

Conseil d'administration

Louise Lessard,
présidente

Mario Sirois,
vice-président

Brigitte Guay,
secrétaire

Lorette Roy,
trésorière

Marie-Claude Beaudoin,
administratrice

Gabrielle Bélanger,
administratrice

Jean Gagnon,
administrateur

Lise Jacques,
administratrice

Diane Méthot,
administratrice

Sarah Gauvin,
directrice générale

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

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

Mot de la présidente

Salutations à vous tous, chers membres de notre grande communauté d'Albatros Lévis,

Nous entamons l'automne qui doucement revêtira ses plus riches coloris. Les rouges, les oranges et les jaunes dans toutes leurs nuances agrémenteront notre regard. Prenez du temps pour contempler cette nature si belle, en apprécier la lumière, en respirer les arômes. Les moments d'arrêt sont une source de régénération intérieure indispensable à la valeur de notre accompagnement.



Accompagner une personne en fin de vie, c'est marcher à son rythme, à ses côtés et s'ajuster constamment à son état. Cela fait appel à de nombreuses qualités dont l'écoute constitue le plus beau cadeau. Écouter, c'est accueillir l'autre avec reconnaissance, sans interpréter, sans juger. C'est aussi lui dire, tu es important pour moi. Être écouté lui permet de clarifier sa pensée, de mettre des mots sur son ressenti et de trouver lui-même la voie qui est la sienne. Sachons toujours donner à l'autre la profondeur de notre écoute.

Notez que nos activités estivales se sont conclues le 15 septembre dernier à la Base de plein-air de Ste-Foy avec la 7^e édition de la marche du Grand dévouement 2024 de la Fondation québécoise du cancer, à laquelle Albatros Lévis s'est associé. Merci aux participantes et participants qui ont amassé des fonds ainsi qu'à celles et ceux qui sont venus encourager les troupes.

Enfin, réservez à votre agenda l'événement Soirée Reconnaissance des bénévoles d'Albatros Lévis qui se tiendra **le vendredi 22 novembre 2024**. Surveillez vos courriels et venez en grand nombre. J'aurai le plaisir de vous y accueillir.

En terminant, je tiens à vous informer qu'après une absence de quelque quatre mois pour un congé maternité, notre directrice générale, Sarah Gauvin, sera de retour le lundi 4 novembre prochain, et c'est avec enthousiasme que nous l'accueillerons!

À tous et à toutes, un bel automne !

Louise Lessard

ALBATROS LÉVIS ET LE PROJET SAJAMA



Information de dernière heure : en raison d'imprévus, nous vous informons que l'ascension du mont Sajama par Marc Gaulin, prévue pour l'automne 2024, est reportée au printemps 2025 (mai-juin). Nous vous communiquerons la nouvelle date dès qu'elle sera confirmée. Merci pour votre soutien continu à Albatros Lévis.

Pour compléter cette information, voici une entrevue radiophonique de Jean Gagnon, membre du comité communication, et de Marc Gaulin, au poste de radio 96,9, le 5 septembre dernier.



[Entrevue 96,9 – Mont Sajama – 5 septembre 2024](#)

(cliquez sur ce lien, voir du côté droit de l'écran, cliquez sur le centre du cercle, et se rendre à 28,10 minutes) *Marc Gaulin – Journal Lévis*

La campagne de financement est toujours en cours. Si vous souhaitez contribuer financièrement à ce projet, en achetant une bougie ou en effectuant un don, nous vous invitons à cliquer sur le lien ci-bas. Prendre note que pour tout don supérieur à 500 \$, d'entreprises ou autres, une belle visibilité sera accordée au donateur ou à la donatrice sur les vêtements d'escalade de Marc et sur le site internet d'Albatros Lévis.

[Projet Sajama – je donne](#)

Sachez que l'intégralité des fonds amassés est versée à Albatros Lévis, Marc Gaulin prenant en charge l'ensemble des frais liés à son voyage et à son ascension.

ET NOS COMITÉS....

LE COMITÉ DE COORDINATION DES ACCOMPAGNEMENTS

Lise Jacques, responsable



Lors de la rencontre de partage d'Albatros Lévis, qui a eu lieu le mercredi 11 septembre, à laquelle 21 personnes ont participé, une nouvelle formule a été expérimentée, avec succès. L'objectif était de permettre à un plus grand nombre de participants et participantes de partager leur vécu, en fonction de leur domaine d'accompagnement.

Trois groupes distincts ont été constitués : un pour les accompagnants en CHSLD, un autre pour ceux de l'unité des soins palliatifs du CH de Lévis, et un troisième pour les personnes intervenant à domicile et dans les résidences pour aînés. Cette approche a rencontré une grande satisfaction parmi les personnes présentes, et M^{me} Lise Jacques, la responsable, a décidé d'adopter cette méthode pour les futures rencontres.



