



Le journal de l'Association bégaïement communication

Communiquer

Volume 45

Numéro 4

Septembre 2025

40 ans à faire entendre nos voix

Il y a des anniversaires qui méritent d'être soulignés avec fierté et émotion. Cette année, notre association célèbre 40 ans d'engagement, de solidarité et de soutien pour les adultes qui bégaient.



Fondé en 1985, l'Association bégaïement communication, autrefois connue sous le nom Association des bègues du Canada, a changé d'image en 2019. Toutefois, sa mission et ses valeurs profondes sont toujours demeurées les mêmes. À travers les années, l'ABC est devenu un phare pour tant de personnes, car elle offre un milieu où l'on se sent accueilli, compris et soutenu.

Grâce à des initiatives comme notre podcast Je je je suis un podcast, la traduction de plusieurs livres importants sur le bégaïement, nos services de thérapies abordables et nos groupes de soutien, l'ABC a su faire rayonner la parole des personnes qui bégaient dans la francophonie.

Grâce à des initiatives comme notre podcast Je je je suis un podcast, la traduction de plusieurs livres importants sur le bégaïement, nos services de thérapies abordables et nos groupes de soutien, l'ABC a su faire rayonner la parole des personnes qui bégaient dans la francophonie.

Aujourd'hui, j'ai l'immense privilège d'assumer la présidence de l'association à un moment symbolique de notre histoire. Ma découverte de l'ABC a été pour moi un tournant majeur dans mon propre cheminement avec mon bégaïement. Je me rappelle encore ma première journée-rencontre en 2016. C'était ma première activité en présentielle avec l'ABC et à mon arrivée, je me suis assise tout au fond de la salle, le plus loin possible des gens pour ne pas avoir à parler. Lors de la journée, j'enviais silencieusement les membres qui étaient content de se retrouver et qui se parlait librement sans se soucier de leur bégaïement. En terminant la journée, je suis repartie avec un élan de confiance, malgré que je n'avais pas parlé à beaucoup de gens. Je savais que quelque chose venait de changer et surtout que l'ABC allait désormais faire partie de ma vie! Aujourd'hui, je suis une fière membre de l'ABC, je fais partie du conseil d'administration et ce sont ces mêmes journées-rencontres que j'attends avec impatience d'année en année pour retrouver les visages familiers, prendre des nouvelles, mais surtout pour accueillir ceux et celles qui, comme moi autrefois, font leurs premiers pas dans cette belle communauté. ►

Journal Communiquer

ISSN 1183-0603

Coordination

Sonia Dusseaux

Mise en pages

Katherine Levesque

Impression

Mardigrabe Inc.

Les points de vue exprimés dans cette publication ne représentent pas nécessairement l'opinion de l'Association bégaïement 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 bégaïement communication

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

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

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

[f abcbegeaieement1](https://www.facebook.com/abcbegeaieement1)

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**

- Des histoires comme la mienne, l'ABC en a des dizaines, des centaines. Elles témoignent toutes de la même chose : l'impact réel, profond et durable de notre association dans la vie des personnes qui bégaiement. Au fil de ces quatre décennies, notre association a été un lieu d'écoute, de soutien et d'action pour les personnes qui bégaiement et leurs proches. Elle a porté nos voix là où elles étaient peu entendues, et elle a construit, petit à petit, une communauté forte, diverse et résiliente.

L'ABC ne serait pas ce qu'elle est sans l'implication des précédents membres du conseil d'administration, des membres qui participent à chacune de nos activités ainsi que nos précieux collaborateurs qui rendent tous nos projets possibles. Merci à chacun et chacune d'entre vous pour l'impact que vous avez eu et, je l'espère, que vous continuerez d'avoir dans les années à venir!

En regardant vers l'avenir, je souhaite que l'ABC continue d'être un espace d'accueil et d'affirmation de soi, où chaque voix compte.

Ce 40e anniversaire est l'occasion de célébrer notre histoire, mais aussi de rêver à notre avenir. Votre voix, vos idées, votre présence peuvent faire toute la différence. Que ce soit en participant à une activité, en rejoignant le conseil d'administration ou en parlant de l'ABC autour de vous, nous avons besoin de vous!

