



Association des Personnes Stomisées
Mauricie Centre-du-Québec

Bulletin ESPOIR

REGROUPER AIDER - ACCOMPAGNER
INFORMER - SENSIBILISER

Printemps 2024

| VOL. 48 NO 1



A
P
S
M
C
Q

Artiste peintre Nancy Hoerter

Suivez-nous: [Facebook.com/APSMCQ/](https://www.facebook.com/APSMCQ/)

Contactez-nous: apsmcq@gmail.com — 819 380-7987



Création d'un GROUPE de SOUTIEN en relation d'aide auprès des nouvelles personnes stomisées.

Les objectifs visés:

- **Créer un Groupe de Soutien, solidaire, articulé sur des valeurs humanistes**
- **Adhérer au Programme du Groupe de Soutien nouvellement rédigé et au Code d'éthique**
- **Uniformiser le plus possible l'approche de l'équipe des aidants par une journée de formation sur les concepts de la relation d'aide**
- **Prévoir des mise à niveau par une formation selon les besoins exprimés par les aidants**
- **Avoir une équipe stable et reconnue dans le réseau**
- **S'investir bénévolement.**



Projet d'une `` Journée de la Santé Globale ``

- Briser l'isolement de la personne stomisée et ouvert à tous...
- Voir l'individu stomisé à travers son quotidien comme une mère de famille, comme un travailleur de la construction ou un intello accompli
- Faire connaître aux grands publics la réalité des personnes stomisées.

Vous verrez sur les lieux :

- Des kiosques regroupant différents thèmes : nourriture, vêtements, divertissements, relaxation et arts. Les compagnies et commerces d'appareillage et groupe de mise-en-forme. Lieu de détente ZEN... ET AUTRES SURPRISES....!!!

Nous vous invitons à participer à **l'organisation de la journée**

OU **à la formation**. Contactez-nous le plus rapidement possible :

apsmcq@gmail.com ou 819 380-7987 (Laisser un message)

RÉPERTOIRE DES PERSONNES RESSOURCES

CONSEIL D'ADMINISTRATION :

Président	Daniel Bertrand	819 293-8340	Nicolet
Vice président	vacant		
Trésorière	Micheline Mailhot	819 379-3184	Trois-Rivières
Secrétaire	Louise Samson	819 293-8340	Nicolet
Administratrice	Louissette Courtois	819 752-6853	Victoriaville
Administrateur	Réjean Dumais	819 696-1333	Bécancour
Administrateur	vacant		

POUR NOUS REJOINDRE: [Facebook.com/APSMCQ/](https://www.facebook.com/APSMCQ/)

Courriel: apsmcq@gmail.com

Téléphone: 819 380-7987

INFIRMIÈRE CONSULTANTE - Resp. PROGRAMME DE VALORISATION

Annie Francoeur, inf. 819-378-4204, Centre de Stomie de la Mauricie

STOMOTHÉRAPEUTES et CONSEILLÈRES en SOINS aux Stomisés

La Tuque; Laurie Desrochers, Inf. conseillère : (819) 523-4581, poste 2723

Shawinigan et Batiscan; Martine Lefebvre et Sarah-Maude Lapointe: (819) 536-7500, poste 2741

Trois-Rivières; Joliane Héroux : (819) 697-3333, poste 63165

Stéphanie Bourget " " poste 64061

Maskinongé et Louiseville; Joanie Brodeur, Inf. conseillère: (819) 228-2731, poste 2756

Bécancour-Nicolet-Yamaska; Valérie Gervais Inf. conseillère :

(819) 293-2071 # 54999

Drummondville; Marie-Soleil Bourbeau et Marikim Gosselin : (819) 478-6464, poste 26108

Victoriaville; Josée Parent : (819) 357-2030 poste 2547

Sherbrooke; Évelyne Gobeil : (819) 346-1110 poste 25397

" GROUPE de SOUTIEN " (Prise de contact : 819 380-7987)

Louiseville: Nathalie Viau

Mont-Carmel: Julie Garceau

Trois-Rivières; Stéphanie Rousseau

Nicolet: Daniel Bertrand et Louise Samson.

MOT DU PRÉSIDENT

Bonjour à toutes et à tous,

Je dois vous rappeler combien L'APSMCQ me tient à cœur; je m'y investis ardemment. Cependant, je suis très inquiet car nous manquons de la relève pour assurer la survie de l'association. Ainsi très souvent lors des réunions du Conseil d'administration, nous craignons de ne pas avoir le quorum.

Nous vous invitons donc à donner un peu de votre temps. Votre présence pourrait permettre à l'APSMCQ la poursuite de son action aujourd'hui et demain.

Je vous rappelle que la Soirée Festive du 21 octobre 2023 un franc succès. Plusieurs personnes se sont impliquées : Micheline, Louise, Nathalie, Daniel et d'autres encore durant la soirée : Jacques, Mario, Sylvain, Éric. MERCI encore. Je souligne l'initiative de Mme Louise Courtois pour sa cocarde originale. (voir page 16).

Voici le rapport des visiteurs-accompagnateurs par Denis Bergeron et son équipe. D'ailleurs nous le remercions pour son implication avec son épouse Lisette durant plusieurs années incluant les données de l'équipe de relève depuis septembre 2023. Rencontre de 7 femmes et 9 hommes dont la moyenne d'âge est d'environ 70 ans; 7 iléostomies, 4 colostomies et 5 urostomies; 10 téléphones et 12 visites. **Nous vous annonçons que dorénavant les nouvelles personnes stomisées seront prises en charge par le GROUPE de SOUTIEN rejoignable au 819 380-7987.**

Il importe de soutenir notre association lors de la **deuxième campagne d'adhésion 2024 - 2025**. Il faudrait nous aider concrètement! Si vous voulez que l'APSMCQ évolue, nous devons tous y mettre de l'effort, tout comme vous le déployez jour après jour avec votre stomie.