Sur la photo, le groupe de l'unité des soins palliatifs du CH de Lévis.

Pour la deuxième partie de la rencontre, M^{me} Jacques a distribué deux

mini-guides de la Fédération concernant les différents types d'accompagnement.

Chaque participant a reçu un exemplaire de ce mini-guide qui a pour objectif d'être un outil d'auto-évaluation,



que l'accompagnant et l'accompagnante sont invités à utiliser avant chaque accompagnement. Il lui permet de se recentrer sur les besoins de la personne, afin de lui offrir une attitude ouverte et aidante.

La prochaine rencontre de partage est fixée au mercredi 13 novembre, en soirée. Un courriel sera acheminé aux membres sous peu.

LE COMITÉ DE FORMATION

Patrice Dallaire, responsable



Début de la formation, automne 2024

Le 27 août dernier, une nouvelle cohorte d'Albatros Lévis débutait la formation de base de 36 heures, axée sur l'accompagnement des personnes gravement malades ou en fin de vie. Plus de 20 participants ont entamé cet apprentissage enrichissant, qui leur apportera non seulement des outils précieux pour accompagner les malades, mais aussi un épanouissement personnel. Albatros Lévis souhaite à chacun et chacune une formation des plus enrichissantes.



Sur la photo : Annette Giguère, formatrice du module 1, et Patrice Dallaire, responsable du comité de formation.

Afin de bien outiller les accompagnants et accompagnantes, deux formations complémentaires sont à l'horaire pour l'automne 2024, un courriel aux membres afin de les inviter à s'inscrire leur sera acheminé sous peu :

- Le samedi 9 novembre en avant midi avec la Société Alzheimer
- Le samedi 23 novembre en avant midi, Principe de déplacement sécuritaire des personnes (PDSP)

Je rappelle les coordonnées pour rejoindre le responsable de la formation, que ce soit pour toute question concernant la formation ou référer une personne souhaitant suivre la formation :

www.albatroslevis.com
comite.formation@albatroslevis.com
 418 832-9992 poste 353.

LE COMITÉ DES COMMUNICATIONS

Jean-François Roy, responsable



Café rencontre sur les soins palliatifs et de fin de vie

Le responsable des communications est heureux de souligner le passage des responsables de l'Institut des soins palliatifs et de fin de vie Michel Sarrazin – Ulaval, le 4 septembre dernier, dans les locaux de Dessercom à Lévis.

Ce café-rencontre, ouvert au public, organisé par l'Institut, a attiré plus de vingt participants, dont 14 membres d'Albatros Lévis (photo).



Cet événement a permis d'approfondir la compréhension des soins palliatifs, non seulement comme une approche interdisciplinaire globale, mais aussi à travers les divers milieux où ces soins sont dispensés. Les échanges et l'information des représentantes de l'Institut ont enrichi la discussion, suscitant un vif intérêt. Cette rencontre marque le début d'un projet plus vaste, visant à vulgariser et communiquer davantage sur les soins palliatifs et de fin de vie.



Sur la photo, les animatrices de la rencontre, de gauche à droite, Andréanne Marcotte, Marie-Ève Cimon, et Diane Tapp.

Lancement du projet pilote Tourterelle d’Albatros Lévis au CHSLD Chanoine-Audet

Le 25 septembre dernier, Lise Jacques, responsable de l’accompagnement, et Annette Giguère, membre du comité des communications et accompagnante, ont représenté Albatros Lévis lors d'une rencontre au CHSLD Chanoine-Audet pour présenter le projet pilote Tourterelle « Accompagnement en CHSLD », projet déjà implanté dans quelques CHSLD de la région de Lévis.

Les responsables de l’établissement se sont montrées très réceptives et enthousiastes à l’idée de déployer ce projet au sein de leur milieu. Une accompagnante a déjà été désignée et commencera ses activités prochainement.



Sur la photo, de gauche à droite, Annette Giguère, d’Albatros Lévis, Kim Lachance, Fanny-Laure Elisabeth, Marie-Josée Fournier, Valérie Trudeau, du CHSLD, Lise Jacques, d’Albatros Lévis, et Catherine Beaulieu, du CHSLD.

ALBATROS LÉVIS ÉTAIT PRÉSENT.....

La marche du grand défolement organisée par la Fondation québécoise du cancer - 2024



Albatros Lévis attend les marcheurs!



Pour une troisième année consécutive, Albatros Lévis s’est associé à la Fondation québécoise du cancer en prenant part à la

« du Grand Défolement » qui s'est tenue le dimanche 15 septembre à la base de Plein air de Ste-Foy. Cet événement, sous le thème « Western », parfaitement organisé, s'est déroulé sous un ciel radieux, dans une ambiance conviviale et joyeuse. Un immense merci aux généreux donateurs et aux généreuses donatrices, et aux participants et participantes, qui ont permis à Albatros Lévis d’amasser la somme de 2 425 \$, ainsi qu’à la Fondation québécoise du cancer pour cette belle opportunité.



