



INFOLETTRE

PLUS

TABLE DES MATIÈRES

Mot de la présidente et de la directrice générale.....p.1

À la Une.....p.2

Retour sur le dernier mois.....p.3

Au cœur de la vie de nos comités.....p.4

Espace bénévole.....p.7

Chroniques lecture.....p.9

Chroniques partenaires.....p.11

Informations diverses.....p.12

Mot caché.....p.13

À venir.....p.14

Mot de la présidente et de la directrice générale

Chers membres,

Nous espérons que vous avez profité de la saison estivale pour vous reposer, partager de précieux moments avec vos proches et faire le plein d'énergie. L'été tire déjà à sa fin et nous abordons cette nouvelle saison avec beaucoup d'enthousiasme.

L'automne qui s'amorce s'annonce particulièrement dynamique au sein d'Albatros Lévis. Plusieurs activités sont déjà au programme et nous avons bien hâte de vous y retrouver. Que ce soit des formations, des rencontres, des événements de sensibilisation ou des occasions de rassemblement, les prochains mois seront remplis de belles opportunités pour apprendre, échanger et poursuivre ensemble notre mission auprès des personnes en fin de vie et de leurs proches.

Vous remarquerez également que notre infolettre a fait peau neuve. Comme vous pourrez le constater, cette édition est particulièrement bien garnie! Nous avons beaucoup de belles nouvelles à partager avec vous.



Rassurez-vous, nous tenterons toutefois de vous proposer des éditions un peu plus concises au cours des prochains mois, tout en conservant l'essentiel de l'information.

Nous profitons aussi de cette occasion pour remercier sincèrement chacun d'entre vous pour votre engagement, votre confiance et votre soutien. C'est grâce à l'implication de nos bénévoles, de nos membres et de nos partenaires qu'Albatros Lévis continue de faire une différence dans notre communauté.

Nous vous souhaitons une excellente lecture et un magnifique automne rempli de belles rencontres.

*Louise Lessard et
Sarah Gauvin*

À la une

Nouvelle initiative écoresponsable : apportez-nous vos contenants consignés!

Nous sommes heureux de vous annoncer l'arrivée d'une grande boîte de récupération des contenants consignés, gracieusement commanditée!

Dès maintenant, nous invitons tous nos membres à nous apporter leurs bouteilles et cannettes consignées. Plutôt que de les retourner vous-même, vous pouvez simplement les déposer dans notre boîte lors de votre prochaine visite.

Cette initiative offre un double avantage : elle contribue à la protection de l'environnement en favorisant le recyclage, tout en permettant à notre organisation de recueillir des fonds supplémentaires grâce aux sommes récupérées par la consigne.

Chaque contenant compte! Grâce à votre générosité, vous posez un geste concret pour l'environnement tout en soutenant nos activités.

Merci de votre participation et de votre engagement envers notre communauté! 🌍♻️🍁

Coordonnateurs bénévoles recherchés!

Les coordonnateurs bénévoles d'Albatros Lévis font un travail incroyable sur le terrain pour évaluer les nouvelles demandes d'accompagnement que nous recevons pour les personnes malades à domicile et/ou en RPA. Ils effectuent le jumelage avec les accompagnants disponibles et supportent ceux-ci tout au long du processus d'accompagnement.

Ces bénévoles dévoués profondément attachés à la mission et aux valeurs d'Albatros Lévis sont aussi impliqués à plusieurs autres égards tel que la planification d'une soirée partage, les réunions du comité et autres activités de notre organisation ainsi qu'au niveau administration pour les statistiques des interventions dans les différents milieux où nous offrons nos services.

Avec l'augmentation des demandes d'accompagnement, nous sommes maintenant à la recherche de deux nouveaux bénévoles parmi les membres de notre organisme avec un minimum d'expériences en accompagnement palliatif. Si vous souhaitez de plus amples informations à cet effet, vous êtes invités à communiquer avec Marc Gaulin, coordonnateur des services au (367) 383-2667 ou par courriel à coordo@albatroslevis.com

MERCI à Alfred Lacroix, Diane Lacasse, Grégoire Chabot, Michelle Méthot, Lise Jacques ainsi qu'Hélène Brisson pour leur implication sur le comité de coordination des accompagnements ! Un merci particulier à Hélène Brisson qui a assuré les suivis de l'accompagnement durant les vacances du coordonnateur des services.

ÉQUIPE DE TRAVAIL



Sarah Gauvin
Directrice générale

Marc Gaulin
Ccoordonnateur des services

Louise Boivin
Adjointe administrative

Lyne Brodeur
Technicienne comptable

CONSEIL D'ADMINISTRATION



Louise Lessard
Présidente

Ariane Plaisance
Vice-présidente

Annie-Claude Béland
Secrétaire

Suzanne Parenteau
Trésorière

Diane Méthot
Administratrice

Brigitte Michaud
Administratrice

Alexis Jalabert
Administrateur

Marco Coté
Administrateur

Michel Damico
Administrateur

Retour sur le dernier mois

Marche au crépuscule 2026

Albatros Lévis est **extrêmement fier** de sa première édition de la Marche au crépuscule! **Grâce à vos dons, à vos inscriptions et à nos partenaires**, nous sommes très heureux d'annoncer que nous avons amassé le montant de **16 900\$** qui ira directement pour l'accompagnement des personnes en fin de vie à Lévis.