Merci d'être avec nous depuis tant d'année et surtout merci d'être encore là pour les prochaines!

Myriam Fauteux

Membre de l'ABC et présidente du conseil d'administration



40 ans de l'ABC

Cette année, l'ABC fête ses 40 ans. Quarante ans à soutenir, à rassembler, à sensibiliser, à créer des espaces où l'on peut simplement être nous-mêmes.

J'ai découvert l'ABC il y a 6 ans, c'était un vrai tournant pour moi. J'y ai trouvé un lieu d'écoute, de réconfort et d'entraide. Rencontrer d'autres adultes qui bégaiement comme moi a vraiment changé ma vie. J'ai découvert une communauté bienveillante où je pouvais simplement être moi-même. J'ai réalisé que je pouvais cheminer à mon rythme, sans pression, dans un cadre rassurant. L'ABC m'a beaucoup apporté, sur le plan personnel autant que professionnel.

Aujourd'hui, j'ai la chance de contribuer à cette belle aventure en tant que directrice générale. Et c'est avec beaucoup d'enthousiasme que je m'applique à redonner un peu de ce que j'ai moi-même reçu.

L'ABC existe grâce à ses membres, ses employés, ses administrateurs, ses collaborateurs, ses partenaires, Et surtout grâce à toutes celles et ceux qui, un jour, ont décidé de participer, d'animer, de partager un texte, d'écouter.

Alors, à vous toutes et tous : merci d'être là et merci de faire partie de cette histoire.



Joyeuse fête à l'ABC et à ses membres

Sonia Dusseaux

Directrice générale de l'ABC et membre depuis 2019

LES 40 ANS DE L'ABC, ÇA SE FÊTE!

C'est à l'automne 2013 que j'ai contacté l'ABC pour la première fois. Richard Martineau était revenu à l'ABC à titre de président après quelques années de pause, essentiellement pour remettre l'ABC sur les rails après des années difficiles à la fin des années 2000. De mon côté, j'étais au début de la phase 2 de mon cheminement dans la gestion de mon bégaiement. J'ai déjà raconté l'histoire de ma découverte des groupes de soutien de personnes qui bégaièrent, donc très brièvement, en évitant de me répéter, c'est par une série de hasards et coïncidences que j'ai appris l'existence de groupes de soutien de personnes qui bégaièrent, ici et ailleurs. Comme j'aime vivre de nouvelles expériences, et comme j'aime voyager, j'avais assisté pour la première fois à une conférence de la National Stuttering Association (NSA) aux États-Unis en juillet 2012, soit quelques mois avant de rejoindre l'ABC. Se retrouver pour quelques jours dans un environnement où le bégaiement est la norme plutôt que l'exception, assister à des ateliers animés par des personnes qui bégaièrent, inspirantes, qui font la démonstration que le bégaiement n'est pas une entrave à la communication, bref, cette expérience marque un tournant dans ma façon d'aborder et de gérer beaucoup plus positivement mon bégaiement.

J'ai pu aussi rencontrer des personnes que j'avais connu sur Stutter Social, l'une des premières plateformes de vidéodiscussions pour personnes qui bégaièrent. Rencontrer ces personnes fut une expérience touchante et émouvante!



C'est l'envie de « donner au suivant » qui m'a poussé à contacter l'ABC afin de voir comment je pourrais contribuer. Richard m'a invité à joindre provisoirement le conseil d'administration à l'automne 2012, et de manière plus officielle lors de l'assemblée générale annuelle de juin 2013. Parmi les principaux projets qui ont été menés à bien, mentionnons la refonte du site Web et le développement de notre présence sur les médias sociaux. La mise sur pied de journées-rencontres annuelles à compter de l'automne 2014 est une autre belle réalisation, qui a persisté jusqu'à ce jour, exception faite de la période pandémique.

La contribution de l'ABC à l'organisation du deuxième congrès international conjoint sur le bégaiement et le bredouillement, qui s'est déroulé à Montréal à la fin mai 2022, est un autre moment fort de notre association. Malgré la pandémie qui se prolongeait, et qui nous a d'ailleurs forcé à reporter la tenue du congrès d'un an, l'événement fut un succès, tant par la qualité du programme que de l'organisation en général. Personnellement, comme co-président de ce congrès international, cette réalisation me tient particulièrement à cœur.

