

Mot de la présidente

Bonjour à chacun et à chacune,

L'année 2024 est bien entamée : voilà une occasion de débiter de nouveaux projets ou de faire de nouveaux apprentissages. Pour Albatros-Montréal, les occasions de développements et de croissance sont au rendez-vous! Et ce, tout en maintenant les services déjà en place.

L'année a commencé avec notre souper des fêtes que nous avons choisi de célébrer le 12 janvier au restaurant Le tambour du Ste-Cath, question de permettre à chacun de célébrer avec leurs proches. Nous avons été ravis de constater que de nombreux membres ont saisi cette occasion de « se retrouver en vrai ». Quel plaisir nous avons eu à partager ce repas avec vous! Depuis, nos activités ont repris, tant la formation de 36 h, que le café-rencontre et la formation continue.

Les bénévoles membres d'Albatros-Montréal sont de plus en plus recherchés et appréciés dans les différents milieux d'accompagnement où ils apportent leur assistance et nous en avons écho.

Voyez, dans les pages qui suivent, ce qui se passe à Albatros-Montréal!

N'hésitez pas à nous contacter, nous restons disponibles.

Monique Séguin
Présidente



Souper des fêtes d'Albatros-Montréal
Photo : Ursula Kohnen

Un appel à l'action pour nos bénévoles

Alors qu'Albatros-Montréal entreprend une phase dynamique d'expansion, notre appel à l'accompagnement de fin de vie devient de plus en plus important. Nos interventions se multiplient : des soins palliatifs dans les hôpitaux aux partenariats avec les CHSLD, jusqu'aux soins à domicile sur toute l'île de Montréal. Cette croissance reflète la profondeur de notre engagement et la nécessité de votre soutien. Votre passion, votre dévouement, peuvent illuminer les derniers moments de vie. Que vous soyez prêts à reprendre ou à commencer votre voyage de bénévolat, votre contribution est précieuse. Contactez Ursula Kohnen à ursula.kohnen@albatros-mtl.ca pour vous engager dans cette mission de cœur. Ensemble, faisons la différence là où cela compte le plus.

Rencontre à l'Hôpital Santa Cabrini

Dans la soirée du 7 décembre 2023, une atmosphère chaleureuse enveloppait le local de l'Hôpital Santa Cabrini, où Josée Colette, la responsable des bénévoles, en collaboration avec Daniel Morin, de l'Hôpital de Verdun, et Ursula Kohnen, d'Albatros-Montréal, ont organisé une belle rencontre de partage avec les bénévoles fraîchement diplômés de leur formation de 36 heures, marquant le début de leur voyage dans l'accompagnement de fin de vie. L'événement n'avait pas seulement pour but de les guider sur la voie des procédures d'accompagnement, mais aussi de leur partager des outils pour faciliter l'entrée en communication avec les patients, créant ainsi des liens d'humanité au cœur des chambres à l'unité des soins palliatifs. Cette première initiative fortement appréciée par tous sera renouvelée en avril 2024 à l'Hôpital de Verdun avec la prochaine cohorte en cours de formation.

De gauche à droite : Josée Colette, Normande Turcotte, Nathalie Dubois, Brigitte Languelin-Durousseau, Magalie Giguère, Ursula Kohnen, Cara Delavigne.



Retour sur la formation sur l'aide médicale à mourir

Le 10 février dernier avait lieu la formation continue offerte par Albatros-Montréal sur l'aide médicale à mourir (AMM). La formatrice, Julie Dubé, a clairement défini ce qu'était l'AMM, a fait un retour sur les notions d'« éthique » et de « juridique », a présenté les lois et le projet de loi concernant l'AMM. Ensuite, il y a eu des mises en situation qui ont permis aux participantes et aux participants d'approfondir leur réflexion sur le sujet. Finalement, cette formation a permis aux participantes et aux participants d'être mieux préparés lorsque la question de l'AMM se présente en cours d'accompagnement.



Deux équipes de participants approfondissent leur réflexion sur l'AMM au cours de mises en situation.
Photo : Ursula Kohnen

Prochain café-rencontre

Notre prochain café-rencontre se tiendra le **lundi 18 mars prochain à 18 h**, au **Centre St-Pierre**, situé au 1212, rue Panet, Montréal, **salle 204**.

La thématique sera « **Est-ce difficile d'entrer en contact avec les personnes que vous accompagnez ?** » Monique Séguin partagera sa façon d'utiliser les rêves pour entrer en communication avec les personnes en fin de vie. La deuxième partie de la rencontre sera consacrée au partage des expériences des bénévoles. Des bouchées seront servies.