Et nous aurons une deuxième édition qui sera **samedi le 15 mai 2027** ! Vous pouvez déjà réserver cette date à votre agenda !

Merci à tous les bénévoles, à tous les participants, aux partenaires, à notre porte-parole et au comité organisateur qui ont pu rendre cet événement possible et mémorable.

Pour voir les photos et vidéos de l'activité, cliquez [ICI](#)

Comme quoi, ensemble, nous pouvons faire de grandes choses !

Rencontre d'accueil avec les nouveaux bénévoles accompagnants

Le vendredi 5 juin dernier au bureau d'Albatros Lévis s'est tenue la première réunion des nouveaux accompagnants en compagnie de la direction générale, du coordonnateur des services et de plusieurs coordonnateurs bénévoles. Cette chaleureuse rencontre d'accueil sera réitérée pour les nouveaux bénévoles suite aux prochaines cohortes de la formation 36 heures dont la prochaine débute ce mois-ci mardi 25 août.

Soirée de partage du mois d'avril

La dernière soirée partage s'est déroulée le 23 avril avec un témoignage de Madame Margot Villeneuve-Gagné et vous êtes attendu en grand nombre à la prochaine soirée partage qui aura lieu jeudi 17 septembre prochain dès 19 h à la Maison Dessercom. Une invitation sera acheminée à tous les membres prochainement.

La deuxième soirée partage de l'automne aura lieu mercredi 18 novembre 19h à la Maison Dessercom située au 160 Rue Wolfe à Lévis près de l'HDL.

Résultat du jeu d'association

Merci à toutes les personnes qui ont participé au jeu d'association présenté à la dernière page de notre Infolettre spéciale Assemblée annuelle. Nous sommes ravis de constater votre enthousiasme avec ce petit jeu!

Après compilation des réponses, nous sommes heureux d'annoncer les gagnants :

🏆 Premier prix

Attribué à la personne ayant identifié correctement toutes les personnes du jeu :

Marthe Forgues!

Prix : Un accès aux bains en soirée du Sento Spa pour deux personnes, d'une valeur de près de 100 \$, gracieuseté du Sento Spa. <https://sentospa.com/>

🎁 Deuxième prix

Tiré au sort parmi l'ensemble des participants et participantes, peu importe le score :

Jean Mercier !

Prix : Une carte-cadeau de chez Jean Coutu de 20 \$.

Félicitations à nos deux gagnants et un grand merci à toutes les personnes qui ont pris le temps de participer !



Au cœur de la vie de nos comités

COMITÉ DE COORDINATION DES ACCOMPAGNEMENTS

Centre de documentation

Notre centre de documentation répertorie maintenant plus de 100 livres classés dans différentes catégories (Accompagnement palliatif, deuil, maladies, Aide Médicale à Mourir, etc.) et il est possible d'emprunter ces livres tout à fait gratuitement tout simplement en vous présentant au bureau selon l'horaire d'ouverture du lundi au vendredi.

Nous avons reçu dernièrement de la Maison Michel-Sarrazin une dizaine de livres sur la thématique des soins palliatifs et de l'accompagnement des personnes malades. À cet effet, nous tenons à remercier monsieur Jean-Louis Demers, conseiller en gestion des documents et des archives à www.michel-sarrazin.ca

Certains membres font aussi des dons de livres pour bonifier notre centre de documentation et nous avons acquis les cinq nouveaux livres suivants en juillet dernier :

- Entretenir ma vitalité d'aidant / Guide pour prévenir la fatigue de compassion et la détresse professionnelle de Dre Pascale Brillon psychologue ;
- Le malade en fin de vie / Guide de soins palliatifs de Charles E. KEMP ;
- Osons parler de la fin de vie / Réflexions et conseils d'une thanadoula de Marie-Josée Legris* ;
- Vivre le deuil au jour le jour de Dr Christopher Fauré ;
- Parler la mort / Des mots pour la vivre de père Léon Burdin

* Marie-Josée Legris : <https://www.youtube.com/watch?v=At6zbYWtiNg> ou <https://www.youtube.com/watch?v=AXDCleJ9V00>

Vous êtes invités à emprunter ces livres du centre de documentation et en faire part à toute personne à qui ce serait approprié.

Vestes HDL

Nous recevrons en août prochain de nouvelles vestes sans manche pour les accompagnants bénévoles à l'Unité de soins palliatifs et de fin de vie de l'Hôpital Hôtel-Dieu de Lévis ainsi qu'à l'espace Colibri pour ceux dédiés à l'accompagnement des personnes qui recevront l'AMM.

MERCI à la coordonnatrice bénévole Diane Lacasse de coordonner l'équipe d'accompagnants dévoués de l'Hôpital Hôtel-Dieu de Lévis !

