

Conseil d'administration

Annette Giguère, présidente

Louise Lessard, vice-présidente

Brigitte Guay, secrétaire

Lorette Roy, trésorière

Lise Jacques, vice-présidente à l'accompagnement

Louise Lessard, vice-présidente à la formation

Jean Gagnon, vice-président aux communications

Mario Sirois, vice-président à la gestion des risques et à la sélection des bénévoles

Gabrielle Bélanger, administratrice

Cendrine Cartegnie, administratrice

9248, boul. du Centre-Hospitalier
Lévis (Québec) G6X 3M5

418 832-9992, poste 353
albatroslevis@hotmail.com
albatroslevis.com

Mot de la présidente

En ce mois de septembre 2023, je suis enthousiaste d'écrire ce mot, tout à fait spécial, considérant le tournant majeur dans la vie d'Albatros Lévis. Tout d'abord, un peu d'histoire : on recule aussi loin qu'en 1980, alors que sœur Pearl Berg donne vie au Mouvement Albatros avec la création d'une formation de 45 heures sur l'accompagnement des personnes atteintes d'une maladie grave. Puis c'est en 1989 que sœur Berg, aidée de sœur Lucie Dugas, donne la première formation à une vingtaine de personnes de Charny. Dès l'année suivante, en 1990, à partir de souhaits de personnes de la communauté, la cellule Albatros Charny est créée, sous la responsabilité de sœur Madeleine Gagnon. Les locaux d'Albatros étaient alors au Centre hospitalier de Charny. En 2006, avec l'aide de sœur Lucie Dugas, Albatros Charny déménage dans les locaux de Demeure au Cœur de Marie, où il y est toujours.



En 2010, la cellule Albatros Charny devient un organisme de bienfaisance et prend le nom d'Albatros Lévis. En 2014, la formation de 45 heures passe à 36 heures. À cette époque, on offre aussi une formation de 18 heures aux bénévoles, intervenantes et intervenants œuvrant en milieu de soins palliatifs du grand Lévis. En 2013, on met en place des rencontres d'échange et de partage. Débute aussi la publication de notre infolettre. En 2015, nous commençons la publication de chroniques mensuelles dans *Le Journal de Lévis*. En 2017, il y a signature d'un protocole d'entente tripartite avec le Centre intégré de santé et de services sociaux de Chaudière-Appalaches, l'Association des auxiliaires bénévoles de l'Hôtel-Dieu de Lévis et Albatros Lévis. En 2019, Albatros Lévis apparaît sur les réseaux sociaux avec la création de sa page Facebook.

Entre 2021 et 2023, l'image d'Albatros Lévis est entièrement revue, le site Web est entièrement refait, une planification stratégique est adoptée et débouchera sur l'embauche d'une adjointe administrative en mars 2023, M^{me} Rosalie Huot, et le 14 août dernier, d'une directrice générale, M^{me} Sarah Gauvin.

Prenez note que les quatre comités du CA (coordination à l'accompagnement, formation, communication et gestion des risques et sélection des bénévoles) sont maintenus en place. Ils seront un riche appui à la directrice générale, qui se verra transférer graduellement plusieurs des responsabilités de ces comités. Prenez note également que les services d'accompagnement et de répit sont toujours offerts en toute gratuité à la population et aux proches aidants de personnes accompagnées, à l'endroit où ces dernières demeurent (domicile, centre hospitalier, CHSLD, résidence pour aînés ou maison de soins palliatifs).

Après 33 ans d'administration par une équipe de bénévoles passionnés, une nouvelle page de l'histoire d'Albatros Lévis est en train de s'écrire!

Annette Giguère

Entre nous



Ce mois-ci, nous vous présentons notre première directrice générale : Sarah Gauvin. Âgée de 31 ans, Sarah est née à Beaumont d'une mère infirmière et d'un père mécanicien de machinerie lourde. Elle est l'aînée de ses deux sœurs. À l'âge où l'on réfléchit à ce que l'on veut faire dans la vie, Sarah songe à la psychologie.

Finalement, elle obtiendra un diplôme en techniques de travail social au cégep de Lévis-Lauzon.