Rappelons-nous que l'une des principales MISSIONS de l'association et que toutes les actions posées vont vers l'intégration, l'émancipation et l'évolution des stomisés...!! « **Ceux qui pensent que c'est impossible sont priés de ne pas déranger ceux qui essaient.** » comme écrivait **Séverine Autesserre** auteure et politicologue.

Daniel Bertrand président de l'APSMCQ

AVIS DE CONVOCATION DES MEMBRES

S'IL-VOUS-PLAÎT, VOUS INSCRIRE AU 819-380-7987

**Vendredi 26 avril 2024, à 19:00 Pavillon Communautaire
350 Côte RichelieuTrois-Rivières**

Assemblée Générale SPÉCIALE

ORDRE DU JOUR

1. Ouverture de l'Assemblée Générale SPÉCIALE et constat du quorum;
2. Nomination de la présidence et du secrétaire de l'Assemblée;
3. Notification des commentaires reçus. Adoptions des modifications aux Règlements Généraux.
4. Levée de l'Assemblée.

Assemblée Générale Annuelle

ORDRE DU JOUR

1. Ouverture de l'Assemblée Générale Annuelle et constat du quorum;
2. Nomination de la présidence et du secrétaire de l'Assemblée;
3. Lecture et adoption de l'ordre du jour;
4. Lecture et adoption du procès-verbal de l'AGA du 28 avril 2023;
5. Présentation du rapport des activités 2023-2024;
6. PLAN D'ACTION pour 2024 - 2025 et vous, qu'en pensez- vous ???
7. Présentation et adoption des Bilan financiers 2023, et les frais d'adhésions 2024-2025;
8. Nomination du président et secrétaire d'élection. Élection des membres du futur conseil d'administration 2024-2025: au Conseil d'administration: nomination de Mme Louissette Courtois et Mme Élane Paré. Fin de mandat; Daniel Bertrand et Louise Samson. Élections des administrateurs(trices). 2024 (4) postes prn.
9. Varia;
10. Levée de l'Assemblée.

Rapport d'activité 2023 - 2024

- 1) Cette année encore, nous avons rejoint au téléphone tous les membres pour leur souhaiter de Joyeuses Fêtes. Ce geste fort apprécié nous permet d'être à leur écoute..!
- 2) Nous avons acheté une bannière rétractable comme porte-étendard promotionnel. ***Nous vous annonçons que nous revenons à l'impression d'un dépliant beaucoup plus complet comme outils d'information.***
- 3) En plus des déjeuners rencontres nous avons commencer les diners et les soupers rencontres dans les deux régions périphériques soient Victoriaville et Shawinigan qui sont très appréciés, voir l'article complet dans le Bulletin. Et maintenant nous avons un Café Rencontre le 2eme jeudi du mois au Café Morgan du Centre d'achat de Trois-Rivières ouest (Wal-Mart) à 13:00. Le déjeuner du CAP à 08:00 du matin le 3eme mercredi du mois est maintenu.
- 4) Nous avons aussi travailler, très sérieusement, sur le code d'éthique et les politiques de gouvernances.
- 5) La gestion quotidienne gruge beaucoup de temps afin de mettre à jour les dossiers; financier et papperasse auprès des deux ordres gouvernementaux. Nous avons du refaire une réinscription auprès de la ville de Trois-Rivières qui nous a obliger d'adhérer à une police d'assurance de responsabilité civile qui n'est pas donné. Nous travaillons afin d'aller chercher des subventions pour nous donner les moyens pour continuer à organiser des activités variées, enrichissantes et divertissantes.
- 6) La SOIRÉE FESTIVE du 21 octobre fut un gros succès et aux dires des participants(es). Nous remercions toutes les personnes qui se sont impliquées activement. Pour plus ample information voir l'article dans le Bulletin.

BILAN FINANCIER 2023
de l'APSMCQ

SOLDES EN CAISSE AU 1^{er} JANVIER 2023	2 208,75
<u>RECETTES:</u>	
Dons	329,00
Commandites	3 525,00
Frais d'adhésions	1 455,00
Ristourne + Intérêt	24,31
Fête FESTIVE	2 860,50
Programme des sorties sociales	300,00
<u>TOTAL RECETTES;</u>	<u>8 493,81</u>
<u>SOUS-TOTAL EN CAISSE;</u>	<u>10 702,16</u>
<u>DÉPENSES:</u>	
Ordinateurs de l'association (comptabilité)	305,38
Frais de déplacement et repas	721,74
Bannière	234,00
Papeterie	420,67,40
Bulletin ESPOIR (2 publications couleurs)	1 691,25
AGA	61,98
Poste Canada;	720,92
Frais bancaires	40,40
Fête FESTIVE;	901,58
Divers; (inscription congrès AQPS, cadeaux ...)	458,81
TPS	186,12
TVQ	364,62
Gouvernement (frais d'inscription et de mise-à-jour)	165,50
Assurance de responsabilité civile BFL Canada	725,39
<u>TOTAL DES DÉPENSES</u>	<u>7 083,61</u>
<u>SOLDE EN CAISSE AU 31 DÉCEMBRE 2023</u>	<u>3 618,95</u>

Micheline Mailhot, trésorière

PLAN D'ACTION 2024—2025

BIENVENUE À TOUS.

Vous avez des idées pour recruter des bénévoles engagés dans notre cause ?

Voici nos plus ressenties projections de réalisation:

`` Livret sur l'historique de l'ASM
1978 - 2024``

`` Journée de la SANTÉ GLOBALE `` qui s'adresse autant à la personne stomisée qu'aux proches aidants, aux parents et amis et au public en général.

Bienvenue à tout le monde de la Mauricie et du Centre-du-Québec

`` Programme de Soutien aux Organismes Communautaires `` nous referons une demande au CIUSSS-MCQ. Nous avons maintenant un atout important avec la collaboration du TROC-MCQ. Nous savons maintenant qu'il est important de prouver notre partenariat avec d'autres organismes communautaires de nos deux régions administratives.