Espace Colibri (chambre AMM)

L'inauguration et l'ouverture de l'espace Colibri (Chambre au 4^e étape dédiée à l'AMM) seront très prochainement annoncées et nous vous invitons à lire le reportage de Marie-Hélène Proulx du 6 mai dernier dans la revue L'Actualité portant le titre « Aide médicale à mourir : le dernier choix ». <https://lactualite.com/societe/aide-medicale-a-mourir-le-dernier-choix/>

Nous offrirons cet automne un atelier sur le sujet de l'AMM (samedi 21 novembre de 8h30 à 12h) et celui-ci est obligatoire pour ceux ayant un intérêt à joindre l'équipe des accompagnateurs bénévoles à l'espace Colibri de l'Hôpital Hôtel-Dieu de Lévis.

Deux autres articles dans l'actualité récente sur l'AMM et le don d'organes.

<https://www.journaldequebec.com/2026/09/01/aide-medicale-a-mourir--de-plus-en-plus-de-quebecois-donnent-leurs-organes-en-planifiant-leur-mort>

<https://ici.radio-canada.ca/ohdio/premiere/emissions/vivement-le-retour/segments/rattrapage/2444037/dons-organes-avant-aide-medicale-a-mourir-avec-dr-georges-esperance>



Au cœur de la vie de nos comités

Bénévoles accompagnants recherchés

Les besoins grandissent et les jumelages représentent parfois un défi pour répondre aux demandes d'accompagnement avec les bénévoles disponibles, car parfois nous faisons face à plusieurs contraintes (Lieu, disponibilités, les allergies, les contre-indications, les restrictions et autres) donc nous aimerions inviter les membres qui souhaitent devenir bénévole accompagnant actif à communiquer avec le coordonnateur des services à coordo@albatroslevis.com dès maintenant.

Les besoins à combler sont principalement au niveau du domicile, des résidences pour personnes âgées et aussi à quelques CHSLD du projet Tourterelle.

"La vie n'est qu'un passage, sur ce passage au moins semons des fleurs." Montaigne

COMITÉ DES COMMUNICATIONS

Le comité est prêt pour un automne de feu avec plusieurs activités de communication et de promotions à venir!

Conférence de nos services et témoignages de bénévoles de différents milieux.

8 septembre 2026 à 19h à 20h
Petite chapelle Saint-Joseph de l'Auberivière au
4191, rue Saint-Georges, Lévis
Ouvverte au grand public
Gratuit, aucune inscription

Kiosque pour faire la promotion de notre organisme

dans le cadre de la Journée santé mieux-être de la fondation du cancer du sein du Québec
11 septembre 2026 de 9h à 15h30
Centre des Loisirs de Scott, 44, 7^e Rue,
Scott, Québec, G0S 3G0

Kiosque pour faire la promotion de notre organisme

dans le cadre de la Marche du Grand dévouement de la Fondation québécoise du cancer
13 septembre 2026 de 9h30 à 15h
Base de plein air de Ste-Foy à Québec

COMITÉ DE FORMATION

Nous sommes heureux de vous annoncer le début de la prochaine cohorte de la formation Albatros de 36 heures, qui se tiendra du 25 août au 17 novembre prochain. Les rencontres auront lieu tous les mardis, de 19 h à 22 h, au Complexe Claude-Garneau de Saint-Romuald.

Pour enrichir davantage votre parcours, nous vous proposerons également en novembre un atelier portant sur l'aide médicale à mourir et l'accompagnement en toute objectivité, une occasion privilégiée de réflexion et d'échange sur cette réalité importante de l'accompagnement.

Sondage formation continue

Nous aimerions vous offrir ainsi qu'à d'autres organismes partenaires un atelier de développement personnel qui aurait pour objectif d'éviter la fatigue de compassion, d'adopter une attitude de « juste présence » lors des accompagnements palliatifs et le savoir-être dans notre milieu.

Si ce type d'atelier formatif cet automne vous intéresse, nous aimerions obtenir votre avis sur la durée idéale et le montant d'inscription.

Les ressources sondées actuellement pour animer cet atelier ne permettront malheureusement pas à Albatros Lévis d'offrir cet atelier gratuitement.

Préférence de la durée :

- A) Une demi-journée le samedi ;
- B) Une demi-journée le dimanche ;
- C) Une soirée de 3 heures en semaine ;
- D) Une journée complète en semaine ou la fin de semaine.

Montant maximal que je suis prêt à payer :

- A) 20 \$
- B) 30 \$
- C) 40 \$
- D) 50 \$

Si vous avez un intérêt, merci d'acheminer vos réponses à info@albatroslevis.com en inscrivant dans l'objet de votre courriel **SONDAGE FORMATION CONTINUE**

Espace bénévole

Accompagnement en CHSLD : la magie des tables Tovertafel

Depuis deux ans, je suis accompagnante bénévole une demi-journée par semaine au CHSLD de Charny. Je rencontre quelques résidents et je vois à leur apporter le plus possible de présence, d'écoute, d'aide, selon les capacités de recevoir de ces personnes.

Tout au cours de mon accompagnement, je me rends à l'occasion aux activités récréatives organisées par Marcelle Dion, technicienne en loisir, en y accompagnant un résident, ce qui m'a permis de faire une magnifique découverte : la Table magique.