Ces projets auraient été impossibles sans l'appui des autres membres du conseil d'administration, des employés et des bénévoles de l'ABC. Je me considère particulièrement choyé d'avoir siégé au conseil d'administration de l'ABC durant 8 ans, dont 6 ans à titre de président, et d'avoir pu travailler avec des collègues allumés, motivés, créatifs, qui ont contribué au rayonnement de notre association, dans la bonne humeur, sans conflits d'ego.

Parmi les autres réalisations qui me viennent à l'esprit, le balado « Je je je suis un podcast », le programme de financement de thérapie, et le programme de jumelage sont notables. Quoique je ne me suis pas impliqué directement dans ces projets, j'ai appuyé sans hésitation ces réalisations d'importance. Je me plais à dire que le bégaiement a été mon excuse pour faire le tour du monde : huit congrès de la NSA aux États-Unis, quelques congrès de la Canadian Stuttering Association (CSA) (incluant le congrès conjoint avec l'ABC à Montréal en novembre 2024), et plusieurs congrès internationaux au Japon, en Islande, au Royaume-Uni (STAMMAFest à deux reprises), en Finlande (avec une escapade d'une journée en Estonie) ►

- J'ai d'ailleurs assisté au World Congress on Stuttering and Cluttering qui s'est déroulé en août de cette année à Rovaniemi, Finlande, sur le cercle polaire. Étant jeune, jamais je n'aurais pensé que le bégaiement m'amènerait à découvrir tous ces coins du monde où je ne serais peut-être pas allé si je ne bégayais pas.

Et surtout, le bégaiement m'a permis de connaître des gens formidables, d'un peu partout dans le monde. Comme quoi ce que j'ai trop longtemps perçu comme une faiblesse s'avère un avantage, une motivation à découvrir des pays mais surtout des gens attachants.

Merci à l'ABC, et longue vie à notre association!

Jean-François Leblanc
Membre de l'ABC et ancien membre du conseil d'administration



Loterie des 40 ans

Des surprises pour nos membres !

Cette année, l'ABC célèbre ses 40 ans... et parce que cette belle aventure est aussi la vôtre, nous avons envie de vous gâter !

Du 2 au 23 septembre à minuit, participez à notre loterie virtuelle exclusive dans l'espace membre. Ce concours est réservé aux membres de l'ABC : une façon pour nous de souligner votre fidélité et votre engagement. 5 participant·e·s seront tiré·e·s au sort et recevront un lot comprenant des articles à l'effigie de l'ABC.

Le tirage aura lieu le 24 septembre lors de la soirée discussion, et les gagnant·e·s seront contacté·e·s directement.

**Rendez-vous dans l'espace membre
dès le 2 septembre pour participer !**



Un peu d'histoire des premiers 30 ans

À l'occasion du 40^{ème} anniversaire de l'ABC, j'ai pensé vous faire connaître quelque peu l'histoire concernant les 30 premières années pendant lesquelles je me suis impliqué activement dans l'association.

En août 1985, Laurent Bouchard, fondateur de l'association des bègues du Canada (ABC), recevait l'accréditation pour former un organisme sans but lucratif. À ne pas oublier qu'en 1967, Laurent avait fondé l'Amicale des bègues canadiens (ABC). On retrouve donc le même acronyme aujourd'hui dans Association Bégaiement Communication.

Quant à moi, sous les recommandations de mon orthophoniste, celle-ci m'encourage fortement à me joindre à un groupe de personnes qui bégayaient et qui se rencontrent hebdomadairement dans un local de l'hôpital Notre-Dame à Montréal. Malgré ma réticence et mon inquiétude, ma méfiance avec une certaine dose de gêne, voici que je me retrouve en 1986 assis dans une salle parmi ce groupe. Immédiatement, je me sens séduit et du même coup, cela détruit mon préjugé envers les "bégayeurs." Je ressens un sentiment profond d'acceptation et constate une grande solidarité entre nous. Semaine après semaine, je participe aux rencontres hebdomadaires. On nous invite à lire un texte à haute voix devant un groupe de 15 à 20 personnes pour apprendre à surmonter cette peur de bégayer.