Un mot d’espoir.....



Conférences à Ste-Apollinaire



Le 15 septembre dernier, le Regroupement des personnes aidantes de Lotbinière organisait des conférences auxquelles le public était invité, sous le thème « Les soins palliatifs, et si on en parlait ».

Les conférenciers : Jean-Marie Lapointe, *comédien, conférencier, animateur et auteur* avec « Proche aidant, proche aimant! », et la **Dr Kathleen Lemieux, médecin** avec « Susciter les réflexions entourant les soins palliatifs et de fin de vie, un incontournable! ». À noter que



cette dernière est médecin à l'unité des soins palliatifs du CH de Lévis. Au travers de sa conférence, Jean-Marie Lapointe a rappelé à plusieurs occasions l'importance de la formation Albatros. D'Albatros Lévis, Louise Lessard et Brigitte Guay participaient.



Table régionale des regroupements des organismes communautaires de Chaudière-Appalaches – TROCCA

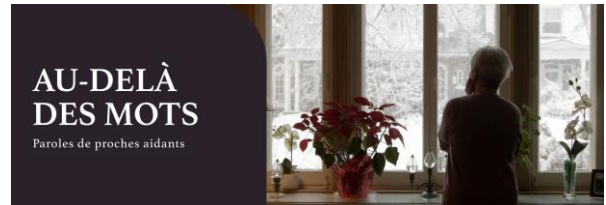


Le 26 septembre dernier, la présidente Louise Lessard et l'adjointe administrative, Rosalie Huot, ont assisté à la rencontre de la TROCCA. Cet événement, riche en contenu, incluait une consultation sur le prochain cadre de référence régional PSOC, l'assemblée générale

annuelle ainsi que le dévoilement des nouvelles couleurs de la TROCCA.

Photo : Facebook de la TROCCA

Documentaire – Au-delà des mots



Le 24 septembre dernier, L'Appui pour les proches aidants invitait la population à assister à la projection du documentaire « Au-delà des mots : paroles de proches aidants ». Ce film a plongé le spectateur au cœur du parcours d'Édith et Michel, tous deux proches aidants de leurs conjoints respectifs pendant 14 ans.

Ce documentaire poignant transporte le téléspectateur sur leurs lieux de vie ; Edith et de Michel racontent avec sincérité leur cheminement face à l'implacable réalité de la maladie d'Alzheimer, du diagnostic au deuil.

À la fois poétique et réaliste, le film permet de faire la lumière sur cette réalité trop longtemps restée méconnue.

L'histoire d'Édith et Michel est émouvante et universelle. Elle fait écho à la réalité de nombreuses personnes proches aidantes. C'est pourquoi l'Appui a voulu porter plus loin l'histoire d'Édith et Michel et la rendre accessible au plus grand nombre.

Quelques membres Albatros ont assisté à ce visionnement d'une grande qualité.

Pour les personnes qui n'ont pu participer le 24 septembre, il est encore temps de visionner ce magnifique documentaire, voici le lien pour y accéder:

[AU-DELÀ DES MOTS....](#)

Bon visionnement!



SALON DE LA FADOQ

Quand : du vendredi 18 au dimanche 20 octobre 2024

Lieu : Centre de foires de Québec, 250-A, boul. Wilfrid-Hamel, Québec (Québec) G1L 5A7

Pour qui : Tout le public

Kiosque partagé : Albatros Lévis et Albatros Capitale-Nationale

Venez nous rencontrer en grand nombre!

FORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

Formation Alzheimer

Quand : Samedi, 9 novembre 2024, avant-midi

Lieu : Maison Dessercom, 160 Rue Wolfe, Lévis, QC, G6V 3Z5

Pour qui : Tous les membres Albatros Lévis

Formation Principes de déplacement sécuritaires des personnes (PDSP)

Quand : Samedi, 23 novembre 2024, avant-midi

Lieu : Maison Dessercom, 160 Rue Wolfe, Lévis, QC, G6V 3Z5

Pour qui : Tous les membres Albatros Lévis

Stationnement : Des stationnements gratuits sont disponibles dans les rues environnantes. Attention de bien regarder les pancartes à cet effet.

RENCONTRE DE PARTAGE

Quand : le mercredi, 13 novembre prochain, de 19 h à 21 h

Lieu : à la salle de Demeure au Cœur de Marie (sous-sol), 9248, boul. du Centre-hospitalier, Lévis (secteur Charny)

Pour qui : tous les accompagnantes et accompagnants d'Albatros Lévis

SOIRÉE DES BÉNÉVOLES

Quand : le vendredi 22 novembre prochain, en soirée

Pour qui : tous les membres Albatros Lévis et leur conjoint

Aux membres, surveillez votre courriel, l'invitation vous parviendra sous peu.