Aussi appelée Tovertafel (Table magique en néerlandais), cette technologie, développée au Pays-Bas par la chercheuse Hester Le Riche, connaît un franc succès dans les CHSLD au Québec comme approche de soins non pharmacologiques.

Elle permet à nos aînés de stimuler leur motricité, leur mémoire, leur coordination et leur créativité grâce à des jeux visuels et sensoriels adaptés, favorisant ainsi le divertissement et le bien-être au quotidien. Cette technologie est soit fixée au plafond au-dessus d'une table ordinaire, soit installée sur un chariot mobile pour être déplacée d'une unité à l'autre, ou directement aux étages prothétiques. Le système projette des images lumineuses, colorées et animées directement sur la surface de la table. Les capteurs détectent les moindres gestes des mains et des bras. Les utilisateurs n'ont pas besoin de manette, d'écran tactile fragile ou de consignes complexes : la table réagit instantanément au toucher des mains ou d'un bâtonnet d'éponge.

Les appareils disposent d'un catalogue de plusieurs dizaines de jeux évolutifs conçus en co-conception avec des professionnels de la santé. Les activités se basent sur une approche « sans échec » (il n'y a pas de mauvaise action, tout mouvement génère une réaction positive).

Il est intéressant de constater que tous les CHSLD publics de Chaudière-Appalaches possèdent au moins une table magique fixe et quelques CHSLD, en plus, une table mobile, ce qui permet d'enrichir le quotidien des résidents et de ceux qui les accompagnent, en leur apportant une étincelle de vie et une douceur tellement précieuse.

Annette Giguère, accompagnante en CHSLD

Photos prises au CHSLD de Charny lors de l'inauguration officielle de cette technologie le 30 juin 2026, table fixe et une autre mobile



Espace bénévole

PROJET MM132

David Gagné, le fils d'une pionnière d'Albatros Lévis, l'accompagnante Margot Villeneuve-Gagné, a réalisé un bel exploit en juin dernier soit celui de parcourir la route 132 à vélo sur près de 1 700 kilomètres afin de sensibiliser le public au myélome multiple dont il est atteint. Il a amassé plus de 50 000 \$ pour la cause du Myélome multiple: <https://myeloma.ca/fr/>

BRAVO David & bonne continuité !

<https://www.mm132.ca/>

Deuil – toute nos sympathies

Nous offrons nos condoléances à tous ceux ayant vécu la perte d'un être cher dans les derniers mois.

Nous avons quelques livres qui traitent du deuil que vous pouvez emprunter gratuitement au Centre de documentation d'Albatros Lévis et nous vous invitons à consulter le site internet de La Gentiane <https://lagentiane.org/> pour obtenir une grande quantité de ressources.

De plus et pour votre information, le prochain groupe de soutien au deuil d'une durée de 10 semaines offert par la Coopérative funéraire des deux rives aura lieu au Centre funéraire d'Aubigny situé au 154 rue du Mont-Marie à Lévis débutera vendredi 25 septembre de 9h30 à 12h.

Pour inscription : 20\$ ou gratuit pour les membres de la la Coopérative.

<https://coopfuneraire2rives.com/blog/nouvelles-3/groupes-de-soutien-au-deuil-inscriptions-pour-l-automne-2026-33>



Portrait de bénévole : un cœur au service des autres

Depuis maintenant trois ans, Yves Leblond fait une différence remarquable auprès des personnes accompagnées par Albatros Lévis. Par sa présence bienveillante, son écoute attentive et sa grande générosité, il incarne parfaitement les valeurs qui nous animent.



Bénévole en accompagnement dans les CHSLD, il offre du réconfort aux personnes en soins palliatifs et en fin de vie. Son engagement va souvent bien au-delà des heures habituelles. Il n'est pas rare qu'il accepte de faire des veilles en soirée ou même durant la nuit afin d'offrir un précieux répit aux familles qui traversent des moments particulièrement éprouvants.

Mais son implication ne s'arrête pas là. Toujours prêt à donner un coup de main, il participe également à différentes activités de promotion de l'organisme. Que ce soit lors de kiosques d'information ou d'événements dans la communauté, il représente fièrement Albatros Lévis et contribue à faire connaître notre mission auprès du plus grand nombre de personne.

Ce qui le distingue particulièrement, c'est sa facilité à créer des liens. Il adore communiquer, échanger et aller à la rencontre des gens. Doté d'un grand réseau de connaissances, il possède ce talent naturel de mettre les personnes à l'aise et de susciter des conversations enrichissantes. Pour lui, chaque rencontre est une occasion de partager, d'écouter et de tisser des liens humains authentiques.

À travers chacune de ses implications, une chose ressort clairement : il aime profondément l'être humain. Cette qualité transparaît dans chacun de ses gestes et fait de lui un bénévole précieux pour notre organisme et pour toutes les personnes qu'il accompagne.

Merci, Yves, pour ces trois années d'engagement, de disponibilité et de compassion. Votre présence fait une réelle différence dans la vie de nombreuses personnes.