Ses études terminées, Sarah sera intervenante psychosociale au centre la Barre du jour, à Saint-Gervais, de 2014 à 2019, auprès d'une clientèle ayant des troubles de santé mentale. Elle devient alors intervenante responsable du répit bénévole au Service d'entraide de Breakeyville. Elle est par la suite promue coordonnatrice du service de répit, pour finalement devenir la directrice de ce service d'entraide jusqu'à ce qu'elle se joigne à l'équipe d'Albatros Lévis. Sarah est mariée depuis deux ans à Dave, un chauffeur d'autobus du Réseau de transport de la Capitale. Ils habitent Charny depuis un an avec leurs trois chats et leur chien.

Pourquoi Sarah s'est-elle jointe à Albatros Lévis? Selon elle, la vie a mis cette opportunité sur son chemin. Elle a entendu parler de l'offre d'emploi alors qu'elle connaissait Albatros Lévis pour en avoir entendu parler souvent. Elle trouvait sa mission belle. L'épreuve de la pandémie lui a donné les outils qui lui ont permis de faire le saut. Elle avoue que le monde des soins palliatifs et de l'accompagnement des personnes en fin

de vie lui est inconnu, mais elle trouve cet univers fascinant.

Arrivée depuis seulement le 14 août dernier, Sarah voit ainsi, pour l'instant, sa contribution à Albatros Lévis : se donner à 120 % afin de contribuer à consolider et à développer l'organisme en fonction des orientations entérinées par le CA. Elle veut aussi faire rayonner Albatros Lévis, qui semble trop peu connu, alors que tous et toutes vont mourir et que, pour cette raison, tous et toutes devraient connaître Albatros Lévis.

Ce que Sarah retire de ces nouvelles fonctions jusqu'à maintenant, c'est la richesse des échanges qu'elle a avec les gens d'Albatros Lévis. Elle est en apprentissage d'un organisme qui lui parle et elle est persuadée que la mission et la formation d'Albatros vont l'enrichir tant personnellement que professionnellement. Sarah se définit comme une fille débrouillarde à la recherche de solutions. Il en existe une pour chaque problème. Il s'agit de la trouver. Avec son vécu comme intervenante psychosociale, elle a été souvent confrontée à divers imprévus dans la vie des gens qu'elle accompagnait. Ainsi, elle est convaincue que « rien n'est jamais acquis ».

Bienvenue parmi nous, Sarah! Nous sommes fiers de te compter parmi les nôtres et nous sommes déjà confiants, sans vouloir te mettre de la pression, que tu sauras relever les défis qui se présentent à toi. Nous avons toujours travaillé en équipe. Nous continuerons en ce sens avec toi dans tes nouvelles fonctions. Bonne route! Bons succès!

Albatros Lévis en bref

VOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Premier lac-à-l'épaule d'Albatros Lévis

La planification stratégique qu'a amorcée Albatros Lévis depuis un an a enfin débouché sur l'embauche d'une permanence, avec, comme première retombée, un CA davantage stratégique, mais qui conserve certaines activités plus opérationnelles.

Les 20 et 21 juin dernier, les administratrices et administrateurs, accompagnés de personnes clés, se sont réunis pour un lac-à-l'épaule à l'Auberge des Glacis, à L'Islet.



L'environnement enchanteur a permis de favoriser les discussions, la réflexion, le ressourcement et ainsi de mobiliser l'équipe vers un objectif commun : la pérennité d'Albatros Lévis avec une nouvelle forme de gouvernance.

Mouvement au sein du conseil d'administration



M. Jean-Marc Frégeau, membre du CA depuis 2019, a annoncé sa démission au début de cet été. Le CA veut le remercier pour ces années. Son appui au CA, son regard des choses bien à lui, son sens du service et son engagement envers Albatros Lévis font de lui quelqu'un qu'il a été bon de côtoyer. Nous lui souhaitons bonne continuation dans toutes ses entreprises.

Une nouvelle directrice générale



Le 14 août dernier, plusieurs personnes se sont réunies pour accueillir comme il se doit la nouvelle directrice, Sarah Gauvin. Parmi ces personnes, notons la présence de plusieurs membres du CA d'Albatros Lévis, M. Alain Lemaire, président du CA de Demeure au Cœur de Marie, où est situé le siège social d'Albatros Lévis, M. Daniel Berlinguette-Poulin, directeur du bureau de circonscription des Chutes-de-la-Chaudière.