``Mise sur pied d'un "Programme pour le Groupe de Soutien" qui vient en aide aux nouvelles personnes stomisées. Si vous êtes intéressé, contactez nous 819 380-7987.

[Nous annonçons sur le babillard de](#)

[NousTV Mauricie](#)

Déjà en 2022, notre président, M. Daniel Bertrand appuyé par les membres du CA, ont favorisés la nomination de Mme Marguerite Paquet pour le prix de L'Ordre de La Vérendrye de la ville de Trois-Rivières.



Cet honneur reconnaît ses implications exceptionnels auprès de son entourage et de l'association. Sylvie a été nommée pour en faire le suivi. Voici le verbatim du vidéo hommage.

“Bonsoir,

Je suis Sylvie Tessier Dumas, vice-présidente de l'association des personnes stomisées Mauricie Centre-du-Québec.

Ce soir au nom de l'association, j'aimerais rendre hommage à Marguerite Paquet. Elle était là à la création de l'association, il y a de cela 42 ans.

Ce qui me touche chez toi Marguerite, ce sont tes nombreuses qualités de cœur et Dieu sait que tu en as! Ces qualités de cœur, on les retrouve chez les personnes d'exception, comme toi!

Il y a 50 ans, tu as traversé la maladie puis un beau jour, tu t'es dit: « Rire ma foi, c'est moins fatigant que de pleurer! »

Puis je te cite, car tu écrivais souvent dans notre bulletin « Espoir » de l'association et dans celui du printemps 2019, à la question: « Quant à notre cœur, qu'a t'il à gagner en vivant avec une stomie? » Tu avais alors répondu: « Ce n'est pas du muscle physique dont il s'agit ici, mais plutôt de notre capacité d'aimer...et tu ajoutes que plusieurs occasions s'offrent à nous pour aimer mieux en étant plus patient, plus tolérant et plus attentif envers nous mais en n'oubliant pas de se soucier de ceux qui nous entourent. Et ainsi notre Amour grandit et notre Bonheur aussi. »

Alors, merci Marguerite, un grand Merci au nom de tous ceux qui ont croisé ta route ou qui ont pu bénéficier de ton aide en tant que bénévole.

Reçois toutes nos félicitations!”

« L'espoir renaîtra et la lumière brillera de nouveau. Vous pouvez décider d'être heureux. C'est votre choix. »

Dana



En plus de produits d'exception, le programme me+^{MC} vous fournit des outils et vous prodigue des conseils pour vous aider à prendre complètement en mains votre vie avec une stomie.



me+^{MC}
soins

Produits, fournitures et conseils pour les premières semaines de retour à la maison.



me+^{MC}
soutien

Spécialistes en chair et en os au bout du fil ou du clavier pour répondre à toutes vos questions.



me+^{MC}
réponses

Une ressource exhaustive en ligne traitant de tous les aspects de la vie avec une stomie.

me+^{MC} réponses

Série rétablissement
fournit des informations et un soutien sur l'importance des mouvements et de l'activité physique après une stomie.



me+^{MC}

communauté
Des idées et des récits inspirants d'autres personnes qui vivent avec une stomie.

Devenez membre gratuitement et bénéficiez dès aujourd'hui des avantages de me+^{MC}.

S'inscrire est facile : il suffit d'appeler au 1-800-465-6302 ou de visiter www.convatec.ca.

*Photo de mannequin
AP-018657-CA

Toutes les marques de commerce et les marques déposées appartiennent à leurs propriétaires respectifs. © 2019 Convatec Inc.



Quelques liens sur internet:

Les associations:

- (RSQL) <https://rsql.org/menu-liens/>
- Association québécoise des personnes stomisées (AQPS) <https://aqps.org>
- Association québécoise des stomisés Richelieu-Yamaska (ASRY) - plusieurs excellents vidéos

Liens vers divers CHU:

- Les stomies sur le CHU de Québec <https://www.chudequebec.ca/recherche> = stomies
- Les fiches du CHU de Sherbrooke <https://www.santeestrie.qc.ca/soins-services/conseils-sante/autosoins-a-domicile/stomies> - Divers liens du CHU des Laurentides: <https://www.santelaurentides.gouv.qc.ca/soins-et-services/soutien-a-domicile/stomie/> Plusieurs vidéos de formation du CHU des Laurentides.
- Fiches de santé du CHUM (Montréal) sur les stomies <https://www.chumontreal.qc.ca/fiches-sante?q=stomies>

Athlète avec une stomie:

- <https://www.instagram.com/athletewithstoma>
- Société canadienne des personnes stomisées, choisir le français dans le coin haut à droite. <https://www.ostomycanada.ca/ostomy-inspiration-corner/>
- Charlène active sous le pseudo Kangouroo_girl sous Instagram et influenceuse sur Facebook a aussi une page web.

Les fabricants publient aussi beaucoup d'informations:

- COLOPLAST : <https://www.coloplast.ca/fr-CA/>
- HOLLISTER : <https://www.hollister.ca/fr-ca?hl=fr-CA>
- CONVATEC : <https://www.fr.convatec.ca/>

Référence: Merci à l'association du Regroupement des Stomisés de Québec-Lévis (RSQL)



Recevez les sincères salutations
des membres du conseil municipal
de la Ville de Trois-Rivières.


Jean Lamarche
Maire de Trois-Rivières
cabinet.maire@v3r.net





SOIRÉE FESTIVE 2023

Le, CA a décidé d'organiser en 2023, pour la première fois une Soirée Festive le 21 octobre. Environ 60 personnes y ont assisté. Nous en sommes très fier. Nathalie Viau et son amie Carmelle nous ont préparé une soirée musicale électrisante.

Notre président, Daniel, avec sa détermination à toute épreuve a obtenu les argents pour qu'on puisse se payer, entre autre, un léger gouter préparé par notre secrétaire

Louise; celle-ci aime bien recevoir son monde. Micheline notre trésorière a participé à l'évènement.