Au cours de cette même année 1986, un membre de l'ABC démissionne de son poste au sein du conseil d'administration. Me voilà donc invité à combler le poste de vice-président. Les rencontres des personnes qui bégayaient ont lieu tous les mercredis soirs à la salle no. 1 du pavillon Mailloux de l'hôpital Notre-Dame. Il y a relâche en période estivale et pendant les Fêtes de Noël. À une certaine période, deux groupes se forment dans deux salles distinctes : un groupe que l'on qualifiait de groupe de maintien et l'autre de gens désirant discuter davantage des problèmes rencontrés et associés au bégaiement.

Dans un premier temps, le journal Communiquer est imprimé mensuellement. Il est produit à la dactylo et par montage de textes et photos exprimant des opinions ou des sentiments entourant le bégaiement, suggérant également certaines thérapies ou méthodes pour améliorer la fluidité de la parole. Ce journal devient le véhicule d'information pour tous les membres et pour les activités sociales de l'association. Au fil du temps, le journal devient une revue trimestrielle.



En 1988, je deviens président de l'ABC. Qui aurait cru! L'ABC est maintenant une passion qui a duré près de 30 années actives. Pendant cette période, j'occupe durant 14 ans le poste de président et 5 ans celui de vice-président. Pendant plusieurs années, je suis responsable du périodique Communiquer et ce, au-delà de 20 ans. Ce fut également l'année suivante, en 1989, avec ma conjointe Lyne, que nous avons assisté à un congrès international sur le bégaiement qui a eu lieu dans la ville de Cologne, alors en Allemagne de l'Ouest. Quel choc que de rencontrer presque seulement des personnes qui bégayaient de différentes nationalités!

Pierre Lafrance s'est joint à l'ABC quelques années plus tard pour combler les postes de trésorier, secrétaire puis président. Il a été essentiel pour la longévité de l'ABC. L'adresse officielle de l'ABC était tantôt chez Laurent, tantôt chez Pierre. Les documents étaient éparpillés dans nos résidences privées respectives. Graduellement, un groupe de membres de l'ABC se forme à Québec. D'autres tentatives ont lieu à Trois-Rivières. Précisons aussi que Laurent est décédé en mars 2000 et Pierre en janvier 2015. ►

- Pour des raisons administratives, l'Hôpital Notre-Dame de Montréal ne pouvait plus nous accorder le privilège d'obtenir une salle pour nos rencontres. De là, l'obligation de chercher un nouvel endroit de rassemblement qui deviendra l'adresse permanente rue Chapleau à Montréal, de février 2001 à juillet 2006. Encore pour des raisons administratives de zonage, la Ville de Montréal ne nous permet pas de renouveler le bail de location. Donc en 2006, le déménagement nous transporte vers la rue Christophe-Colomb, dans un local appartenant à la commission scolaire. Alors, durant plusieurs années subséquentes les lieux administratifs et de rencontre se feront à ce même endroit.



En 1999, ce fut l'année d'un grand exploit. Le congrès ABC/CAPS 99. La Canadian Association for people who stutter (CAPS), un groupe ontarien, se joint à nous pour organiser le congrès International sur le bégaiement qui s'est tenu à l'Hôtel Universel à Montréal. Pendant trois jours consécutifs, des conférences sont offertes simultanément dans différents locaux par des personnes bègues, orthophonistes, psychologues et autres intervenants. Pour ma part, j'ai présenté une des conférences principales de cette activité intitulée « Avant, pendant et après une thérapie ». Plus de 300 personnes sont venues de tous les coins du monde pour assister à ce congrès. Les principales conférences étaient traduites simultanément par des professionnels. Puis presque à chaque année, une journée-rencontre du même genre est organisée sous un thème défini en tentant de choisir une date autour du 22 octobre, journée internationale de sensibilisation au bégaiement.