Rejoignez-nous pour ce moment convivial en vous inscrivant par [le formulaire en ligne](#).

Formation de 36 heures sur l'accompagnement en fin de vie

La prochaine formation virtuelle (en Zoom) offerte par Albatros-Montréal commencera le mardi 2 avril 2024 à 18 h. La durée est de 12 semaines et le coût est de 200 \$. Les inscriptions sont en cours. Parlez-en à vos amis et à vos proches.

L'art-thérapie : ce que c'est en bref

Collaboration spéciale de Johanne Hamel, psychologue et art-thérapeute

L'art-thérapie au Québec désigne l'utilisation des arts visuels comme moyen d'expression et de transformation de soi. En utilisant le dessin, la peinture, le collage en la présence d'un(e) art-thérapeute professionnel(le), la personne développe plus de mieux-être physique et psychologique, plus d'estime de soi, se comprend mieux, trouve des solutions, exprime ses émotions ou harmonise ses relations interpersonnelles. Le but recherché n'est pas la performance artistique mais l'expression et la compréhension de son vécu.

Les art-thérapeutes travaillent avec des populations variées, de tous âges et dans toutes sortes de milieux, qu'ils soient scolaires, communautaires, hospitaliers ou en cliniques privées. Ils et elles peuvent travailler, par exemple, avec des adultes souffrant de cancer, ce qui permettra aux personnes malades de diminuer leur stress, de se redonner du pouvoir sur leur situation, d'exprimer leurs sentiments et parfois même de diminuer la douleur chronique et les effets secondaires des traitements de chimiothérapie ou de radiothérapie. Avec des enfants malades, l'expression artistique ramène un aspect ludique dans leur vie et leur permet d'exprimer symboliquement tout ce que la situation leur fait vivre. C'est un outil parfait pour les personnes endeuillées ou en fin de vie, qui peuvent exprimer ainsi leur vécu de façon profonde, car l'art va au-delà de ce que les mots auraient pu dire.

Pour en savoir davantage sur l'art-thérapie, vous pouvez consulter le [site Web de notre collaboratrice](#) ou ses livres, dont ceux-ci :



Rêves, art-thérapie et guérison, de l'autre côté du miroir,
Québec-Livres, 2017.



L'art-thérapie somatique,
pour aider à guérir la
douleur chronique,
Québec-Livres, 2014.

Suggestions

À écouter

À l'émission *Pénélope* du 16 janvier 2024, à 10 h 38, la spécialiste des neurosciences Sonia Lupien parle du [coût des regrets](#) et des effets sur le bien-être dans les différentes étapes de la vie.

Aussi, le 25 janvier dernier, Pénélope McQuade interviewait Jocelyne Saint-Arnaud, spécialiste en bioéthique, ainsi que sa collaboratrice Delphine Roigt, dans le cadre de la publication du livre [Soins de fin de vie : qui décide?](#) Le livre vise à donner des repères aux personnes malades et aux familles, et aborde le sujet des relations entre les personnes en fin de vie et le personnel de la santé.



À lire

L'article [Choisir de mourir quand les souffrances n'ont plus de sens](#) des journalistes Davide Gentile et Daniel Boily porte sur les derniers jours de vie d'Alain Goudreau, un homme atteint de sclérose en plaques qui a demandé l'aide médicale à mourir.

À visionner

Dans le reportage [Au cœur d'une thérapie psychédélique](#), l'équipe de l'émission *Découverte* accompagne madame Florence Moureaux, qui a obtenu un diagnostic de cancer métastatique en phase terminale, dans une séance de psychothérapie par psychédélique. Cette thérapie vise à réduire l'anxiété face à la fin de vie.

Le conseil d'administration d'Albatros-Montréal



De gauche à droite :
Camille Vaillancourt (Directrice générale),
Ana Vioreanu (Vice-présidente),
Natasha Melbrew (Administratrice),
Carole Desjardins (Trésorière),
Nicole Lépine (Secrétaire),
Isabelle Desjardins (Administratrice),
Monique Séguin (Présidente).
Photo : Ursula Kohlen

Coordonnées

Téléphone : 514 255-5530

Courriel : info@albatros-mtl.ca

Site Web : <https://albatros-mtl.ca/accueil>

Suivez-nous sur Facebook!

Rédaction : Ursula Kohlen, Mélanie Nadeau, Monique Séguin

Édition, coordination et mise en page : Mélanie Nadeau

Révision : Carole Desjardins et Mélanie Nadeau