



Association
bégaïement
communication

Le journal de l'Association bégaïement communication

Communiquer

Volume 45

Numéro 2

Avril 2025

La maman qui bégaie

Depuis décembre, je découvre le monde à travers tes yeux. Tu m'as donné le rôle d'une vie, le rôle d'être ta maman. Dès que j'ai su que tu étais dans le creux de mon ventre, j'ai fait la promesse solennelle de te protéger et de t'aimer de tout mon être, pour toute la vie. Ma chérie, parmi toutes les inquiétudes qui me traversent l'esprit, j'ai quelque chose d'important à te dire : maman bégaie.

Je préfère te le dire maintenant. Mon bégaïement, tu vas l'entendre souvent, autant de fois que je vais entendre le mot « maman ». Tu vas sûrement t'habituer à l'entendre, mais je t'avoue que j'ai peur. J'ai peur de te faire honte, car je bégaie. J'ai peur que tes amies se moquent de toi, car ta maman bégaie. Je sais que j'anticipe beaucoup ce qui pourrait arriver, mais cette peur est réelle.

Tu vas sûrement vouloir me ressembler. J'espère que tu hériteras de certains aspects de moi, mais, j'espère que tu ne bégaieras pas. J'ai envie que tu ne te sentes pas prisonnière de tes sons, de tes répétitions, de ta parole. J'aimerais que tu puisses te sentir libre de parler, sans avoir peur de trébucher entre deux syllabes.

J'ai peur de ne pas être à la hauteur, si tu bégaies. J'ai peur de trop vouloir t'aider comme de ne pas assez de te soutenir. J'ai peur que le bégaïement prenne trop de place dans ta vie. J'ai peur que les autres te blessent comme j'ai été blessée.

Ma chérie, maman bégaie. Maman a peur que le bégaïement devienne ta bête noire, même s'il ne t'affecte pas directement. Maman sera toujours là, prête à être ton alliée si tu bégaies et, dans tous les cas, prête à t'apprendre à accepter les différences.

MARIKA DUROCHER
Vice-présidente de l'ABC



Journal Communiquer

ISSN 1183-0603

Coordination
Audrey Bigras

Mise en pages
Elise Beaudry

Impression
Le Communicateur
Imprimeur

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 œuvre 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 œuvre à des fins commerciales.



Association
bégaïement
communication

Association bégaïement communication

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

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

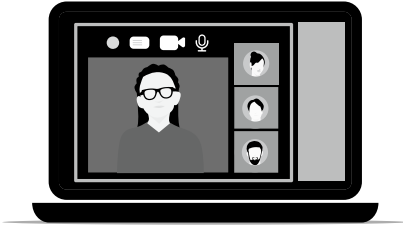
Courriel : info@abcbeigaement.com / www.abcbeigaement.com

[f abcbeigaement1](https://www.facebook.com/abcbeigaement1) / [@ABCbeigaement](https://www.instagram.com/ABCbeigaement)

Organisme de charité #120278609 RR0001

Administrateurs 2024 / 2025

Présidente **Audrey Bigras** / Vice-président, affaires externes **Denis Hamel** /
Vice-présidente, affaires internes **Marika Durocher** / Trésorière **Myriam Fauteux** /
Secrétaire **Nathalie Faucher**



Prochaines soirées-discussions : un espace d'échange et de partage

L'ABC vous invite à ses **prochaines soirées discussions**, qui auront lieu les **14 mai et 11 juin à 19h**, en format **virtuel**.

Ces rencontres sont l'occasion idéale pour échanger dans un cadre bienveillant sur le bégaiement, partager son vécu et écouter les expériences des autres. Il n'est pas nécessaire de prendre la parole : vous pouvez simplement écouter si vous le souhaitez.

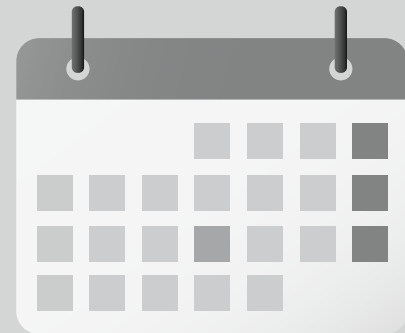
Que vous soyez une personne qui bégaié, un proche ou simplement curieux d'en apprendre plus, ces soirées offrent un moment de discussion libre où chacun peut s'exprimer en toute confiance, sans crainte du jugement.