Tour à tour, Laurent Bouchard en mai 1998 et Pierre Lafrance en février 2012 reçoivent la médaille d'honneur pour leur dévouement à l'ABC des mains du Gouverneur Général du Canada lors d'événements protocolaires qui ont eu lieu respectivement à Québec et à Ottawa. De même, à plusieurs reprises, Laurent, Pierre et moi avons participé à des émissions télévisées ou radiophoniques pour promouvoir les bienfaits de notre association. Nous avons également été invités à participer à des chroniques pour différents journaux ou revues.

On ne peut passer sous silence la collaboration de Richard Parent dans le processus de l'évolution de l'ABC. Richard a contribué au journal Communiquer par la traduction de nombreux textes. De plus, nous avons pu réaliser plusieurs dépliants et documents en provenance de National Stuttering Project (NSP) et autres associations similaires avec son aide.

Au-début des années 2000, l'ABC réussit enfin à obtenir un financement appréciable du Ministère de la Santé et Services sociaux qui allait devenir une source récurrente de financement, en plus de compter sur les cotisations des membres et dons de différentes sources. Le tout a permis de diminuer certaines tâches administratives des membres du conseil d'administration en embauchant, d'abord à temps partiel, une personne adjointe à l'administration, de réaliser une page WEB, de payer le loyer et de collaborer afin de participer avec d'autres associations à des activités de niveau international, en plus de sous-traiter le travail de mise en page et d'imprimerie nécessaire à la production du journal. Pendant ces 30 années, comme c'est encore le cas aujourd'hui, le maintien des rencontres régulières a été essentiel pour démystifier le bégaiement, tout comme les sorties récréatives. Le tout est tributaire de l'implication assidue des membres. Les personnes qui bégaiement doivent continuer à se rassembler pour démystifier et faire connaître le bégaiement et ainsi permettre la fluidité recherchée dans leur élocution ou pour tout simplement se permettre de bégayer avec aisance.

Je dis donc BRAVO à toutes les personnes qui bégaiement et qui persévèrent afin de pérenniser l'association, ce qui a permis à l'ABC de célébrer ses 40 ans d'existence. Tout un exploit!

Je termine en vous mentionnant la fierté que je ressens d'avoir participé activement à cet exploit de longévité pour l'ABC, en citant feu Laurent Bouchard : « Je ne suis pas fier d'être bègue mais je suis un bègue fier ». Longue vie à l'ABC!

L'ABC, c'est vous !

L'ABC est bien plus qu'un organisme : c'est une communauté vivante, portée par ses membres. Chaque voix, chaque geste, chaque implication fait une différence. Vous aimeriez contribuer, mais vous ne savez pas par où commencer ?

Voici quelques belles façons de vous impliquer dans la vie de l'ABC :

Participer au programme de jumelage

Offrez votre écoute et votre expérience à une autre personne qui bégaie. Le jumelage, c'est un espace bienveillant de partage et de soutien.

Animer une soirée-discussion

Vous aimez échanger et créer du lien ? Pourquoi ne pas animer une soirée-discussion en ligne ?

Enregistrer une méditation guidée

Vous pratiquez la pleine conscience ou aimez guider des méditations ? C'est l'occasion d'enregistrer une ou plusieurs méditations.

Écrire un article pour le Communiquer

Vous avez une expérience à raconter, un point de vue à partager, une réflexion à livrer ? Alors à votre plume !

Publier sur l'Espace Membre

Vous souhaitez partager un texte, une vidéo, un évènement en lien avec le bégaiement ? L'espace membre est fait pour ça !

Participer à nos activités sociales et événements

Rencontrer d'autres membres, échanger : chaque activité est une occasion de se connecter.