Soulignons la présence de Mme Diane Boulanger représentante de l'AQPS, M Jacques Beaudreault président de ASRY, M. Dessaulles Beaudry comme ancien membre actif de l'association. On ne peut passer sous silence l'initiative de Mme Louissette Courtois avec ses cocardes originales représentant notre papillon.

Un gros MERCI à Mme Annie Francoeur de ASM, pour les deux bon d'achat de 100\$ à offrir en prix de présence. Merci également à nos généreux députés de la Mauricie et Centre-du-Québec.

À la fin de la soirée plusieurs personnes se sont offertes généreusement pour ont aidé à remettre en place la salle. Nous les remercions CHALEUREUSEMENT.

Le poids du nombre fait toute la différence... !!!!

Louise Samson secrétaire de l'APSMCQ



MERCI À NOS GÉNÉREUX DONATEURS



MARTIN
Champoux
DÉPUTÉ DE DRUMMOND

BLOC
Québécois

819 477-3611 | Martin.Champoux@parl.gc.ca
martinchampoux.com



Sonia
LEBEL
Députée de Champlain

ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC



Marie-Louise
TARDIF
DÉPUTÉE DE LAVIOLETTE-SAINTE-MAURICE

ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

819 539-7292
marie-louise.tardif@assnat.qc.ca



Sébastien
SCHNEEBERGER
DÉPUTÉ DE DRUMMOND-BOIS-FRANCS

ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

819 475-4343
235, rue Heriot, bur. 470
Drummondville (Québec) J2C 6X5
sebastien.schneeberger.drums@assnat.qc.ca



Simon
ALLAIRE
DÉPUTÉ DE MASKINONGÉ

ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

819 228-9722
simon.allaire.mask@assnat.qc.ca



*Avec vous,
pour vous!*

Eric
LEFEBVRE député d'Arthabaska
whip en chef du gouvernement

ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

819 758-7440
eric.lefebvre.arth@assnat.qc.ca



Donald
MARTEL
DÉPUTÉ DE NICOLET-BÉCANCOUR

ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

819 233-3521
donald.martel.nico@assnat.qc.ca



JEAN BOULET
Député de Trois-Rivières
Ministre responsable de la région de la Mauricie
Ministre du Travail, de l'Énergie et de l'Économie

ASSEMBLÉE NATIONALE
DU QUÉBEC

819 371-6901
1500, rue Royale, bureau 180
Trois-Rivières (QC) G9A 6E9



YVES Perron
DÉPUTÉ DE BERTHIER-MASKINONGÉ

BLOC Québécois

343, avenue Saint-Laurent, Louiseville (Québec) J5V 1K2
T : 819-228-1210 / 1-866-311-1210 yves.perron@parl.gc.ca | yvesperron.quebec



André LAMONTAGNE
DÉPUTÉ DE JOHNSON

MINISTRE DE L'AGRICULTURE, DES PÊCHERIES ET DE L'ALIMENTATION
MINISTRE RESPONSABLE DU CENTRE-DU-QUÉBEC

819 474-7770
andre.lamontagne.john@assnat.qc.ca

ASSEMBLÉE NATIONALE DU QUÉBEC



Richard Philibert
Maison Funéraire



819 378-3838
richardphilibert.ca

Les temps changent... Nos valeurs demeurent.



Message du président de l'AQPS M. Judes Ruest

Nous voulons souligner que Mme Christiane Basque est en deuil de sa mère et de son frère, nous lui souhaitons nos plus sincères condoléances de la part du Conseil d'administration de l'APSMCQ.

Pour la saison des impôts:



<https://>

aqps.org/2023/12/31/messages-de-la-presidence-2024/ -





Pour votre confort
au quotidien

- ❖ Incontinence
- ❖ Stomie
- ❖ Urologie
- ❖ Bas support et médicaux
- ❖ Aliments spécialisés
- ❖ Soins de la peau

Notre spécialiste
est là pour vous !

Sur place vous aurez la chance de rencontrer **Annie Francoeur**, infirmière oeuvrant dans cette spécialité depuis 20 ans et travaillant en étroite collaboration avec les stomothérapeutes de la région, ainsi que les CLSC, CHSLD, CSS du territoire de la Mauricie.

Discrétion, efficacité... libération !

www.centrestomiedelamauricie.com

226, bd Thibeau, Trois-Rivières, QC
Téléphone : 819 378-4204

PROGRAMME DE VALORISATION DE L'APPAREILLAGE
NON UTILISÉ DES STOMIES
Apportez au de Centre de Stomie de la Mauricie



TÉMOIGNAGE

Bonjour à tous..

Me reconnaissez-vous sur la photo ...?

Mais non bien sûr... ou ai -je la tête..!!!

Je suis Cynthia de Drummondville, j'ai travaillé très fort dans ma vie pour élever mon fils unique, cela peut paraître incroyable mais j'ai déjà travaillé comme mannequin et même comme animatrice à la télévision.

Durant toutes ses années, j'ai dû surmonter plusieurs défis, mais en 2017 après mon opération ce fut la plus grosse adaptation auquel j'ai dû faire face. Mais soyez en sûre, je ne me définis pas par ``mon sac`` depuis que je l'ai accepté.

Je vis pleinement ma vie, je me trouve belle et élégante d'ailleurs mon chum m'admire comme au premier jour de notre relation et qui est mon soutien indéfectible. Dans la vie de tous les jours, personne ne peuvent deviner mon état.

L'important c'est de vivre pleinement sa vie.