Le lien Zoom est disponible sur notre site web ainsi que sur nos réseaux sociaux.

Rejoignez-nous pour ces moments enrichissants où le soutien et la compréhension sont au cœur des échanges. **Nous avons hâte de vous y retrouver !**

Campagne de sensibilisation

Dans le cadre du *Mois de l'ouïe et de la communication*, l'ABC est fière de lancer sa campagne « Le bégaiement et la santé mentale, parlons-en ! », qui se déroulera tout au long du mois de mai. Le bégaiement ne se limite pas aux mots, il peut avoir un impact profond sur la confiance en soi, l'anxiété sociale et le bien-être mental. C'est pourquoi, à travers cette campagne, nous souhaitons ouvrir le dialogue sur cette réalité. Durant le mois, plusieurs témoignages de membres seront partagés pour illustrer les défis quotidiens liés au bégaiement et l'impact qu'ils peuvent avoir sur la santé mentale. Pour clore la campagne, une conférence viendra approfondir le sujet en mettant en lumière les effets psychologiques du bégaiement et l'importance du soutien et de l'acceptation. Parce qu'il est essentiel d'en parler, nous vous invitons à suivre cette campagne et à vous joindre à nous pour faire entendre nos voix. Restez à l'affût pour plus d'informations sur les dates et les intervenants de la conférence !



Nomination de Sonia Dusseaux au poste de directrice générale de l'ABC

Depuis le 1^{er} avril 2025, Sonia Dusseaux, qui occupait depuis quelques années le poste de coordonnatrice responsable – administration et projets à l'ABC, y occupe maintenant le poste de directrice générale.

M^{me} Dusseaux est une personne-ressource importante à l'ABC et elle connaît très bien l'association. Elle s'occupe déjà du développement, des finances et de la gestion de l'association tout en assurant le suivi des nombreux projets. Cette promotion s'inscrit dans la continuité de son rôle qu'elle assume déjà avec brio.

Félicitations Sonia ! Le conseil d'administration se réjouit de collaborer avec toi.

AUDREY BIGRAS
Présidente du conseil d'administration

Invitation à l'Assemblée générale annuelle de l'ABC

L'ABC tiendra son Assemblée générale annuelle (AGA) le samedi 7 juin 2025, à 10 heures, en ligne, sur la plateforme Zoom.

Si vous êtes membre, une invitation ainsi qu'un formulaire de procuration vous a été envoyé par la poste ou par courriel ou vous sera envoyé prochainement. Rappelons que tous et toutes sont invité.e.s à assister à l'AGA, mais seuls les membres en règle de l'Association ont droit de vote et peuvent soumettre leur candidature pour l'un des cinq postes au sein du conseil d'administration.

L'Assemblée générale annuelle est l'occasion, tous les ans, de faire le point sur l'ensemble des réalisations de l'ABC depuis la dernière année, de présenter un bilan financier, ainsi que les projets en développement pour la prochaine année. Les membres du conseil d'administration pour l'année 2025-2026 y seront également élu.e.s.

Nous espérons vous y voir en grand nombre !



AUDREY BIGRAS

Présidente du conseil d'administration

À la découverte de « Dans la Peau de Cyrano »

Le 7 mars dernier, Cindy Jourson et Sonia Dusseaux, employées de l'ABC, ont eu le privilège d'assister à l'avant-première du film **Dans la Peau de Cyrano**. Ce film aborde avec sensibilité les thèmes de la différence, de l'acceptation de soi et du regard des autres, des sujets qui résonnent particulièrement auprès des personnes qui bégaiement. Cindy et Sonia ont été profondément touchées par cette œuvre inspirante, qui met en lumière l'importance de s'affirmer avec ses particularités. Elles ont adoré la justesse du message et la performance des acteurs, notamment celle de l'acteur incarnant Colin, qui bégaiement lui-même et apporte une authenticité saisissante à son rôle. Le film, qui prendra l'affiche à partir du 28 mars, offre une belle réflexion sur la confiance en soi et la résilience. Une découverte cinématographique marquante, qui rappelle que chacun mérite d'être entendu et compris !