Albatros Lévis

Chroniques lecture

La chronique d'Anne

Chers amis lecteurs,

Je vous propose dans cette chronique le livre Être d'Alain Crevier, disponible à la bibliothèque de Lévis. L'auteur fut l'animateur pendant vingt ans de Second Regard. Il nous offre le fruit de ses réflexions à la lumière des rencontres et des pérégrinations réalisées dans le cadre de cette émission qui interroge le sens de la vie.

URSS

Alors que dans les années 1900, l'édification des églises foisonnait au Québec, en URSS, Staline procédait à son programme d'éradication de la religion et de destruction des lieux de culte. La grande cathédrale du Christ Sauveur, centre de l'orthodoxie, fut dynamitée en 1931. Des milliers de personnes furent abattues pour la seule raison qu'elles étaient croyantes et des milliers de prêtres furent déportés au Goulag. Folie d'un tyran. Peut-on tuer la foi de tout un peuple ? Depuis quelques années, les églises ont recommencé à fleurir en Russie. Retournement des temps.

Tibet

L'auteur y a fait la rencontre d'Ani Chöying, une nonne bouddhiste qui a changé la vie de nombreux népalais. Enfant martyre, elle a réussi sous la guidance d'un maître bienveillant, grâce à sa voix et une volonté de fer à financer ses œuvres qui ont visé, de prime abord, à sauver les petites filles du Népal d'un sinistre destin. « Je ne laisserai pas le passé ruiner ma joie. On peut guérir, apprendre et grandir. Plutôt que maudire l'obscurité, vaut mieux allumer une bougie. » L'auteur est renversé par le pouvoir du pardon incarné par Ani Chöying et sa détermination à changer ce qui doit l'être. Bonté fondamentale de certains humains.

Aide médicale à mourir (AMM)

L'auteur aborde le poids des mots. Il révèle qu'au Québec, pour un journaliste, aborder la thématique du suicide est très difficile. C'est un sujet sensible dont il est préférable ne pas parler. Selon lui, il aurait été impossible de nommer l'AMM, le suicide médical assisté. Réflexion intéressante. Par ailleurs, à ses yeux, l'AMM reflète le chemin parcouru par la société québécoise depuis l'obscurantisme religieux qui dominait par le passé. Vraiment ?

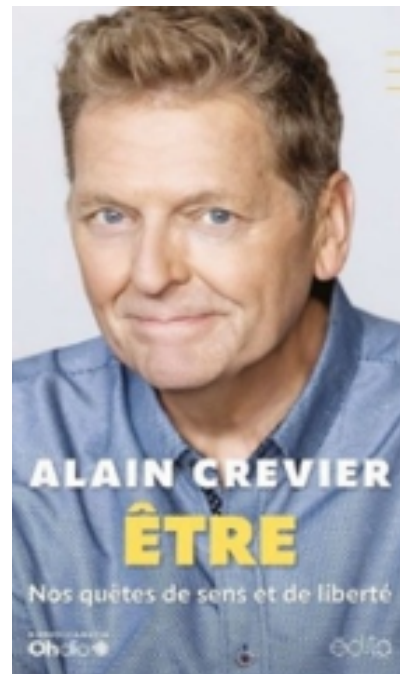
Le sentiment d'utilité

M. Crevier relate une rencontre avec Gilles Kègle, l'infirmier de la rue. Le besoin d'être utile donne-t-il un sens à la vie ? M. Kègle a confirmé que les plus démunis qu'il a aidés quotidiennement ont donné un sens à sa vie et cela lui a beaucoup apporté. Plusieurs bénévoles auxquels s'est adressé l'auteur témoignent également que malgré l'ingratitude des gens, parfois, ils aident bien simplement parce que c'est ce qu'il faut faire. Sagesse profonde.

M. Crevier aborde de nombreux autres thèmes dont celui de la prière, de la communion, de la beauté. Peut-être, nous dit-il, qu'il n'y a pas de sens à la vie mais une sérénité, une paix que l'on porte en soi et que l'on découvre.

Être d'Alain Crevier. Édito. 2024. 300 p.

Anne Stein, le 21 juin 2026



Chroniques lecture

La chronique du centre de documentation d'Albatros Lévis

Parole, et si on prenait le temps d'écouter? de Réjean Carrier

À une époque où tout va vite, où les réponses précèdent parfois les questions, le livre *Parole, et si on prenait le temps d'écouter?* nous invite à ralentir et à redécouvrir une compétence essentielle : l'écoute.

Fort de près de quarante années d'expérience en travail social auprès de personnes atteintes de maladies graves et en soins palliatifs, Réjean Carrier rassemble dans cet ouvrage des témoignages recueillis au fil de ses rencontres avec des patients et leurs proches. Ces confidences, empreintes d'authenticité et d'humanité, sont regroupées autour de thèmes universels comme l'espoir, le soutien, la douleur, le choix, l'acceptation et la fin de vie.