L'accompagnement des personnes ayant reçu un diagnostic de maladie grave ou terminale jusqu'au dernier stade de leur vie est toujours offert en toute gratuité à la population. De même, les comités existants d'Albatros Lévis demeurent en fonction pour soutenir la directrice.

De nouveaux locaux au Cœur de Marie

C'est au cours de cet été que le bureau d'Albatros Lévis a changé de local à la résidence Demeure au Cœur de Marie. Nous sommes maintenant situés au sous-sol. Nous avons également accès à un grand nombre de commodités et nous nous sommes même dotés de mobilier pour bien accueillir nos cohortes de formation ou encore les personnes qui participeront à nos activités. Au plaisir de vous y rencontrer bientôt!

La marche du Grand défolement – édition 2023



Albatros Lévis participait encore cette année à la marche du Grand défolement, qui a eu lieu le dimanche 10 septembre à la Base Plein Air Sainte-Foy, conjointement avec nos cousins d'Albatros Capitale-Nationale. Cet événement permet d'amasser des fonds pour la Fondation québécoise du cancer ainsi que pour les organismes qui acceptent de s'y impliquer. Une équipe de 9 marcheurs et marcheuses a réussi à amasser la somme de 5810 \$, dépassant l'objectif, qui était de 5000 \$. Merci à chacun et chacune!

LE COMITÉ DES COMMUNICATIONS

À la recherche d'autrices et auteurs talentueux

Si vous avez un talent pour écrire de courts textes d'au plus 300 mots sur une base mensuelle, voire moins souvent, nous sommes intéressés à vous parler pour discuter de ce que vous pouvez nous offrir et de ce que nous recherchons. Voici une autre façon de s'impliquer auprès d'Albatros Lévis pour aider à son rayonnement. Pour en savoir davantage, écrire à : jean-gagnon@videotron.ca.

Présence au salon de la FADOQ

Du 13 au 15 octobre prochain, Albatros Lévis sera présent au salon de la FADOQ, en partenariat avec Albatros Capitale-Nationale. Quelques membres se relaieront tout au long de la fin de semaine afin de mettre en lumière les services qu'Albatros propose et de répondre à toutes les questions qui seront posées. Au plaisir de vous y voir...

LE COMITÉ DE COORDINATION DES ACCOMPAGNEMENTS

Des liens tissés serrés avec le réseau de la santé du grand Lévis



Albatros Lévis a terminé sa tournée des établissements du réseau de la santé du grand Lévis, tournée qui a débuté à l'automne 2022, en rencontrant M^{me} Édith De Grandmaison et son équipe au Centre régional intégré de cancérologie de l'Hôtel-Dieu de Lévis, le 6 juin dernier. En plus de l'accompagnement, avec

Lise Jacques, vice-présidente de ce comité, il a été question de la formation offerte par Albatros, avec Louise Lessard, vice-présidente de cet autre comité. Notre présidente, Annette Giguère, était également présente.

LE COMITÉ DE FORMATION

La formation d'automne est en cours

La formation Albatros, automne 2023, a débuté le mardi 29 août dernier. C'est une cohorte de 18 personnes qui vivront cette 33^e édition de notre formation de 36 heures. Notre présidente, Annette Giguère, a donné le premier module, PRÉSENTATION, qui aborde sommairement ce que sont les soins palliatifs, le Mouvement Albatros du Québec, la formation Albatros, l'accompagnement bénévole en contexte de soins palliatifs, avec en complément une autoévaluation de son sentiment de compétence et une réflexion sur ses attitudes face à la mort. Les 11 autres modules, qui seront offerts lors des prochaines semaines, permettront d'approfondir plusieurs de ces thèmes, en plus d'autres, notamment la communication; les dimensions physique, psychosociale et spirituelle; le deuil; l'agonie et la mort, l'éthique et le juridique; après la mort. Bon succès à tous les participants et participantes!



