

Numéro Spécial | Mois de l'ouïe et de la communication.

LE MOT DE LA DIRECTRICE

Le mois de l'ouïe et de la communication représente chaque année un moment clé pour l'ABC. C'est l'occasion de mettre en lumière la diversité de la parole et de rappeler qu'une communication réussie repose avant tout sur la qualité de l'écoute et la compréhension mutuelle. Cette année, nous mettons l'accent sur le bégaiement en milieu professionnel. À travers une campagne dédiée, nous diffuserons des témoignages écrits et des capsules vidéo qui illustrent les réalités, les défis, mais aussi les forces des travailleurs qui bégaiant.

Nous préparons actuellement un nouveau volet de formations destinées aux milieux scolaires et professionnels. Ce projet à venir nous permettra d'offrir des outils concrets aux organisations pour bâtir des environnements où chaque voix est respectée et valorisée.

Je tiens à saluer les initiatives inspirantes portées par les autres organismes et associations du secteur. C'est grâce à cette mobilisation collective que nous faisons progresser la sensibilisation à travers le Québec.

Merci à nos membres, aux professionnel·les et aux employeurs qui choisissent l'inclusion. Continuons ensemble à bâtir un environnement où chaque voix, a sa place, sa valeur et son impact. Parce qu'écouter, c'est avant tout respecter le rythme et la voix de chacun.



Sonia Dusseaux
Directrice générale

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

600 rue Sherbrooke Est suite 301, Montréal, Québec, Canada H2L 1K1

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

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

[f abcbegaielement1](https://www.facebook.com/abcbegaielement1)

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**

À PROPOS DU MOIS DE L'OUÏE ET DE LA COMMUNICATION

Le Mois de l'ouïe et de la communication se tient chaque année au mois de mai au Québec et dans plusieurs provinces canadiennes. Depuis au moins 2012, il est reconnu au Québec par l'**Ordre des orthophonistes et audiologistes du Québec (OOAQ)** et soutenu à l'échelle nationale par **Speech-Language & Audiology Canada (SAC)**. L'initiative a été conçue pour sensibiliser le public à l'importance de la communication, de l'écoute et de la parole, tout en valorisant la diversité des voix et des expériences.

Lors de ce mois, des campagnes, des conférences et des ateliers sont organisés pour mieux faire comprendre les réalités des personnes qui bégaiement ou qui vivent avec des troubles de la communication. L'objectif est double : **promouvoir des pratiques de communication inclusives et bienveillantes** et **briser les préjugés** afin que chacun puisse s'exprimer librement et être entendu.

À travers ces initiatives, les organismes visent à rappeler que la **parole n'est pas seulement un outil, mais un droit fondamental**. La communication est **un pont vers les autres**, en sensibilisant le public aux différentes réalités de parole et d'audition nous espérons briser l'isolement social.

Plutôt que de demander aux personnes de s'adapter seules, ce mois encourage la société à devenir plus **inclusive** en adaptant ses comportements et ses environnements pour que chacun, peu importe ses défis, puisse prendre sa place et s'impliquer activement dans la communauté.

Le Mois de l'ouïe et de la communication est ainsi l'occasion de célébrer toutes les voix et de réfléchir à la richesse de nos échanges humains.

Sources :

- [OOAQ – Mois de l'ouïe et de la communication](#)
- [SAC – Speech and Hearing Awareness Month](#)

LES INITIATIVES ET L'ENGAGEMENT DE L'ABC AU FIL DES ANNÉES

Au fil des années, l'**ABC** s'est engagé activement dans le **Mois de l'ouïe et de la communication** en développant des initiatives variées, ancrées dans les réalités des personnes qui bégaiement. Dès **2021**, l'organisme lançait, en collaboration avec l'AJBQ, une campagne de sensibilisation participative invitant la communauté à partager sa vision du bégaiement à travers le thème **« Pour moi, le bégaiement c'est... »**. ►

- Cette approche a permis de mettre de l'avant une diversité de voix et d'expériences, tout en favorisant un sentiment d'appartenance.

En **2022**, l'ABC a poursuivi sur cette lancée avec la campagne « **Pas de diversité sans dysfluidités** », qui encourageait une plus grande représentation du bégaiement dans les médias et l'espace public. Cette initiative, accompagnée d'une **pétition** et de **témoignages engagés**, visait à questionner les normes de communication et à promouvoir une société plus inclusive. Des témoignages marquants, comme celui de **Murielle**, ont souligné l'importance de voir et d'entendre des personnes qui bégaièrent dans les médias, renforçant le sentiment d'appartenance et de visibilité.