Plonger dans les archives pour mieux penser l'avenir : retour sur une soirée **Cadavre exquis** consacrée au bégaiement

En tant qu'étudiante au doctorat en sciences de l'orthophonie, je m'intéresse depuis plusieurs années à la question de la représentation du bégaiement dans l'espace public. Je suis donc extrêmement heureuse de co-diriger à un projet qui me tient à cœur : Voix et Médias, une programmation d'événements qui visent à réfléchir collectivement à la représentation du bégaiement et d'autres différences communicationnelles dans les médias.

Cette programmation est rendue possible grâce à une **subvention Connexion du CRSH**, obtenue en collaboration avec le **LABO IV (Laboratoire d'innovation en orthophonie)**, le **laboratoire CinéMédias** de l'Université de Montréal, ainsi que plusieurs partenaires clés, dont **l'ABC**, à qui je tiens à exprimer ma reconnaissance pour son engagement dans le projet.

Bien que la programmation soit officiellement prévue pour plus tard en 2025, une belle occasion s'est présentée plus tôt que prévu : une collaboration avec l'initiative **Cadavre exquis**, portée par **André Habib**, professeur en études cinématographiques à l'Université de Montréal. Cadavre exquis propose des soirées de projection qui visent à revaloriser une **collection de films scientifiques sur pellicule 16 mm**, conservée à l'Université de Montréal.

À notre grande surprise, **trois films sur le bégaiement** faisaient partie de cette collection. Nous avons donc décidé d'en faire une soirée thématique, qui a eu lieu le 1er avril dernier, et qui a marqué le **lancement officiel de Voix et Médias**.

Plonger dans ces films des années 1960 et 1970 m'a beaucoup émue. Voir comment le bégaiement était représenté dans ces

Cycle de projections-discussions

cadavre exquis #6 'en bégayant'

Films projetés

- SSSSSSStuttering and your child: is it me? is it you? (Gene Starbucker / 1976)
- Laryngeal behaviors associated with stuttering (Edward Conture / 1977)
- Survey of children's speech disorder (Duane R. Van Demark / 1968)

1^{er} avril 2025 / 18h
Pavillon Lionel-Groulx / salle C-3061



documents d'archives m'a permis de réfléchir à la manière dont nos perceptions ont évolué — et parfois, aussi, à ce qui n'a pas changé. Cette exploration des archives, c'est une façon de « regarder en arrière pour mieux savoir où on va », comme on le dit si bien.

La projection a été suivie d'un **panel de discussion** auquel j'ai eu le privilège de participer aux côtés d'**Ingrid Verduyck** (professeure en orthophonie), **André Habib** (professeur en cinéma) et **Félix-Antoine Carignan**, membre de l'ABC.

Nous avons échangé avec un public d'environ **trente personnes**, composé de personnes provenant des milieux du cinéma, de l'orthophonie, de l'enseignement, de la recherche et de la communauté. Cet espace de dialogue a été, à mes yeux, d'une richesse précieuse. Les regards croisés entre disciplines ont permis de faire émerger des réflexions stimulantes sur les enjeux de représentation, sur le rôle des médias, et sur la place du bégaiement dans notre imaginaire collectif.

Ce n'est que le début !

D'autres événements sont à venir dans le cadre de la programmation Voix et Médias, et **l'ABC est un-e partenaire essentiel-le** de cette démarche. Le moment fort de la programmation se tiendra en **novembre 2025 à Montréal**, sous la forme d'un **colloque-festival** entièrement dédié à la **représentation du bégaiement et d'autres différences communicationnelles dans les médias**. Les dates seront confirmées sous peu, et nous espérons vous y voir en grand nombre.

En attendant, je vous invite à rester à l'affût des prochaines annonces et à suivre le développement du projet sur les différentes plateformes à venir. Merci encore à l'ABC pour sa confiance et son engagement.

À très bientôt !

GENEVIÈVE LAMOUREUX
Orthophoniste et doctorante en sciences de l'orthophonie
Collaboratrice à l'ABC



Top 5 : mes « pires » expériences de prise de parole en public!

Note : les propos n'engagent que moi et ne reflètent que mon expérience personnelle

Au cours des dernières années, j'ai eu l'occasion, à de nombreuses reprises et dans divers contextes, de faire des prises de parole en public. D'ailleurs, c'est un peu grâce à l'ABC que j'ai pu acquérir autant de confiance en moi dans mes prises de paroles en public, même si je bégaié, et j'en suis vraiment reconnaissante.

