

400, av. Laurier Ouest  
Bureau 403  
Montréal (Qc) H2V 2K7



## සහනසහනසහනසහනසහනසහන

Pour commencer le premier bulletin de 2017, nous voulons remercier tous nos membres qui nous ont fait parvenir des vœux pour la nouvelle année. Nous vous partageons ici une illustration créée par des membres qui œuvrent activement comme bénévoles au sein de l'AQDM, Céline Fortin et Pierre Mourey.



## සහනසහනසහනසහනසහනසහන

# *Souhaits pour 2017*

Chers membres de l'AQDM,

À l'AQDM, c'est avec optimisme et confiance que nous accueillons l'année 2017. En effet, l'année 2016 a vu la réalisation de nombreux projets et notre assemblée générale à Québec a accueilli près de 400 membres de partout dans la province de Québec. C'est un record qui témoigne de la vitalité de notre Association et des services qu'elle rend à la population. Ces services je les résumerais en deux phrases : « qualité de la vue » et « qualité de la vie ».

Tous ceux qui sont touchés par la dégénérescence maculaire et leurs aidants savent à quel point qualité de la vie et qualité de la vue sont intimement liées. C'est la raison pour laquelle la mission de l'AQDM consiste non seulement à aider ses membres en les tenant informés des progrès médicaux qui peuvent leur venir en aide, mais aussi d'organiser des activités sociales qui favorisent l'entraide, la solidarité et le partage. Ainsi, nous pouvons mieux faire face, composer et vivre avec la dégénérescence maculaire. L'un des exemples les plus éloquents, et non le seul, est que certains de nos membres, sensibilisés à l'utilisation des tablettes électroniques, reprennent goût à la lecture, forment des clubs de lecture et renouent avec ce passe-temps.

J'aimerais aussi souligner le travail remarquable des comités régionaux qui organisent des activités d'information et créent des opportunités pour que nos membres puissent socialiser entre eux et partager. Devant le succès des comités régionaux déjà bien implantés, la création de comités régionaux additionnels demeure l'un des objectifs importants de l'AQDM.

Naturellement, tout ceci ne serait pas possible sans le dynamisme et le bénévolat de nos membres les plus actifs. Au nom du conseil d'administration, j'aimerais les remercier tout particulièrement. Le bien-être et le bonheur que vous procurez ont une valeur inestimable. Soyez-en chaudement remerciés.

À vous tous, membres, bénévoles, employés de l'AQDM, je souhaite une heureuse année 2017. Continuons à œuvrer ensemble pour améliorer les conditions de vie de tous et surtout, prenons la résolution en 2017 de faire connaître l'AQDM aux personnes atteintes de la dégénérescence maculaire qui ignorent encore l'existence de notre Association. Nous sommes là pour les accueillir.

En mon nom et au nom des membres du conseil d'administration, je souhaite à tous une bonne et heureuse année 2017 !

Dany Laveault  
Président du conseil d'administration de l'AQDM



## **Les bulletins en version sonore**



Il est possible d'obtenir une lecture sonore de nos bulletins. Pour ce faire, vous n'avez qu'à vous rendre sur notre site Internet au <http://www.aqdm.org> et cliquer sur l'onglet « Documentation » dans le volet gauche de l'écran. Appuyez ensuite sur « Bulletin ». Pour chaque bulletin d'information, vous pouvez l'écouter en appuyant sur le symbole de lecture. Il est possible aussi de le lire simultanément en cliquant ensuite sur la version PDF.



## L'œil bionique : de la fiction à la réalité

Des personnes complètement aveugles ont pu discerner des ombres et des lignes de fuite à la suite de l'implantation d'une puce électronique sous la rétine, l'Argus II.

Au Québec, la première intervention a eu lieu à l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont à Montréal, en septembre 2015, par le Dr Flavio Rezende, chirurgien de la rétine. Le Dr Rezende était présent à notre dernière assemblée générale. Il a expliqué que l'Argus II était constitué d'un ordinateur de poche relié à une caméra installée sur une monture de lunettes. L'ordinateur traite l'image qui est envoyée sans fil à la puce électronique qui remplace la macula, cette partie de la rétine responsable de la vision centrale. Actuellement, l'implant est destiné aux personnes presque totalement aveugles. La recherche se poursuit pour améliorer la performance et permettre aux personnes atteintes de DMLA de recevoir un implant.



D'autres recherches sont également prometteuses, dont celles du Dr Gilbert Bernier, du même hôpital, sur les cellules souches. Le Dr Rezende a aussi parlé d'une recherche qui démontre qu'il y a des photorécepteurs de la vision périphérique qui ont les mêmes caractéristiques que ceux de la macula. Il serait donc possible dans un avenir rapproché de pratiquer une greffe avec ses propres cellules avec l'avantage d'éviter un rejet. Notons aussi qu'il y a une recherche pour trouver un anti-inflammatoire qui permettrait d'arrêter une dégénérescence maculaire dès le début d'une apparition de drusens, ces dépôts de lipides sur la rétine qui cause la DMLA. Cela éviterait également une évolution de la DMLA vers une forme humide.

## Lire son journal sur une tablette

De nos jours, il est de plus en plus commun de s'informer principalement grâce à une tablette de type iPad. En quelques clics, on peut consulter des journaux de partout dans le monde et avoir accès aux nouvelles du jour.