Les années suivantes ont été marquées par une diversification des actions.



En **2024**, dans le cadre du Mois de l'ouïe et de la communication, nous avons proposé une initiative immersive et humaine avec la **Bibliothèque de livres humains**. Cet événement invitait le public à rencontrer des personnes partageant leur vécu en lien avec différentes réalités de la communication, dont le bégaiement, l'aphasie, le trouble développemental du langage (TDL) et le syndrome de Tourette.

À travers des échanges directs avec ces « livres humains », les participant·e·s ont pu découvrir des parcours singuliers, poser des questions et mieux comprendre les expériences vécues. Organisé en collaboration avec plusieurs organismes partenaires, dont l'AJBQ, Autisme Montréal, Vocavie et l'Association québécoise des personnes aphasiques, cet événement gratuit s'est tenu au Chalet Robin des Bois à Montréal.

Cette initiative a permis de créer un espace de rencontre authentique, favorisant l'empathie, le dialogue et la reconnaissance de la diversité des voix et des parcours.



Plus récemment, en **2025**, la campagne « **Le bégaiement et la santé mentale, parlons-en !** » a permis d'aborder de front les liens entre communication, émotions et santé psychologique.

À travers ces initiatives, l'ABC démontre une volonté constante de **s'engager, de sensibiliser et de créer des espaces de parole authentiques**. Chaque année, le **Mois de l'ouïe et de la communication** devient ainsi une occasion de faire entendre toutes les voix, tout en contribuant à bâtir une société plus **inclusive et à l'écoute**.

“MON BÉGAIEMENT, MA VOIX AU TRAVAIL”

Un projet pour soutenir et inspirer les adultes qui bégaièrent en milieu professionnel.

Fort de son engagement constant pour faire entendre les voix des personnes qui bégaièrent, l'ABC poursuit sa mission en 2026 avec une initiative toute particulière. Après des campagnes qui ont mis en lumière la diversité des expériences, le bien-être et la représentation dans les médias, nous sommes fier.e.s de vous présenter notre campagne « Mon Bégaiement, Ma Voix au Travail », conçue pour soutenir et inspirer les adultes qui bégaièrent en milieu professionnel.

Cette campagne a pour objectif de lutter contre la stigmatisation du bégaiement en milieu de travail et de favoriser une communication plus inclusive.

Tout au long du mois de mai, des témoignages vidéo seront diffusés afin de mettre en lumière des parcours, des défis et des réussites.

Dans cette continuité, l'épisode #62 de Je-je-je Suis un Podcast intitulé “Trauma et bégaiement : au-delà des idées reçues.” permettra de d'explorer comment certaines expériences quotidiennes vécues par les personnes qui bégaièrent peuvent s'accumuler et avoir des effets comparables à un trauma complexe. Avec Steve Rondelli, psychologue, et Marie-Ève Létourneau. L'épisode sera disponible à l'écoute sur notre site et sur toutes les plateformes d'écoute.



Une soirée discussion sera également proposée le **15 mai**, offrant un espace d'échange autour du bégaiement en milieu professionnel. Ce moment permettra aux participant.e.s de partager leurs expériences, de poser des questions et d'écouter des réalités variées, dans un cadre bienveillant et ouvert.

En complément, nous vous proposons ici deux témoignages écrits, qui donnent la parole à des personnes partageant leur expérience du bégaiement dans leur vie professionnelle.

TÉMOIGNAGE

Annie Longpré, orthophoniste et adulte qui bégaille.

1. Comment décrirais-tu ton travail?

Qu'est-ce que tu fais dans une journée typique?

Je suis orthophoniste et je travaille avec une clientèle qui bégaille et qui bredouille de tout âge. Dans une journée typique, il y a une partie de mon temps qui est consacré à la préparation de mes dossiers (préparation de mes rencontres, rédaction de rapports et de plans d'intervention). Le reste du temps, je suis en rencontre (en présentiel ou en ligne) avec des personnes qui bégayaient et bredouillaient afin de leur offrir tous les outils possibles pour qu'ils se sentent mieux dans leur quotidien et parlent plus librement.