FORMATION 36 HEURES PRÉSENCE LOTBINIÈRE

Cette formation, qui devait débiter le samedi 28 septembre 2024, est annulée, vu le manque d'inscriptions.

ESCALADE DU MONT SAJAMA

Quand : Ascension aura lieu au printemps 2025

Lieu : En Bolivie, escalade du Mont Sajama

Membre impliqué : Marc Gaulin

Objectif : Amasser des sous, au profit d'Albatros Lévis
Comment je m'implique pour l'appuyer : Achat d'une chandelle, ou faire un don en cliquant

[Projet Sajama – je donne](#)

Des reportages sur le déroulement de l'ascension de ce mont apparaîtront dans l'infolettrePLUS et sur la page facebook d'Albatros Lévis.

En complément et pour votre information, voici dix mythes répandus à propos des soins palliatifs - Portail palliatif canadien

10 mythes à propos des soins palliatifs



Les soins palliatifs sont encore mal connus. Voici 10 mythes souvent entendus. Aidez-nous à les dissiper en présentant les faits à vos proches et amis, à vos collègues, à vos patients et à vos clients.



1. Mythe : Les soins palliatifs accélèrent la mort.

Réalité : Les soins palliatifs n'ont pas pour effet d'accélérer la mort. Ils permettent d'améliorer le confort et la qualité de vie des bénéficiaires, depuis le diagnostic jusqu'à la mort.



2. Mythe : Les soins palliatifs sont réservés aux personnes en train de mourir du cancer.

Réalité : Les soins palliatifs peuvent bénéficier à toute personne présentant un diagnostic de maladie susceptible d'abrèger son espérance de vie. Ils peuvent bénéficier aussi à ses proches et amis.



3. Mythe : Une personne en soins palliatifs qui cesse de manger mourra de faim.

Réalité : Les personnes en situation de maladie avancée ne ressentent souvent pas la faim et la soif comme les personnes en bonne santé. Si une personne cesse de manger, elle mourra de sa maladie et non de faim.



4. Mythe : On peut seulement recevoir des soins palliatifs à l'hôpital.

Réalité : On peut recevoir des soins palliatifs à différents endroits, par exemple chez soi, dans un foyer de soins de longue durée, dans une maison de soins palliatifs ou à l'hôpital.



5. Mythe : Pour leur protection, les enfants ne doivent pas être confrontés à la mort et à la fin de vie.

Réalité : Le meilleur moyen de protéger les enfants, c'est de les informer rapidement de la situation et de leur donner des explications claires et franches en fonction de leur âge. Comme les adultes, les enfants aiment avoir le temps de dire au revoir aux personnes qui leur sont chères.



6. Mythe : La douleur, ça fait partie de la mort.

Réalité : Pas toujours. Mais lorsqu'elle est présente en fin de vie, il y a toutes sortes de façons de la prendre en charge.



7. Mythe : L'administration d'analgésiques en soins palliatifs entraîne une dépendance.

Réalité : Pour maintenir le confort du patient, il faut souvent augmenter les doses d'analgésiques à mesure que son corps s'habitue à ces médicaments. Il ne s'agit pas d'une dépendance.



8. Mythe : La morphine précipite la mort.

Réalité : La morphine et les autres médicaments du même type servent à maintenir le confort des patients. Administrée à dose adéquate, la morphine ne précipite pas la mort.



9. Mythe : Les soins palliatifs sont un aveu d'abandon de la part du médecin; ils sont le signe que tout espoir est perdu.

Réalité : Les fournisseurs de soins palliatifs aident leurs patients à avoir la meilleure qualité de vie possible pour le reste de leur vie. L'espoir de guérir fait place à l'espoir de vivre le plus pleinement possible.



10. Mythe : Si mourir à la maison n'est pas une option pour un proche ou un ami, c'est parce que je l'ai laissé tomber.

Réalité : Même avec les meilleures intentions, les soins à domicile sont parfois insuffisants pour les besoins d'une personne. Lui assurer les meilleurs soins possibles, quel que soit l'endroit, n'est pas un échec.

PortailPalliatif.ca

Aussi disponible en anglais, en arabe, en catalan, en chinois, en cri, en hébreu, en inuinnaqtun, en japonais, en espagnol et en tagalog.

UNE PENSÉE POUR NOS MEMBRES ENDEUILLÉS....



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

Nos plus sincères condoléances à:

Blanche-Irène Cloutier, dont le frère Henri-Noël est décédé le 26 août 2024

Clermont Guy, dont le frère Jeannot est décédé le 30 août 2024

Martine Germain, dont la mère Patricia est décédée le 6 octobre 2024

*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.*