Ce qui rend ce livre particulièrement touchant, c'est qu'il ne cherche pas à offrir des recettes ou des réponses toutes faites. Il donne plutôt une voix à celles et ceux qui traversent l'épreuve de la maladie et nous rappelle combien chaque parcours est unique. Entre les témoignages, l'auteur partage ses réflexions, ses observations et des citations qui enrichissent la compréhension du vécu humain face à la vulnérabilité.

Bien que le contexte soit celui des soins palliatifs, les enseignements de ce livre dépassent largement cet univers. On y découvre l'importance de la présence, de l'empathie et de l'écoute sincère, des valeurs qui trouvent leur place autant dans nos relations personnelles que professionnelles. C'est un ouvrage qui nous amène à réfléchir à notre façon d'accompagner les autres, mais aussi à notre propre rapport au temps, à la souffrance et à la vie.

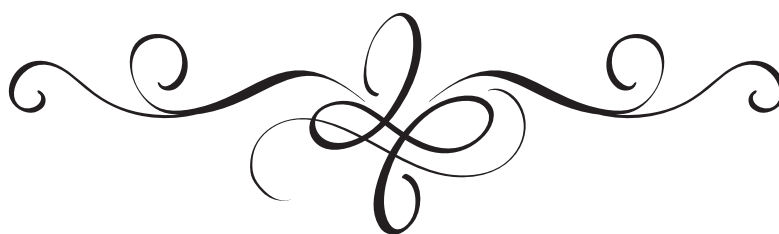
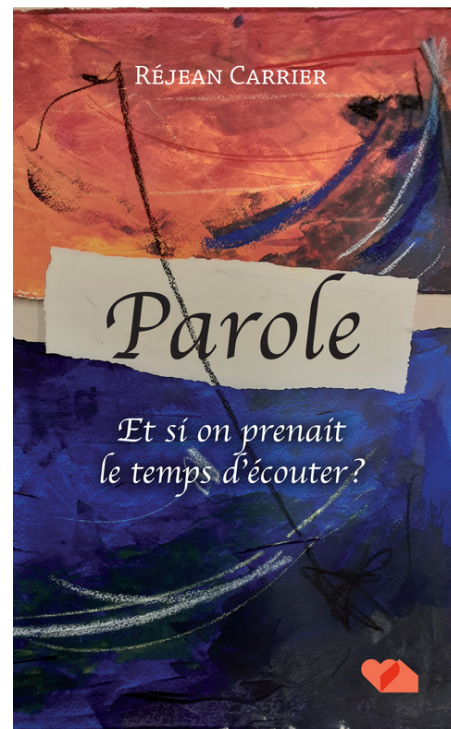
Pourquoi le lire? Parce qu'il nous rappelle que derrière chaque parole se cache une histoire, et que derrière chaque histoire se trouve une personne qui souhaite avant tout être entendue.

Une citation qui résume bien l'esprit du livre :

« *La parole du malade est un enseignement important, voire une vérité importante, la sienne, ce qu'il vit, sa singularité.* »
Réjean Carrier.

Un livre sensible, profondément humain et inspirant, qui nous invite à cultiver une qualité devenue précieuse : prendre le temps d'écouter.

Si cette chronique a piqué votre curiosité, sachez que le livre *Parole, et si on prenait le temps d'écouter?* est offert gratuitement dans notre centre de documentation. N'hésitez pas à l'emprunter et à vous laisser toucher par les réflexions, les témoignages et les précieux enseignements qu'il renferme.



Chronique partenaire

Journée santé mieux-être

Après un diagnostic de cancer du sein, chaque personne accueille comme elle le peut l'annonce de la maladie. Dans tous les cas, les personnes touchées peuvent vivre de nombreux changements dans leur quotidien et se sentir inquiètes ou dépassées.

La Table des partenaires communautaires en cancérologie de Chaudière-Appalaches, dont Albatros Lévis fait parti, organise la Journée santé mieux-être à Scott le 11 septembre 2026. Cette journée vise à offrir de l'information et des outils concrets pour mieux composer avec les changements et ainsi améliorer la qualité de vie des personnes touchées, tout au long de la trajectoire de soins.

Thématique : Cancer du sein, stade 4

Pour plus d'informations ou inscriptions:

<https://rubanrose.org/je-cherche/autres-services/evenements-educatifs/journee-sante-mieux-etre/chaudiere-appalaches-2026/>



Panel électoral du 22 septembre

À l'approche des élections provinciales, la CDC de Lévis vous invite à réserver un moment à votre agenda pour participer à son panel électoral, qui se tiendra le mardi 22 septembre, de 15 h à 16 h dans la grande salle au Filon soit le, 4577, boulevard Guillaume-Couture à Lévis (Québec) G6W 6M6.

Parce que cette rencontre est d'abord pensée pour vous et avec vous, nous vous invitons à nous transmettre les questions ou les enjeux qui touchent, de près ou de loin, votre réalité du milieu communautaire. Notre animateur s'en inspirera pour alimenter les échanges avec les personnes candidates.

👉 Pour s'inscrire, cliquez sur ce lien : [Panel électoral du milieu communautaire du 22 septembre 2026 – Remplir le formulaire](#)

Une période de questions est également prévue durant le panel afin de permettre aux personnes participantes d'intervenir directement. De plus, afin de nous aider dans l'organisation et parce que l'on doit respecter la capacité de la salle, merci de réserver votre ou vos places en répondant au même sondage.