Approche Holistique

« Fais du bien à ton corps pour que ton âme ait envie d'y rester »

Proverbe indien

Le corps est tout qui est relié :
le physique, le mental, l'émotionnel et le spirituel

Jenny Carlson : « Je devais prouver que c'était possible de jouer avec une stomie »

LE TÉLÉGRAMME Article réservé aux abonnés. Par Propos recueillis par Pierre-Yves Henry. Le 01 mars 2023 à 18h03

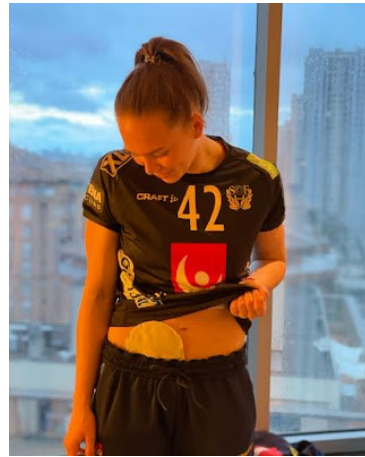
Demi-centre du Brest Bretagne Handball, Jenny Carlson souffre d'une colite ulcéreuse et s'est fait poser une stomie en 2019. La Suédoise de 27 ans raconte son combat contre une maladie qui aurait pu stopper net sa carrière.



Jenny Carlson, au petit port de la Maison Blanche à Brest. (Photo Vincent Le Guern)

Quand sont apparus les premiers symptômes de votre maladie ?

J'avais 17-18 ans, j'ai commencé à me sentir mal et j'ai passé un été à l'hôpital. Mon père avait déjà cette maladie, c'est sans doute héréditaire mais cela a pris quelques mois pour me diagnostiquer parce que je ne voulais pas dire que j'étais malade, ce n'est pas dans mon caractère.....



LOUIS PLAMONDON

Député de Bécancour | Nicolet | Saurel

702, rue Mgr Panet
NICOLET, QC, J3T 1C6

Tél.: (819) 293-2041 | Fax: (819) 293-5522
1-866-693-2041

louis.plamondon@parl.gc.ca

www.louisplamondon.com

 [LouisPlamondonBQ](https://www.facebook.com/LouisPlamondonBQ)



Nos plus sincères condoléances
À Denis Bergeron suite au décès de son
épouse Mme Lisette Corbin
De la part des membres du CA de l'APSMCQ



RENDEZ HOMMAGE À UN ÊTRE CHER

Nom du défunt : _____

IDENTIFICATION DU DONATEUR : _____

Adresse : _____ Ville : _____

Code postal : _____ Téléphone : _____

Adresse courriel : _____

MONTANT DU DON : _____ Chèque au nom de: **APSMCQ**

Postez votre chèque au: C.P. 1492, Trois-Rivières, Québec, G9A 5L6

Je désire recevoir un reçu d'impôt, pour tout don de \$20 et plus:

***Veillez nous contacter au 819 380-7987, POUR AVOIR LA
VERSION PAPIER***





Parfois on le voit,

parfois on ne le voit pas

1 personne sur 3 se plaignant de démangeaisons cutanées autour de la stomie a une peau d'apparence saine.[†]

Le champ protecteur CeraPlus peut vous aider. Il aide à prévenir la sécheresse de la peau, cause possible de démangeaisons, en protégeant la barrière naturelle de l'humidité de celle-ci.

Pour en savoir davantage sur le champ protecteur CeraPlus infusée de céramides, visitez le site www.hollister.ca



Le champ protecteur CeraPlus est disponible en plusieurs versions, comprenant des produits une pièce ou deux pièces; plat, convexe ou avec convexité souple, avec ou sans bordure adhésive.

Avant toute utilisation, assurez-vous de lire le mode d'emploi pour en savoir plus sur l'utilisation prévue, les contre-indications, les avertissements, les précautions et les instructions. † Sondage auprès des consommateurs de 2016. Hollister Incorporated, 2016. Données à l'interne. Le logo Hollister, CeraPlus et «Une peau saine. Résultats positifs.» sont des marques de commerce de Hollister Incorporated. © 2019 Hollister Incorporated.

CE



Soins de Stomie
Peau saine. Résultats positifs.



J'étais sur Facebook et je suis arrivé sur un article de "Papa Positive.fr" qui citait un texte du Dr Thomas Gordon, qui d'après moi pourrait s'appliquer à nous tous:

"C'EST L'UN DES PARADOXES DE LA VIE, SIMPLE ET BEAU À LA FOIS: LORSQU'UN INDIVIDU SE SENT PLEINEMENT ACCEPTÉ PAR L'AUTRE, TEL QU'IL EST, ALORS IL DEVIENT LIBRE D'ÉVOLUER, DEPUIS CE POINT DE DÉPART, ET DE RÉFLÉCHIR À LA MANIÈRE DONT IL VEUT CHANGER, DONT IL VEUT ÉVOLUER, DONT IL PEUT SE TRANSFORMER ET DE DEVENIR CE QU'IL EST CAPABLE D'ÊTRE."

Daniel Bertrand, l'un des aidants du Groupe de Soutien

*Une belle histoire d'amour, de travail acharné,
de créativité et de résilience, malgré la pandémie. Denis
espère que leur travail donnera de "l'Espoir" aux
personnes stomisées.*



Bravo Denis et Lisette pour cette belle réalisation



PAPILLON

aux

Belles Couleurs

L'idée m'a été inspirée lors d'un dîner rencontre; avoir un petit quelque chose pour souligner la présence des membres de l'association.

En regardant la bannière promotionnelle, le papillon m'a donné une idée..... En allant dans le rayon d'artisanat, j'ai remarqué des petits papillons et je les ai imaginés aux couleurs de l'association.

Lorsque j'ai commencé à peindre et étant concentrée, j'ai remarqué les couleurs plus foncées des ailes me rappelant la différence de chacune de nous, personnes stomisées.

Avec ces couleurs plus vives soit le jaune et l'orange, ce joli papillon prendra son envol pour une vie heureuse et adaptée.

Avec ce papillon collé dans le Bulletin, si une personne se sent moins seule en l'utilisant, et bien ma mission sera accomplie.

Je vous souhaite une vie belle et joyeuse...!!!

Amicalement

Louissette Courtois membre du CA

Systeme SenSura[®] Mio à deux pièces

Un tout nouveau sentiment de sécurité et de confiance.