Formations sur l'accompagnement de personnes souffrant de déficits cognitifs et sur l'aide médicale à mourir

Deux formations seront données par des formateurs de la Fédération Albatros. La formation sur l'accompagnement de personnes souffrant de déficits cognitifs sera offerte le samedi 25 novembre et celle sur l'aide médicale à mourir, une réflexion qui s'impose pour accompagner en toute objectivité, le samedi 27 janvier. Surveillez votre boîte courriel. Les invitations et les modalités pour y participer seront communiquées en temps et lieu.

« C'est dans la spiritualité qui inclut une foi en soi, en les autres, en l'humanité, en l'avenir, et pour les croyants, en un Dieu qui libère, que peut se constituer un solide noyau de valeurs qui se tiennent. »

J. Grand'Maison, *Une spiritualité laïque au quotidien. Neuf voies d'accès au spirituel*, Montréal, Novalis, 2013, p. 60

Pour faire le plein

- Voici une courte vidéo (4:54) de la Société canadienne du cancer qui date de 2022 et qui peut rafraîchir notre compréhension de ce que sont les [soins palliatifs](#). Bon visionnement!
- Nous vous proposons un peu de lecture. Le beau [texte, très connu, de Khalil Gibran](#) sur la mort. Il est toujours bon de revisiter un classique. Bonne lecture!

- Nous vous proposons l'écoute d'un air d'opéra très célèbre et tout aussi connu [Va pensiero](#), de l'opéra Nabucco de Verdi, avec sous-titres en français (5:56). L'opéra Nabucco relate l'exil historique du peuple hébreu à Babylone en Mésopotamie (l'Irak d'aujourd'hui) un peu moins de 600 ans avant la naissance du Christ. L'air proposé relate le rêve de liberté du peuple juif qui souhaite retrouver sa terre d'Israël, la ville de Jérusalem et le temple. Bonne écoute!

Une pensée d'amour vous accompagne



*Voici un moment où nos pensées se tournent vers les membres d'Albatros Lévis
qui sont eux-mêmes touchés par le décès d'un proche.*

Si vous avez eu la tristesse de perdre un proche récemment, n'hésitez pas à nous en faire part.

*Cependant, que cette perte soit mentionnée publiquement ou non,
soyez assurés que nous sympathisons avec vous et partageons votre chagrin.*

Retourner aux sources

Voici quelques questions tirées du module 8 de la formation Albatros. Question de valider vos connaissances ou simplement de réactiver votre mémoire. Nous faisons les choses simples. Nous vous offrons des choix de réponses. Les réponses seront publiées dans la prochaine infolettre. Amusez-vous...

Module 8 – Accompagnement en soins palliatifs

1. Associez les éléments suivants soit à la spiritualité, soit à la religion :

Caractéristique	Spiritualité	Religion
Représente un cadre de pensées défini.		
Représente un choix et/ou une appartenance spécifique et culturellement ancrée.		
Est une des manières possibles de vivre sa spiritualité.		
Inclut la religion et tout ce qui n'est pas d'ordre matériel.		

Caractéristique	Spiritualité	Religion
Comprend la personne dans sa globalité, sa quête de sens, son identité profonde et ses valeurs.		
Dimension présente chez tous les êtres humains.		

2. Il est adéquat, pour une accompagnante ou un accompagnant palliatif, de provoquer des interventions qui pourraient faciliter le cheminement spirituel de la personne accompagnée.
 - a) Vrai
 - b) Faux
3. La détresse spirituelle chez la personne malade se caractérise par une perte :
 - a) d'appétit, du besoin de voir les autres, du désir de prendre ses médicaments;
 - b) de sens, de valeurs, d'identité;
 - c) de prier, de parler, de dormir.

4. Quelle évidence peut apparaître à une accompagnante ou un accompagnant palliatif sur le plan spirituel dans le cadre d'un accompagnement?
- a) La nécessité de croire en quelque chose;
 - b) La réalité que nous allons tous et toutes mourir;
 - c) Le besoin de trouver une méthode efficace pour faire son bilan de vie.

5. Parmi les choix suivants, encerclez les **trois** groupes de mots auxquels sont liés les besoins spirituels?

À son bilan de vie	À plus grand que soi	À ses péchés
À ses succès	À soi	À ses amours
À ses croyances	Au pardon	Aux autres