Question de rire un peu de moi-même, j'avais envie de vous raconter cinq expériences de prise de parole en public qui m'ont marquée à travers le temps, mais peut-être pas pour les bonnes raisons (je vous rassure, je ne suis pas traumatisée, sauf peut-être par la dernière...).

Suivez-moi !

5-Un podcast pandémie

J'ai participé à des balados à quelques reprises dans ma vie. Une fois, j'ai été approchée pour participer à un épisode de podcast. Cependant, il n'y avait pas de plan, pas d'ordre du jour, pas de listes de sujets à aborder. Cette incertitude sur le déroulement de la discussion a été déstabilisante pour moi. Et j'étais déjà terrorisée à l'idée d'immortaliser ma performance ad

vitam aeternam sans possibilité de me reprendre, pendant un contexte de pandémie dans lequel webinaires en ligne, présentations par Zoom et archivage éternel sur les réseaux sociaux étaient la norme. Après l'enregistrement, je ruminais, suranalysais et décortiquais ma performance, envahie par le stress et j'étais tellement rongée par l'anxiété que j'étais épuisée, et je suis allée me coucher en plein après-midi alors qu'il faisait beau dehors.

► 4-Quatre points et une Cote R

Au cégep, une vingtaine d'années plus tôt, ma Cote R me rendait anxieuse. En effet, la Cote R délimite les programmes et les universités qui te sont accessibles, en te positionnant face à ton groupe-classe. Bref, quand tu as 18 ans, elle détermine littéralement ton avenir. Je me rappelle d'un exposé oral dans un cours de psychologie dans lequel j'avais une note de 83, mais la moyenne du groupe était de 87. J'ai longtemps été convaincue que c'était à cause de mon bégaiement. Ces quatre points d'écart m'ont longtemps hantée, et j'avais tout fait pour les rattraper ailleurs (examens, travaux d'équipe, etc.), au nom de ma sacro-sainte Cote R que j'ai tant voulu protéger, et de ma soif de m'ouvrir le plus de portes possibles à l'université.

3- Le poids de l'échec

Toujours dans mes années de cégep, j'ai déjà échoué un exposé oral de français, même si j'excellais dans cette matière. Et cette fois, j'étais positionnée plus d'une vingtaine de points sous la moyenne de la classe. J'avais été tellement déçue de moi-même : non seulement j'avais beaucoup bégayé cette fois-là (mon principal indicateur pour être insatisfaite d'une présentation orale à l'époque), mais j'avais fait l'effort suprême d'aller présenter un exposé oral sur une règle de grammaire, pour finir avec une note avoisinant le 55%.

Ça fait mal.

2-Zoom, Zoom et encore Zoom

Juste avant de commencer ma présentation, je voulais vous dire que j'ai un bégaiement, alors, si vous entendez des blocages, ne vous en faites pas, ce n'est pas votre connexion wifi qui coupe (silence).

Pince-sans-rire, je récitais mon script d'ouverture devant un damier de visages sur Zoom au début d'une présentation scientifique. Pendant mes années sur Zoom (allo la pandémie!), j'ai tellement récité cette phrase qu'à la fin du 5^e reconfinement, je ne me trouvais aucunement drôle. La seule façon de m'en tirer était de m'imaginer mentalement que c'était un personnage extérieur à moi-même qui débitait ce texte. Et je ne voyais pas les réactions des gens. Sur une mosaïque Zoom de 150 personnes avec leurs initiales sur les carreaux ou des caméras fermées, il est impossible d'avoir accès au langage non-verbal de l'auditoire. Est-ce que les gens souriaient, riaient, avaient un air amical, flattaient leur chat ou écoutaient des séries Netflix dans une autre fenêtre ? Je ne sais pas. Sans compter qu'on ne voit pas tout le monde si l'on est en mode partage d'un Powerpoint.