Bien sûr, les quotidiens ont presque tous un site web qu'il est possible de consulter pour connaître l'actualité, mais certains d'entre eux ont aussi développé une application spécifique qui permet d'utiliser pleinement les propriétés de la tablette et de son écran tactile. Au Québec, un des chefs de file à ce niveau est le journal La Presse avec son application **La Presse+**.

Les applications de journaux locaux, nationaux et internationaux peuvent toutes être téléchargées dans l'« App Store ». Plusieurs de ces applis sont gratuites et présentent de la publicité, modèle utilisé par La Presse+. Certaines autres, comme Le Devoir, offrent quelques articles gratuits par mois, et seuls les abonnés peuvent consulter le contenu en entier. Finalement, Le Journal de Montréal et d'autres quotidiens requièrent un abonnement payant pour donner accès au contenu de l'application. Ces informations seront clairement indiquées avant de télécharger l'application.

La première fois qu'on utilise une application comme La Presse+, le fonctionnement est expliqué étape par étape, et nous apprend comment utiliser l'interface et comment l'adapter à nos besoins.



## Enrichir votre tablette

Les tablettes sont en quelque sorte un ordinateur tactile simplifié, facile d'utilisation pour la basse vision. Il y a des logiciels préinstallés et d'autres qu'il est possible de télécharger. Voici un exemple d'une application avec le iPad qui permet de vous abonner gratuitement à « La Presse+ ». Ce qu'il faut faire :

**1**— Dans la page d'accueil du iPad, touchez l'icône « App Store ».

**2**— Plusieurs applications apparaissent. En haut, à droite, il y a une petite fenêtre de recherche. Tapez « La presse plus » et « search »

**3**— L'application « La Presse + » apparaît en haut à gauche. À droite du logo « La Presse+ », il y a un rectangle « obtenir ». Touchez « obtenir » qui deviendra « installer ».

**4**— Touchez « installer ». On va demander votre mot de passe de votre identifiant Apple. Une fois complété, activez « ouvrir ».

**5**— Dans l'application qui apparaît, il y a « Abonnez gratuitement ». Activez. L'icône est maintenant installée sur votre page d'accueil et vous pourrez l'activer tous les jours pour avoir vos nouvelles quotidiennes.



La Presse+

La Presse, Itée

Editors' Choice

★★★★★ (96)

OBTENIR

Achats intégrés

---

## Emprunt de document numérique à BAnQ

Bibliothèque et Archives nationales du Québec (BAnQ) offre un service de prêts de documents numériques à tous les résidents du Québec. Il est donc possible d'emprunter un roman, un récit historique, une revue scientifique, un livre de recettes, une bande dessinée et même un livre audio sans quitter le confort de sa demeure.

Pour avoir accès à ces documents, il faut être abonné à la bibliothèque. L'abonnement peut se faire facilement par internet en suivant ce lien : <https://www.banq.qc.ca/formulaires/abonnement/index.html>.

Pour trouver un livre, on se dirige sur une des plateformes en ligne partenaire de BAnQ. Par exemple, la plateforme [pretnumerique.ca](http://pretnumerique.ca) offre une sélection de romans et d'essais québécois et européens principalement en français.

L'application *Bluefire Reader* permet de lire les livres empruntés directement sur votre iPad. Vous pouvez adapter l'affichage du texte, changer la police de caractère et l'espacement, ajuster la luminosité et la couleur du texte et du fond. Le tout permet une lecture agréable et quand on prend une pause, il est très simple d'insérer un signet numérique pour reprendre le livre là où on l'a laissé.

Les documents numériques prêtés par la bibliothèque, comme les documents physiques, sont disponibles en quantité limitée et prêtés pour une durée déterminée. Une fois qu'on a fini de lire, on peut faire le retour du document manuellement, et si on ne le fait pas, le document sera automatiquement retourné après 21 jours.

**BAnQ**  
NUMÉRIQUE

---



## Faites un don!

L'AQDM est un organisme à but non lucratif. Elle regroupe les personnes atteintes de dégénérescence maculaire et leurs aidants naturels, les informe, apporte son soutien et les représente auprès des organismes ou instances en santé. L'Association mène également des campagnes de prévention auprès du public. Votre contribution est importante pour que nous puissions remplir notre mission. L'AQDM est accréditée comme organisme de charité et peut délivrer des reçus aux fins d'impôts.

Veuillez libeller votre chèque à l'ordre de L'AQDM, et l'envoyer par la poste à cette adresse:

### **AQDM**

400, avenue Laurier Ouest, Bureau 403  
Montréal (Québec) H2V 2K7

Voici les informations à inclure avec l'envoi:



Nom \_\_\_\_\_ Prénom \_\_\_\_\_  
Adresse \_\_\_\_\_ App. \_\_\_\_\_  
Ville \_\_\_\_\_ Code postal \_\_\_\_\_  
Tél. \_\_\_\_\_ Courriel \_\_\_\_\_  
Montant \_\_\_\_\_ \$ Date \_\_\_\_\_  
Désire un reçu aux fins d'impôt: Oui ( ) Non ( )

*L'Agence du Revenu du Canada exige que l'adresse personnelle du donateur apparaisse sur le reçu pour don de charité.*