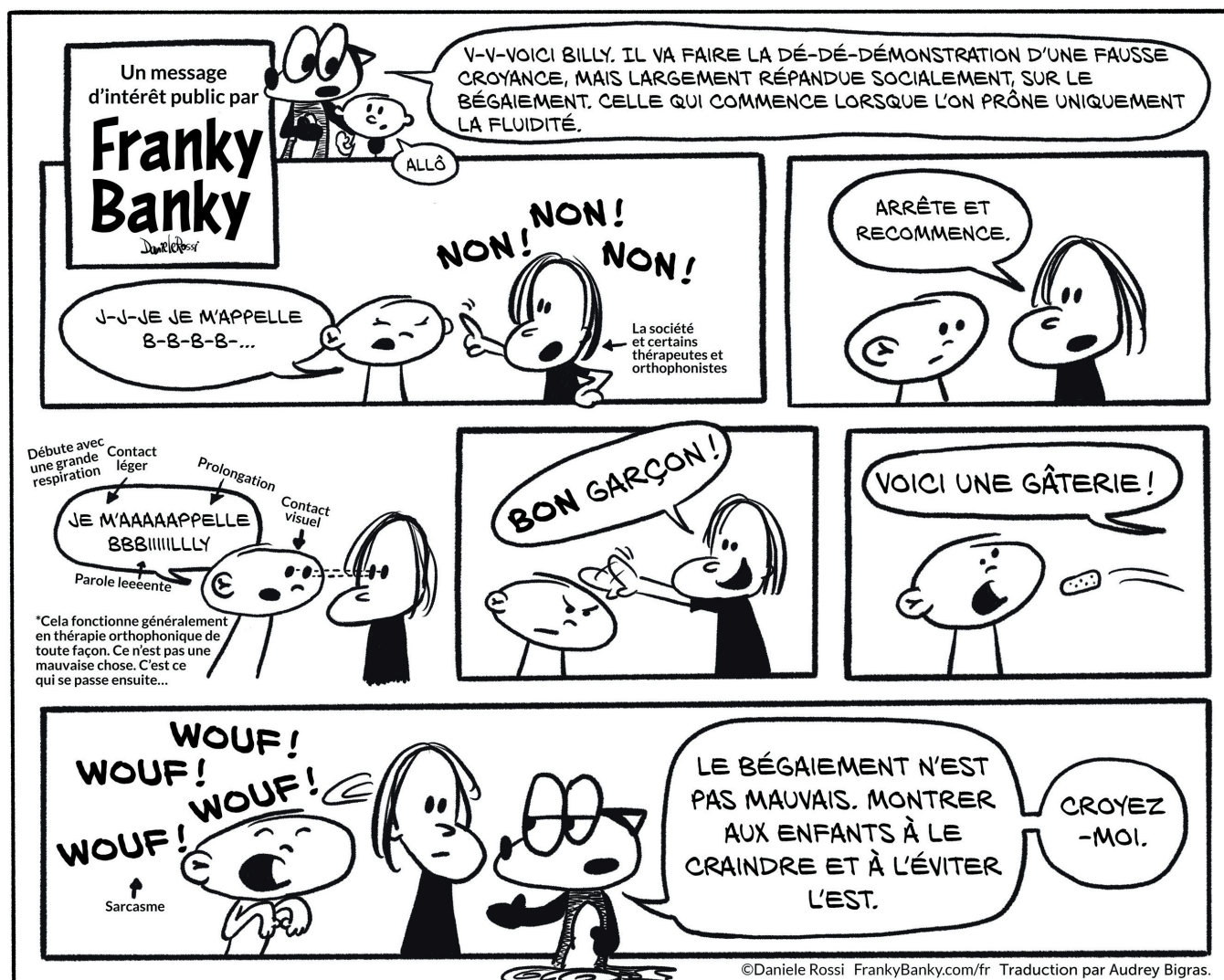
Votre expérience, vos idées ou simplement votre présence comptent : il y a une place pour vous dans notre communauté.

L'ABC vit grâce à la participation de ses membres.

Envie de vous impliquer ?

Écrivez-nous à info@abcbegaiement.com – on sera ravi.e.s d'en discuter avec vous !





Souper festif pour les 40 ans de l'ABC

L'ABC soulignera ses 40 ans avec un souper le vendredi 12 septembre à 18h, au restaurant Le Caribou Gourmand à Montréal. Ce sera l'occasion de célébrer ensemble les avancées de l'association, de souligner l'engagement de ses membres et de partager un moment chaleureux.

Les places sont limitées, la réservation est obligatoire.

Merci de confirmer votre présence par courriel à sonia.dusseaux@abcbegeaiement.com