Le système SenSura[®] Mio à deux pièces vous permet de personnaliser votre appareillage en vous donnant la liberté de porter un type de sac différent selon la situation. Vous sortez avec des amis? Utilisez un sac plus petit, plus discret. À l'heure du coucher? Optez pour un sac à grande capacité. Les systèmes SenSura[®] Mio à deux pièces sont conçus pour vous faciliter la vie.

Voici quelques-uns de nos champs protecteurs :



Voici quelques-uns de nos sacs :



Paula,
utilisatrice de produits
SenSura[®] Mio

D'autres options de champs protecteurs et de sacs vous sont offertes pour répondre à vos besoins spécifiques!

Essayez un échantillon gratuit* du système SenSura[®] Mio à deux pièces aujourd'hui :



Balayez le code QR
pour commander des
échantillons gratuits*



visiter.coloplast.ca/SenSuraMio2Pieces

Paula a été rémunérée par Coloplast pour avoir fourni son témoignage. Puisque la situation de chaque personne est unique, il se peut que votre expérience soit différente. Consultez votre spécialiste de la santé pour savoir si ce produit vous convient.

Veuillez consulter les instructions complètes du produit, y compris tous les renseignements sur les indications, les contre-indications, les mises en garde et les précautions.

*Certaines limites s'appliquent. PM-27080

Coloplast Canada, 2030 Bristol Circle, Suite 117, Oakville, ON L6H 6H2 www.coloplast.ca
Le logo de Coloplast est une marque déposée de Coloplast A/S. © Coloplast A/S, juin 2023. 1050 Humlebak, Danemark



J'ai appris que le courage n'est pas l'absence de peur, mais la capacité de la vaincre. [Nelson Mandela](#)



Les sept concept de la relation d'aide

LA PRÉSENCE

La relation est d'abord une présence à l'autre, c'est "être là"..

L'ÉCOUTE

L'écoute est souvent synonyme de disponibilité dans le temps..

L'ACCEPTATION

Il s'agit d'un sentiment d'ouverture à l'expérience de l'autre..

LE RESPECT CHALEUREUX

La relation d'aide repose sur la confiance et le respect..

L'EMPATHIE, LE SOCLE DE LA RELATION D'AIDE

L'empathie est un profond sentiment de compréhension de l'aidant..

L'AUTHENTICITÉ

Il s'agit de la capacité de l'aidant de demeurer strictement elle-même..

LA CONGRUENCE

Adéquation entre son comportement verbal et son comportement non verbal..

**Si vous êtes intéressés(es) à venir vous impliquer dans le Groupe de Soutien pour
aider les nouvelles personnes stomisées, inscrivez-vous
par courriel: apsmcq@gmail.com OU téléphonez au 819 380-7987**



Voici le témoignage éloquent d'une future stomisée âgée de 25 ans en panique face au verdict reçu et qui grâce aux interventions humanistes et empathiques des membres du Comité des visiteurs.. À aider cette personne à cheminer.

La situation est arrivé en mai 2005. Comme responsable du Comité des Visiteurs je reçois un téléphone de l'hôpital Ste-Marie de Trois-Rivières.

Une infirmière me dit qu'une jeune femme doit être opérée d'urgence et qu'elle se retrouvera avec une stomie. Celle-ci refuse, elle dit qu'elle ne veut pas se réveiller avec un sac sur son ventre.

L'infirmière lui demande si elle accepterait de rencontrer une personne qui est stomisée. Elle répond par l'affirmative. À cet époque la secrétaire de l'association était stomisée depuis l'âge de 28 ans, celle-ci se rend à l'hôpital et lui explique son cheminement et ses propres appréhensions au début et lui dit comprendre son attitude. Au fil de la conversation voyant l'ouverture de la jeune femme la visiteuse lui dit qu'avec le temps elle va pouvoir apprivoiser ce ``sac``.

Elle accepte la chirurgie, la visiteuse a assurée le suivi post-op. Elle a appris en définitive que " la vie est belle ". Quelques mois plus tard cette jeune stomisée est venu remercier la secrétaire et c'est même engagée au sein de l'exécutif de l'ASM.

Malgré son déménagement à Montréal elle a continué à s'impliquer avec l'Association de Montréal dans le CA et même dans le Comité des visiteurs.

Denis Bergeron président de l'ASM et responsable du Comité des Visiteurs

Liste des
ressources pour
aider les
personnes
stomisées
en voyage.



Liste (non exhaustive) des ressources au Québec

- * Lavalensante.com/soins-et-services/liste-des-soins-et-services/chirurgie/chirurgie-colorectale/stomie/centres-de-distribution-des-produits/
- * aqps.org/passeport/
- * [stomisesry.com/stomises-sans-frontières/](http://stomisesry.com/stomises-sans-frontieres/)
- * [Voyage.gc.ca/voyager/sante-sécurité/dispositif-médical](http://Voyage.gc.ca/voyager/sante-securite/dispositif-medical)
- * alternativeana.com/blogue/7-conseils-voyager
- * farmoderm.it/fr/prendre-lavion-confortablement-avec-une-stomie-guide-ultime-de-voyage/

Je ne suis pas abattu, je n'ai pas perdu courage. La vie est en nous et non dans ce qui nous entoure. Être un homme ou une femme et le demeurer toujours, quelles que soient les circonstances, ne pas faiblir, ne pas tomber, voilà le véritable sens de la vie. [Fedor Dostoïevski](#) Lettre de Sibérie

Voici l'équipe de stomothérapie de la Mauricie et du Centre-du-Québec Mars 2024

À l'arrière (gauche à droite): Valérie Gervais de Bécancour-Nicolet, Martine Lefebvre de Shawinigan-Batiscan, Sarah-Maude Lapointe de Shawinigan, Marie-Soleil Bourbeau de Drummondville.