2. Qu'est-ce que le bégaiement t'apporte comme force au travail?

De manière générale, je considère que le bégaiement m'a permis de développer mon écoute, ma patience, mon empathie et une grande ouverture aux autres et aux réalités différentes que la mienne. Évidemment, dans mon travail d'orthophoniste avec d'autres personnes qui bégayaient, mon expérience personnelle me permet de véritablement comprendre la réalité de mes clients. Le fait de bégayer moi-même peut également contribuer à normaliser le bégaiement auprès des familles que je rencontre.

3. Quels conseils donnerais-tu aux personnes qui bégayaient qui commencent à travailler ou qui souhaitent avancer dans leur carrière?

Écoute ta petite voix qui te guide vers ce qui est important pour toi. Il est important de faire fi du bégaiement pour prendre nos décisions de carrière ou d'avancement professionnel. C'est tellement plus facile à dire qu'à faire, et il ne faut pas se taper sur la tête si nous prenons certaines décisions basées sur le bégaiement, mais ça vaut la peine de se demander ce qu'on veut réellement.

Faire confiance que les autres pourront être bienveillants et patients, mais surtout avoir confiance que tu as toutes les compétences qu'il te faut. Ce n'est pas parce que c'est plus long parler que tu es moins compétent qu'une autre personne.

Finalement, ce qui a été super important pour moi (mais ce n'est pas tout le monde qui ressent ce besoin), a été de divulguer et de parler de mon bégaiement aux autres (autant au travail que dans ma vie personnelle). Je me suis aperçue que le fait de le dire aux autres diminuait la pression que je me mettais par rapport à ma parole et faisait que j'étais plus confortable dans l'interaction. Cela peut également diminuer le malaise potentiel chez l'autre.

4. En parles-tu lors des entrevues d'embauche ou avec tes client-es? Si oui, comment?

Oui j'en parle d'emblée avec mes clients. Je le fais pour qu'ils ne se posent pas de question, mais également pour moi, pour me sentir mieux et pour me permettre de ne plus penser à ma parole et d'être dans le moment présent, en relation avec l'autre pour bien les écouter et comprendre leur besoin (sinon, il y a toujours une partie de moi qui pense à ma parole).

Annie Longpré

TÉMOIGNAGE

Anne Desplanches, technicienne des urgences et personne qui bégaye.

1. Comment décrirais-tu ton travail?

Qu'est-ce que tu fais dans une journée typique?

Au cours de l'été 2023, j'ai travaillé dans un centre régional de coordination des urgences. Mon rôle consistait à soutenir les opérations liées aux feux de forêt et à l'évacuation des communautés menacées dans la région du nord-ouest de la Colombie-Britannique. Concrètement, cela impliquait de recevoir et transmettre de l'information, coordonner avec différents partenaires (services d'incendie, municipalités, équipes de terrain), et contribuer à la prise de décision en temps réel.



Une journée typique était rythmée par des appels téléphoniques continus, des échanges rapides d'information et une forte pression temporelle. Il fallait être capable de traiter plusieurs informations simultanément et communiquer clairement dans un environnement souvent bruyant et exigeant.

2. Qu'est-ce qui est le plus difficile dans ton travail en lien avec le bégaiement ?

Le plus difficile pour moi fut la pression liée à la communication rapide et constante. Dans ce type d'environnement de travail, la fluidité est souvent attendue, voire associée à l'efficacité. Le fait de devoir répondre immédiatement, parfois en enchaînant les appels, a parfois rendu la prise de parole très stressante.

Cette pression s'accompagnait d'une charge mentale constante. Je n'étais jamais pleinement sereine et une grande partie de mon énergie était mobilisée pour tenter de contrôler ou masquer mon bégaiement afin de "tenir le rythme", ce qui ajoutait une fatigue émotionnelle et cognitive importante à un environnement déjà exigeant.

J'ai aussi ressenti une charge mentale importante liée à l'anticipation : la peur de bloquer, de ralentir un échange ou d'être perçue comme moins compétente.

3. Te sens-tu soutenue au travail ?

Oui, en partie. J'ai eu la chance de travailler avec des collègues bienveillants, avec qui j'ai pu créer des liens authentiques. Leur attitude a fait une réelle différence. Combiné à l'adrénaline propre à ce type de contexte opérationnel, cela m'a permis de m'adapter progressivement et même de ressentir beaucoup de plaisir et de satisfaction dans le travail accompli.