Nous espérons vous y voir en grand nombre!

L'équipe de la CDC de Lévis

Conférence AQDR

L'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) Lévis – Chaudière-Appalaches via son Programme d'information aux aînés (PIA) offre 10 heures de formation continue sur différents ateliers (Finances et patrimoine, vivre avec le changement, les différents milieux de vie et le bail, l'univers des RPA, etc.). Informations ou inscription auprès d'Annie au (418) 858-5756.

De plus, il y aura quelques conférences organisées par eux cet automne dont celle du mercredi 11 novembre « Comprendre les soins palliatifs et de fin de vie » par Amélie St-Pierre, travailleuse sociale à la <https://www.mspdulittoral.com/>

L'inscription est obligatoire (5\$ pour les non-membres) en composant le (418) 835-9061 ou levis@aqdr.org / <https://aqdr-levis.org/>

Informations diverses

Conférence du Dr Christophe Fauré, MD

Ce médecin psychiatre et psychothérapeute français de renommée internationale sera en tournée au Québec du 16 au 27 septembre 2026 pour présenter sa conférence intitulée « Et si la conscience survivait à la mort ».

La conférence à Québec aura lieu samedi 26 septembre prochain à 19h30 au Théâtre de la Cité universitaire de l'Université Laval.

<https://www.youtube.com/watch?v=DXZAcqTMdZo>

Si vous avez un intérêt en apprendre davantage sur les expériences de mort imminente (EMI), les expériences de fin de vie (EFV) et les vécus subjectifs de contact avec un défunt (VSCD), vous pouvez vous procurer un billet (51,74\$) à : <https://www.eventbrite.ca/e/billets-a-quebec-et-si-la-conscience-survivait-a-la-mort-1996307482419>

Le lendemain au Château Bonne Entente, il animera un séminaire d'une journée complète sur le deuil et la réconciliation intérieure.

Sondage « Rites et deuils »

Nous vous invitons à participer à une étude de deux chercheurs de l'UQO et de l'UQAC qui est intitulée « rites et deuils » Regards croisés sur les trajectoires spatiotemporelles des rituels en contexte de deuil. <https://sondage.uqac.ca/791796>

Merci à l'accompagnateur bénévole Daniel St-Pierre d'avoir transmis ces informations. Ce dernier a connu l'un des chercheurs (Madame Chantal Verdon par le biais de l'organisme Solidarité-Deuil d'enfant).

<https://www.sdequebec.ca/accueil>

Congrès AQSP 2026

Vous pouvez consulter via le lien ci-dessous les présentations des ateliers lors du dernier Congrès de l'Association québécoise des soins palliatifs tenu à Sherbrooke le 7 et 8 mai derniers.

<https://www.aqsp.org/formations-et-evenements/congres-aqsp-2026/>

Une alliée pour mieux suivre vos rendez-vous médicaux

L'application Emilia vous aide à retenir l'essentiel de vos consultations de santé. Pendant votre rendez-vous, l'application enregistre la conversation afin que vous puissiez rester pleinement concentré sur les échanges avec votre professionnel de la santé.

À la fin de la consultation, Emilia génère automatiquement un résumé clair et structuré regroupant les informations importantes : symptômes, traitements, recommandations et prochaines étapes. Toutes vos informations demeurent accessibles au même endroit.

Au besoin, vous pouvez également partager ces résumés avec un proche aidant ou un membre de votre famille. Vous gardez le contrôle de vos données et choisissez ce que vous souhaitez partager.

<https://emilianotes.com/>

8^e journée scientifique 2026

Cette journée scientifique du Réseau québécois de recherche en soins palliatifs et de fin de vie (RQSPAL) aura lieu cette année le mercredi 7 octobre prochain au Palais des congrès de Montréal dans le cadre du Montréal International Palliative Care Congress (MIPCC) <https://mipcc2026.ca/>

Vous pouvez télécharger le programme et le livret des résumés au lien suivant :

<https://recherchesoinspalliatifs.ca/jsa-2026/>

AGA des partenaires

Au cours du printemps, Sarah Gauvin, directrice générale et Louise Lessard, présidente, ont représenté notre organisme lors des assemblées générales annuelles de Bénévoles d'Expertise et de Présence Lotbinière.



Mot caché (réalisé par Suzy Desprès)

Un petit jeu, histoire de se détendre, pour vous!