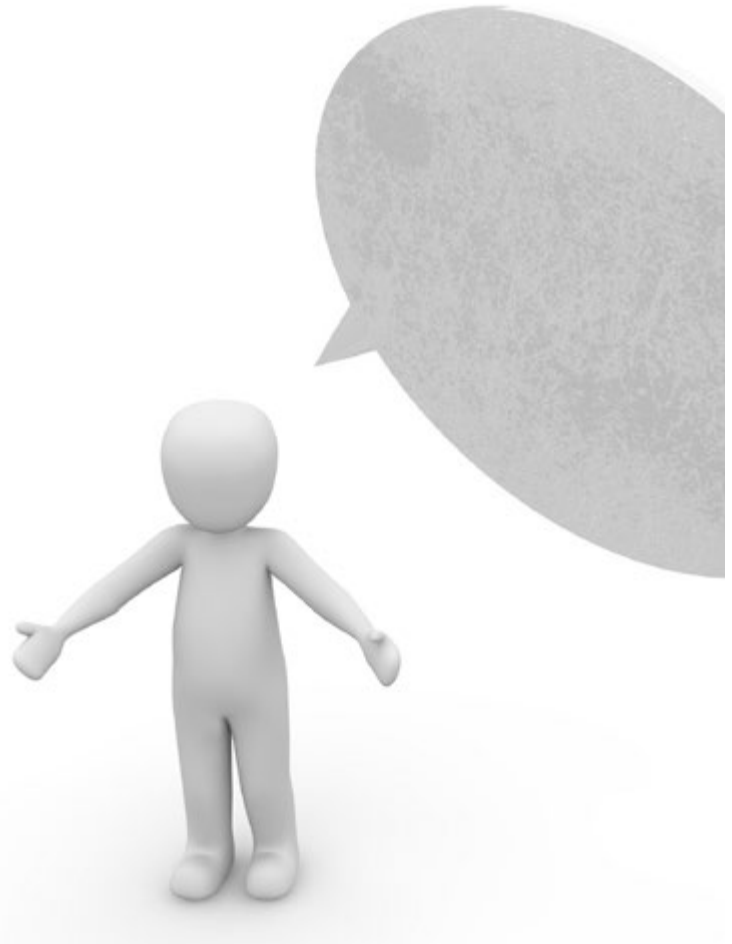
Je m'ennuyais du présentiel, quand je pouvais détecter le langage corporel des gens.

Par contre, cette réplique d'introduction m'a sauvé la vie bien des fois sur Zoom. Il m'arrive encore souvent de la dire : elle me colle à la peau.

1-Des pleurs, du chant et encore des pleurs

En 2022, je participais à un panel dans un colloque en innovation. J'ai annoncé mon bégaiement en début de présentation, comme je le fais souvent. La pince-sans-rire de l'an dernier s'était métamorphosée en panéliste enflammée, enthousiaste et pétillante. Ah, le fameux retour à la « normale » et aux événements en présentiel, après la pandémie, comme c'était énergisant !

Juste à ce moment, un auditeur assis au premier rang se mit à verser discrètement des larmes en se cachant derrière la manche de son veston. J'étais soudainement déroutée par sa réaction : je viens d'annoncer que j'ai un bégaiement, pas que j'ai une maladie grave ou que je suis à l'article de la mort. Mais pourquoi pleurait-il à ce moment précis ? A-t-il appris, par hasard, une mauvaise nouvelle juste avant que je commence à parler ? Peut-être que sa belle-soeur a perdu son emploi, ou que l'ami du voisin de son cousin a eu un accident d'auto ? J'en doute,



cela aurait fait trop de coïncidences...Finalement, je suis passée à travers ma présentation en déduisant que par le simple fait d'avoir annoncé mon bégaiement, j'étais responsable d'avoir tiré des larmes à un homme ayant le double de mon âge pendant un congrès réunissant des gens sérieux et professionnels, et en réalisant que je n'avais pas envie de porter le poids de cette responsabilité-là toute seule. Ne me faites pas le coup de la poussière dans l'œil.

Après la fin des conférences, j'ai mis mon manteau, pris ma valise et me suis dirigée vers le lobby de l'hôtel pour prendre un taxi.

Deux participants que je ne connaissais ni d'Ève ni d'Adam m'ont reconnue et se sont approchés de moi pour entamer une conversation un peu trop orientée solutions.

Hey, est-ce que tu bégaias quand tu chantes ? La prochaine fois, as-tu déjà pensé à essayer de chanter ta présentation, comme si tu jouais dans une comédie musicale ! Ha ! Ha ! Ha !

J'ai fini moi-même en pleurs dans le train qui me ramenait à Montréal.

Finalement, j'étais mieux en Zoom. C'est plus froid, certes, mais pas de larmes (ou de conseils non-sollicités) à gérer. Je n'avais pas d'énergie pour ça.