À l'avant: Josée Parent de Victoriaville, Marikim Gosselin de Drummondville, Joliane Héroux de Trois-Rivières, Stéphanie Bourget de Trois-Rivières, Laurie Desrochers de la Tuque et Joanie Brodeur de Louiseville-Maskinongé.



Un gros MERCI à nos généreux donateurs de la soirée

M. Jean Boulet

M. André Lamontagne

Mme Louise Garceau

M Simon Allaire

Familiprix de Nicolet

Mme Audrey Mailhot

Mme Annie Francoeur de CSM

DES MERCIS SPÉCIAUX

Mme Micheline Béchard pour les corrections

Mme Sandra Chouinard pour les étiquettes

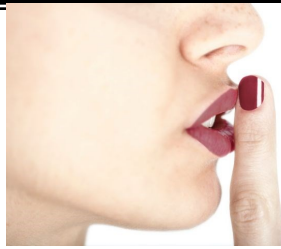
Mme Claudia Gomez pour son soutien PSOC

M. Donald Martel deux panneaux promotionnels.

Les mots d'une stomisée de 22 ans...

Je suis une personne stomisée depuis août 2001

Ce fut une nouvelle «traumatisante» en apprenant, après un cancer colorectal, que je devais avoir un sac à vie. Toutefois, j'ai eu des personnes aimantes et aidantes dans mon entourage qui m'ont encouragé.



En 2001 j'ai découvert qu'il y avait l'Association des Stomisés de la Mauricie, le Centre de Stomie avec Annie Francoeur et son personnel, qui se dévouent auprès de nous. C'était plutôt « secret » et inconnu du public, dans ses années là de vivre une situation comme celle des stomisés, le secret était dans le sens que, lorsque j'allais chercher mon matériel au Centre de Stomie, je voyais davantage la mère d'Annie à l'époque et le centre était situé sur la rue Laviolette à Trois-Rivières, j'avais demandé à la personne qui m'avait servi mon matériel, pourquoi nous avons des sacs blancs et que le nom du centre de Stomie n'était pas marqué, elle m'avait répondu parce que les gens n'aimaient pas que ce soit « identifié » lorsqu'elles sortaient du magasin. C'était une autre époque...les gens étaient probablement « gênés ». Je comprends aussi qu'il y a de l'acceptation de notre condition. Je comprends qu'il faut donner du temps.

Il y a eu une grande et belle évolution maintenant car l'association régionale s'appelle maintenant Association des Personnes Stomisées Mauricie Centre-du-Québec qui contribue à la visibilité et à l'épanouissement des personnes stomisées.

Au provincial, il y a l'Association Québécoise des Personnes Stomisées qui a osé, jusqu'à négocier avec le gouvernement du Québec pour l'augmentation de nos subventions! Nous avons en 2001 un montant de 600\$ pour l'année afin d'acheter notre matériel de stomie et en 2023 1300\$ et le président de l'AQPS, M. Jude Ruest travaille pour avoir la gratuité complète.

Je tiens à remercier tous ceux et celles qui s'impliquent. Vous faites du bien! BRAVO à vous toutes et tous!

Lise Thibodeau-Lampron

Programme des prix de présence lors des sorties-sociales; Déjeuner, diner et ou Souper rencontre ou Soirée sociale.



M. Drouin reçoit le premier prix de présence lors du déjeuner au Normandin du CAP, le 15 novembre 2023 à 08:00. Les déjeuners du 3eme mercredi du mois sont ouverts à tous.



Le 22 novembre 2023 à 11:00 avait lieu le 2eme dîner-rencontre au Stratos de Shawinigan, ce fut fort intéressant et convivial. L'atmosphère était du beau grand plaisir d'être ensemble. Mme Désilet a gagné le deuxième prix de présence.



Responsables du Programme des Prix de présences sont:

Secteurs Victoriaville; Louissette Courtois, rencontre: 3eme Mercredi du mois 819 380-7987

Secteurs Shawinigan; Rose-Ange Héroux, rencontre: 1er Mardi du mois 819 538-8765

Secteurs Trois-Rivières; Louise Samson, rencontre: 2eme Jeudi du mois 819 293-8340

Pour plus de détails contactez-nous au 819 380-7987

Autre: 3eme mercredi du mois déjeuner 08:00 matin au Cap-de-la-Madeleine

RENCONTRES SOCIALES 2024



Mme Asselin nous fait une courte présentation sur Viactive et les biens faits de ce garder en forme. Cette première rencontre de l'année 2024 débute à Shawinigan, bravo Rose-Ange pour ton initiative. Mme Carole Nault gagne le prix de présence. Encore un franc succès.



Le 21 février une belle rencontre à Victoriaville, il y a eue de beaux échanges. Nous avons rencontré Julie la fille de l'organisatrice Louise Courtois. La gagnante du prix de présence est Mme Jeanne-Mance Bergeron.



SUITE DES RENCONTRES SOCIALES 2024



Dîner-rencontre à Shawinigan le 5 mars ce fut comme toujours intéressant et convivial. Le gagnant est M. Gaétan Nault.



Première rencontre à Trois-Rivières ouest pour un Café Rencontre au CAFÉ MORGAN. Ce 2eme jeudi du mois du 14 mars 2024.

Ce fut une rencontre fort animée et conviviale. Merci aux participants.

Le gagnant du prix de présence est M. Régnald Gélinas



Les mots

**Les mots comme des perles
qui défilent sur les lèvres.**

**Mots doux, mots tendres
qu'on ne se lasse d'entendre.**

**Mots charmants, mots d'enfants
qui nous émeuvent tant.**

**Mots aimables, agréables
que l'on jette au passage.**

**Mots méchants, mots cruels
qui provoquent les querelles.**

**Mots choquants, provocants
qui dépassent l'entendement.**

**Mots éclectiques, mots rares
qu'ignorent les ignares.**

**Mots choisis, mots d'amis
qui sont si gentils.**

**Mots cosmiques, mots magiques
qui donnent la réplique.**

**Enfin mille et un mots
qui sont quelquefois de trop.**

**Il s'agit de sélectionner le bon
qui donnera tournure à la conversation.**

Louise Samson, le 9 mars 1991



Je m'appelle Paul Laskaris camionneur-transporteur indépendant, conjoint de Sandra Chouinard qui est la fille Mme Louise Samson et l'épouse de Daniel Bertrand président de votre association. Daniel peut être très convaincant quand il le veut. Ce qui justifie la commandite de 300\$ pour le programme des "Déjeuners-Dîners-Rencontres Sociales" consistant à donner un prix de présence pour les membres présents lors des sorties.