MOT CACHÉ - MOT DE 8 LETTRES

C	T	E	R	M	I	N	A	L	E	S	T	A	D	E
A	O	M	I	S	S	I	O	N	V	A	L	E	U	R
C	O	N	F	I	A	N	C	E	I	D	A	L	A	M
C	A	L	F	O	R	M	A	T	I	O	N	S	S	M
O	S	O	L	I	D	A	R	I	T	E	S	N	O	D
M	O	R	T	B	D	I	A	G	N	O	S	T	I	C
P	R	O	C	H	E	E	E	M	O	T	I	O	N	B
A	A	L	I	T	E	A	N	E	Z	V	I	E	P	O
G	O	L	E	F	I	N	E	T	A	E	A	U	R	U
N	E	U	L	I	E	U	X	T	I	P	E	R	O	T
E	U	M	D	I	G	N	I	T	E	A	I	E	J	E
M	V	I	R	C	A	O	I	E	M	T	L	I	E	N
E	R	E	O	T	N	T	R	A	N	C	E	I	T	D
N	E	R	I	U	R	S	I	L	E	N	C	E	T	U
T	R	E	T	S	O	N	S	F	L	E	U	R	S	E

A - B - C

accompagnement
aie
alite
bout
confiance
confidentialite

D - E - F

diagnostic
dignite
dons
droit
eau
emotion
fleurs
formations

I - L - M

ictus
lien
lieux
lumiere
main
maladie
mission
mort
motivation

N - O

nez
oeuvrer
oie
olefine

P - R - S - T - V

palliatif
proche
projet
repet
silence
soin
solidarite
stade
tendue
terminale
trance
valeur
vie

À venir

Marche du Grand Défolement le 13 septembre 2026

Rejoignez notre équipe pour la Marche du Grand défolement 2026 !

Le 13 septembre prochain, nous serons présents à la Base de plein air de Sainte-Foy.

Dans le cadre de La Marche du Grand défolement de la Fondation québécoise du cancer, nous aurons également l'occasion de tenir un kiosque d'information, mais nous y serons aussi pour marcher afin d'amasser des fonds. La Fondation québécoise du cancer offre aux organismes de participer pour récolter des dons et nous pouvons récupérer 90% de ce que nous amassons. Tous les dons serviront à aider les personnes en fin de vie et leur famille.

Pour participer, vous pouvez donc :

Faire un don à notre équipe ou vous inscrire dans notre équipe pour amasser des fonds au nom d'Albatros Lévis

Cliquez ici pour faire un don ou vous inscrire à notre équipe!



Tirage moitié-moitié

Comme nous vous l'annoncions il y a quelques mois, notre campagne majeure de financement est bien en cours, avec plusieurs initiatives visant à amasser des fonds pour soutenir nos projets. Cet automne, l'une de ces initiatives prendra la forme d'un tirage moitié-moitié avec un montant alléchant à gagner!

Surveillez nos communications dans les prochaines semaines afin de ne rien manquer du lancement et des modalités de participation. 🍁💰

Sajama 2.0

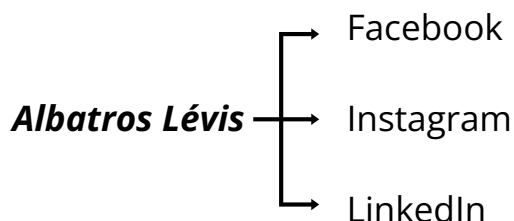
Suite à la réussite du projet Sajama ayant permis d'amasser plus de 18 000 \$ et d'avoir sensibiliser la population à la cause et la promotion de nos services reliés à l'accompagnement palliatif, nous souhaitons réaliser d'autres projets similaires comme collecte de fonds. Ainsi, en 2027 et 2028 trois voyages caritatifs seront réalisés par des groupes dont chacun des participants aura à réaliser une campagne de financement.

À cet égard, le premier voyage confirmé sera réalisé à l'automne 2027 sur l'Île de Crète en Grèce. De plus amples précisions suivront prochainement.

Suivez-nous sur le Web et les réseaux sociaux

Restez connectés avec nous! Suivez-nous sur nos réseaux sociaux et visitez régulièrement notre site Web pour découvrir nos dernières nouvelles, nos activités à venir et tout ce qui se passe dans notre communauté.

Site web: www.albatroslevis.com



À venir

Programmation annuelle des activités 2026-2027

Dates	Lieux	Activités
25 août au 17 novembre 2026	Complexe Claude Marcoux	Formation 36h
17 septembre 2026 à 19h	Maison Dessercom	Rencontre de partage
18 novembre 2026 à 19h	Maison Dessercom	Rencontre de partage
21 novembre 2026 de 8h30 à midi	Maison Dessercom	Atelier formatif : Aide médicale à mourir; une réflexion qui s'impose. Pour accompagner en toute objectivité
27 novembre 2026 à 17h	Centre civique de St-Jean	Activité reconnaissance des bénévoles
1er décembre 2026	Maison Dessercom	Café-rencontre pour échanger suite à l'atelier formatif sur l'aide médicale à mourir du 21 novembre 2026
16 janvier 2027 à 9h	Lieu à déterminer	Déjeuner de la rentrée
Janvier 2027, date précise à déterminer	Maison Dessercom	Atelier formatif : L'accompagnement des personnes en fin de vie présentant des déficits cognitifs
Date à déterminer	Lieu à déterminer	Rencontre de partage
20 février 2027 au 10 avril 2027	Maison Dessercom	Formation 36h
Date à déterminer	Lieu à déterminer	Rencontre de partage
17 juin 2027	Lieu à déterminer	Assemblée annuelle générale