUs6bxMTM>

## **Films en vidéodescription**

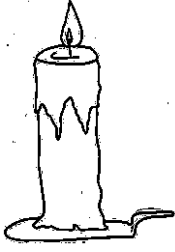
La section du livre adapté de Bibliothèque et Archives Nationales du Québec offre maintenant des films en vidéodescription. Ce ne sont pas les films les plus récents, mais ceux-ci ont été des plus populaires, tel que: Les choristes, La grande séduction, Le déclin de l'empire américain, De père en flic, Piché entre ciel et terre et plusieurs autres. Au moment d'écrire ces lignes, il y avait 34 titres de disponibles et d'autres s'ajouteront.

## **Chers membres de l'APHVE,**

L'année 2017 se termine et j'ose dire enfin. 2017 m'a apporté des émotions en dents de scie: maladie et décès de ma mère et naissance de ma petite Clémence. Je veux profiter de ces quelques lignes pour remercier toutes les personnes qui m'ont soutenu dans les épreuves et se sont réjouies de mon bonheur de devenir grand-maman. Dans le meilleur comme dans le pire, c'est bon de sentir l'appui de chacun de vous. Merci encore pour vos bons mots et Michel se joint à moi pour vous souhaiter une bonne année 2018.

**Hélène**

**Veillez noter que nos bureaux seront fermés pour la période des fêtes du 21 décembre au 8 janvier.**



## CITATIONS ET HUMOUR

**LA THÉORIE** : C'est quand on comprend **tout** et que **rien** ne marche

**LA PRATIQUE** : C'est quand **tout** marche, mais **on ne sait pas**  
Pourquoi

**ICI NOUS AVONS RÉUSSI LES DEUX** : **Rien** ne marche et personne  
Ne sait **pourquoi**

---

En politique, une absurdité n'est pas un obstacle

Napoléon Bonaparte (1769 - 1821) -

---

Faire quelque chose de remarquable vaut mieux que d'être remarqué

*Confucius* -

---

*Merci à nos partenaires financiers*