" Programme des Déjeuners-Dîner-Rencontres Sociales"

Dans un premier temps nous tenons à remercier chaleureusement M. Laskaris et Mme Chouinard pour leur généreuse contribution au programme. Nous allons faire du chemin avec cette commandite....!!

Voici en quoi consiste le programme qui vient de l'idée maîtresse de récompenser les membres présents lors des différentes sorties sociales par la remise d'un prix de présence.

La personne responsable du secteur;

Victoriaville (Louisette Courtois) **3eme MERCREDI du mois,**

Shawinigan (Rose-Ange Héroux) **1er MARDI du mois,**

Trois-Rivières (Louise Samson) **2eme JEUDI du mois,**

appelle les membres pour une activité sociale les gens s'inscrivent sur une liste de présence (incluant les conjoints et les proches aidant) ou une photo de groupe a été prise et décide d'un mode de tirage.

Pour les déjeuners-rencontre c'est le tirage d'un 5\$ par groupe de 10 personnes présent, pour les dîners-rencontre c'est 10\$ par groupe de dix personnes présent (exemple 15 personnes et plus présente 2 cadeaux-surprise).

Pour les soirées sociales le CA définit les modalités d'attribution des cadeaux offerts.

20%
de rabais

sur TOUS les produits de
STOMIE et **CATHÉTERS**



 **Hollister**

ConvaTec 

 **Coloplast**

salts
HEALTHCARE

5 succursales pour votre santé !


Marc Dontigny




MINISTÈRE
DES SOLIDARITÉS
ET DES FAMILLES
*Liberté
Égalité
Fraternité*

Nos Proches Aidants

`` Il y a des jours où l'on a l'impression que tout s'écroule autour de nous, que le bonheur se dérobe sous nos pieds.

On se demande alors comment l'on pourra un jour quitter cette tristesse, cette peur et cette solitude si présentes dans notre cœur. Puis vient le moment où l'on ouvre enfin les yeux. On peut y apercevoir cette personne si chère à notre vie. Et quand elle sourit, on oublie tout pour ne voir que le meilleur. A ce moment, vous avez tout pour être heureux.`` d'un internaute. RÉFÉRENCE: Ouest-France, [Citation du Jour](#)

Rendons hommage
aux
PROCHES AIDANTS



L'APPUI POUR LES
PROCHES AIDANTS
D'AÎNÉS
MAURICIE

Contactez
l'APPUI au
1-855-852-7784
info@lappui.org

Vous êtes là pour ***eux***,
nous sommes là pour ***vous***.

Soutenu par l'Association européenne des Stomisés



🌐 L'ASRY en France! Le journal de Jacques 🌐

Lors de la marche du 1er octobre dernier, Jacques a annoncé une



grande nouvelle : un voyage en France pour rencontrer des médecins, des stomathérapeutes (stomothérapeutes), des patients, des représentants de compagnies, et des précieux collaborateurs tels que Laury Beaubrun, Myriam Teyssie, Colette Casimir et Cyril Sarrauste. Sur la photo vous voyez des membres de l'équipe de l'Institut du Cancer de Montpellier (ICM). Bravo Jacques pour ton audace et ta détermination.



Merci au:
Dr Martin Lamy
Dre Annabelle Doyon



AVIS IMPORTANT

FRAIS D'ADHÉSION 2023 - 2024

20\$ annuellement

Du 1 juin 2024 au 31 mai 2025

Prenez note que pour recevoir les prochains Bulletins ESPOIR,
vous devez payer vos frais d'adhésion.

Nous vous remercions pour votre soutien et votre générosité à l'association!...

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Ville : _____

TÉLÉPHONE: _____

Code postal : _____

COURRIEL : _____

Type de stomie : _____

Un reçu d'impôt pour chaque tranche de 20\$ en plus.

Chèque à: APSMCQ :

POSTEZ : C.P. 1492, Trois-Rivières, QC, G9A 5L6

Nous contacter : apsmcq@gmail.com

SUIVEZ-NOUS sur: [Facebook.com/APSMCQ/](https://www.facebook.com/APSMCQ/)

DEMANDE D'INSCRIPTION
RENOUVELLEMENT ANNUEL
CHANGEMENT D'ADRESSE
AUTRES MODIFICATIONS

A.P.S.M.C.Q. C. P. 1492, TROIS-RIVIÈRES, QUÉBEC, G9A 5L6

apsmcq@gmail.com - Facebook.com/APSMCQ/

Je désire m'inscrire comme membre:

FRAIS D'ADHÉSION de 20\$/annuellement

J'ai changé d'adresse :

Je désire, vous informer du décès de:

NOM : _____

COURRIEL : _____

ADRESSE : _____

VILLE : _____ **CODE POSTAL :**

TÉLÉPHONE : _____

Je désire faire un don à l'APSMCQ: _____ \$ chèque "APSMCQ"

Postez au: C.P. 1492, Trois-Rivières, Québec, G9A 5L6

Je désire recevoir un reçu d'impôt pour un don de 20\$ et plus:

MERCI POUR VOTRE SOUTIEN

Nous nous engageons à assurer la confidentialité de la liste des membres. Conformément à toutes les obligations de la LOI 25.

**ASSOCIATION des PERSONNES STOMISÉES
MAURICIE CENTRE-du-QUÉBEC
CP 1492, Trois-Rivières, QC
G9A 5L6**