Cela dit, le soutien n'était pas forcément structuré ou explicite par le milieu professionnel lui-même. Il reposait sur des individus plutôt que sur une véritable reconnaissance des réalités liées au bégaiement ou aux différences de communication, malgré les engagements en matière d'inclusivité annoncés par l'organisation gouvernementale pour laquelle je travaillais.

4.Qu'est-ce que le bégaiement t'apporte comme force au travail ? / En quoi le bégaiement fait de toi une meilleure employée ?

Le bégaiement m'a permis de développer des compétences essentielles dans ce type de contexte d'urgence : une grande capacité d'écoute, de la rigueur dans la formulation des messages, et une attention particulière à la clarté de l'information. J'ai appris à structurer mes messages et à m'appuyer davantage sur des outils écrits pour sécuriser la transmission de l'information.

Mon bégaiement n'a jamais remis en cause ma capacité à comprendre des situations complexes, à analyser l'information, à prioriser les actions ou à travailler en collaboration avec de multiples partenaires. Cette expérience a plutôt mis en lumière le fait que l'efficacité en situation d'urgence ne repose pas uniquement sur la fluidité de la parole, mais aussi sur l'écoute, la rigueur, la clarté du contenu transmis et la capacité à rester organisée et lucide sous pression.

Plus largement, il m'a donné une forme de résilience et d'adaptabilité, mais aussi la conscience des efforts invisibles que cela implique.

5.Quels conseils donnerais-tu aux personnes qui bégaiement qui commencent à travailler ou qui veulent avancer dans leur carrière ?

Je dirais qu'il est important de ne pas réduire sa valeur professionnelle à sa manière de parler. Le bégaiement peut rendre certaines situations plus exigeantes, mais il ne définit pas les compétences. C'est aussi utile de trouver des stratégies qui fonctionnent pour soi (préparation, structuration, appui sur l'écrit), et de s'entourer de personnes bienveillantes.

Enfin, je pense que plus on prend sa place, plus on contribue à faire évoluer les représentations. Il n'est pas nécessaire d'attendre d'être "fluide" pour être légitime.

Cela étant dit, le bégaiement reste une réalité avec laquelle il faut composer au quotidien, nécessitant parfois une adaptation et une certaine énergie, avec ses moments de doute, de fatigue et de découragement qu'il est important de reconnaître.

Cette expérience m'a permis de déconstruire certaines idées reçues sur la communication en milieu d'urgence et de montrer qu'il est possible d'y contribuer pleinement, à condition que les réalités des personnes présentant des différences de communication soient reconnues, comprises et soutenues.

6.Est-ce que tu en parles / mentionnes ton bégaiement lors des entretiens d'embauche ? Si oui, comment ?

Oui, de plus en plus car c'est quelque chose que je considère important de nommer, surtout si cela peut faciliter la compréhension et ajuster les attentes.

Quand j'en parle, j'essaie de le faire simplement, sans dramatiser, en expliquant que cela peut affecter ma fluidité mais pas ma capacité à faire mon travail.

Anne Desplanches

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE 2026 DE L'ABC !

L'assemblée générale annuelle de l'ABC aura lieu en virtuel le **samedi 13 juin 2026 à 10 h**. Nous y présenterons nos états financiers ainsi que le rapport d'activités de l'année 2025. Les membres de l'ABC pourront également voter pour le nouveau conseil d'administration à l'issue de cette réunion.



Lien zoom : <https://us02web.zoom.us/j/8336498256>

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

MOTS MÊLÉS

Bégaïement au travail

Instructions : Complétez la grille avec les mots liés au bégaïement et à l'inclusion au travail. Les 10 premiers à nous envoyer une photo à info@abcbegaïement.com recevront un cadeau spécial de l'ABC !

- BÉGAÏEMENT
- COMMUNICATION
- ÉCOUTE
- DIVERSITÉ
- INCLUSION
- ACCESSIBILITÉ
- ADAPTATION
- COLLABORATION
- CONFIANCE
- MENTORAT
- TÉMOIGNAGE
- PRÉSENTATION
- INTERACTION
- SOUTIEN
- ÉMOTIONS
- STRATÉGIE
- RÉUNION
- COOPÉRATION
- PARTICIPATION
- EMPATHIE
- AUTONOMIE
- DIRIGEANCE
- OBJECTIF
- RETOUR
- INNOVATION
- ENGAGEMENT
- MOTIVATION
- PARTAGE
- APPRENTISSAGE
- CRÉATIVITÉ