Heureusement, j'ai vécu aussi de très belles expériences de prises de parole en public, avec mon bégaiement ! Ce sera pour une suite...

Et vous, aimez-vous la prise de parole en public ? Annoncez-vous votre bégaiement à l'auditoire ? Quelles ont été vos pires et vos meilleures expériences ?

La matière et le langage : traduire le bégaiement en art

Dans ce second texte, je poursuis aujourd'hui ma chronique sur le projet « Les Textures du Discours » en explorant les liens que je vois entre la matière, le langage et l'expression du bégaiement, pour ce faire, je vais vous plonger au cœur de ma démarche artistique.

Quand j'ai commencé à réfléchir à *Les Textures du Discours*, je me suis demandé comment je pouvais traduire en art une expérience aussi intime et impalpable que le bégaiement. Comment rendre visible ce qui, avant tout, est ressenti de l'intérieur ? Comment faire percevoir ce que c'est que de chercher ses mots, d'être interrompue, de devoir s'adapter en permanence à une parole qui suit un rythme imprévisible ?

C'est dans cette réflexion que le papier et le fil de papier se sont imposés à moi. Ces matériaux ont une richesse symbolique qui résonne avec mon vécu du langage : ils sont fragiles et résistants à la fois, souples mais marqués par le geste, comme la voix qui se construit malgré les obstacles.

Le papier, en particulier, me fascine par sa capacité à garder une trace. Chaque pli, chaque découpe, chaque superposition raconte une histoire. Il peut être fluide ou s'accrocher, se froisser, se déchirer, comme un discours qui hésite, qui trébuche avant de trouver son chemin. Travailler cette matière me permet d'explorer visuellement ce qui, dans la parole, est souvent invisible : la texture du langage, les pauses, les répétitions, le silence qui s'étire.

Le fil de papier, lui, m'évoque le lien et la tension qui existent dans la communication. Une phrase peut être continue ou interrompue, tendue ou relâchée. En tissant, en nouant, en suspendant ces fils, je cherche à traduire ce mouvement entre fluidité et rupture, entre parole retenue et parole libérée.

Mais au-delà du papier et du fil, je veux aussi explorer d'autres dimensions du langage, notamment le son. Comment faire entendre ce qui n'est pas toujours perçu par ceux qui ne vivent pas le bégaiement ? Comment mettre en avant le rythme particulier d'une parole qui hésite, qui s'étire, qui se répète avant de trouver son équilibre ? L'idée d'intégrer le son dans mes œuvres est encore en réflexion, mais elle m'inspire beaucoup.

Je réfléchis aussi à l'utilisation de la lumière et du mouvement, car le bégaiement n'est pas figé, il évolue constamment. Certains jours, la parole circule librement, d'autres, elle se heurte à des obstacles. J'aimerais explorer ces variations en jouant avec des éléments interactifs qui pourraient amplifier cette dimension vivante du langage.

Ce projet est encore en phase d'exploration, mais il me permet déjà de repenser ma propre expérience du bégaiement sous un angle artistique. Il m'offre un espace pour transformer en images et en matières quelque chose d'intangible mais pourtant bien réel. J'ai hâte de voir comment ces idées vont évoluer et prendre forme au fil du processus.

Je vous partagerai mes avancées dans les prochains mois et j'espère que ce projet pourra ouvrir un dialogue sur le bégaiement, au-delà des mots.

À bientôt pour la suite !

NATHALIE FAUCHER
Secrétaire du conseil d'administration de l'ABC
et artiste en arts visuels

De nouveaux slogans pour l'ABC!

Au cours des dernières semaines, l'ABC a lancé un concours auprès de ses membres pour dénicher de nouveaux slogans. Par la suite, les membres ont eu l'occasion de voter pour leurs slogans préférés. Ces slogans seront réutilisés par la suite sur des objets promotionnels de l'ABC. Restez à l'affût pour en savoir plus!

Les slogans qui ont eu le plus grand nombre de votes sont les suivants :

Le bégaiement
à son meilleur!

Pas besoin d'être fluide
pour être entendu

L'important
c'est que l'on se parle!

Chaque voix
a son histoire

Chaque voix compte,
tu as ma parole

Merci à toutes et à tous d'avoir participé en grand nombre à ce concours!

