

Message du président



Bonjour à toutes les personnes qui lisent cette chronique s'adressant principalement aux personnes stomisées du Québec.

Un mentor

Lorsque je suis sorti de l'hôpital il y quelques années j'avais l'impression que j'étais épié, que tout le monde autour de moi le savait. Que toutes les personnes que je rencontrais me voyaient différemment. Dans ma tête je pensais que tout le monde savait que j'avais été opéré. Je suis rentré chez moi et je n'ai pas voulu en ressortir. Je ne le voulais plus sortir . . . point final.

Quelques jours plus tard la stomothérapeute de l'hôpital me téléphona pour me demander: *Comment ça va Jude? ... Comment ça va?* Je n'arrivais pas à répondre à cette question. Je trouvais cette question stupide. Comment peut-on répondre à cette question quand on vient de changer notre vie de façon aussi radicale. On vient de dévier notre système digestif ou urinaire, on voit nos déchets corporels 10 à 15 fois par jour, on ne fait plus de nuit complète, on n'ose plus se regarder devant un miroir et on nous demande comme si rien ne s'était passé... *Comment ça va?*

Voyant que je ne parvenais pas à répondre à sa question, routinière pour elle mais si titanesque pour moi, la stomothérapeute m'invita à une rencontre avec d'autres personnes stomisées. La conversation téléphonique ne dura pas très longtemps. La rencontre était prévue quelques semaines plus tard... j'avais la possibilité de rencontrer une personne qui avait certainement vécu les mêmes préoccupations...

Depuis le début de la pandémie un nombre croissant de demandes d'aide a afflué à l'AQPS. Ces demandes ne parviennent pas seulement des nouvelles personnes stomisées, mais de plus en plus du personnel médical qui côtoie des personnes stomisées. La restriction ministérielle de rencontres entre les personnes a obligé les nouvelles personnes stomisées à trouver d'autres moyens pour obtenir de l'aide. Notre site WEB est de plus en plus visité et heureusement les associations régionales ont repris leurs rencontres avec leurs membres.

Mais je me rends compte, en répondant aux nombreuses demandes qui sont adressées à l'AQPS, qu'il y a de plus en plus de nouvelles personnes stomisées qui ne voient pas la nécessité d'être associées à une organisation. Lors d'une rencontre en janvier dernier avec une personne stomisée qui travaillait dans le milieu hospitalier, un point majeur est venu continuellement en surface tout au long de notre échange fructueux: la nécessité pour toutes les nouvelles personnes stomisées du Québec de pouvoir échanger avec une personne ayant vécu la même situation, référée par du personnel médical.

Une personne qui peut nous écouter, une personne qui nous comprend, une personne avec qui nous pouvons parler de certains détails personnels que l'on cache à notre entourage, soit notre famille, ou nos enfants, nos amis... Plusieurs administrateurs d'**Associations de personnes stomisées** ont tenté ces approches auprès du personnel médical dans plusieurs régions du Québec mais leur succès n'a pas encore atteint toutes les régions du Québec. L'appellation de cette personne varie selon les régions. L'*accompagnateur* est le nom le plus fréquemment utilisé, comme dans la région de la Montérégie. J'ai

entendu dans les Laurentides le *patient guide*. L'*aidant* ou le *proche-aidant* est souvent utilisé, mais il réfère aussi à d'autres circonstances.

Le nom que je préfère utiliser est sans contredit : **MENTOR** où la signification définie exactement l'objectif :

Un mentor est une personne ou un ami qui guide une personne moins expérimentée en établissant la confiance et en modélisant des comportements positifs. Un mentor efficace comprend que son rôle est d'être fiable, engagé, authentique et à l'écoute des besoins du mentoré.

Dans quelques semaines l'**AQPS** vous offrira la possibilité de rencontrer cette personne qui vous montrera à vivre avec une stomie. Ce mentor qui vous rassurera sera présent car durant ce Congrès provincial il y aura au moins 100 personnes stomisées qui ont traversé cette difficile épreuve qui a fait de vous une personne stomisée.

Je me rappelle très bien lorsque je suis entré dans la salle lors de ma première sortie; je vis des gens qui riaient... Je ne connaissais personne... Une dame s'approcha de moi et me demanda mon prénom. J'étais content, car elle ne m'avait pas demandé *Comment ça va?* Elle s'appelait Diane (nom fictif). Elle me présenta à plusieurs personnes et, malgré de nombreux regards indiscrets, je n'arrivais pas à savoir si c'étaient des personnes stomisées. Tout le monde parlait et plusieurs souriaient. Je me sentais de plus en plus à l'aise. Il y avait plusieurs tables où étaient étalés des appareillages pour les personnes stomisées. D'autres tables avec des accessoires pour nous aider dans notre quotidien. J'avais les yeux grands ouverts et au bout d'un certain temps je commençais à poser des questions.

Diane se rapprocha de moi et m'invita dans une autre salle où plusieurs personnes étaient assises sur des chaises disposées en rangées. Diane nous invita à nous asseoir, nous présenta la personne qui était notre conférencière et, avant de lui céder le micro, elle me regarda et demanda aux personnes stomisées assises dans la salle depuis moins d'un an de se lever. Je suis certain que ma face était tout rouge. Une personne devant moi se leva, d'autres autour de moi se levèrent aussi ... je senti mes jambes me lever. Nous étions près de 10 nouvelles personnes stomisées. Diane continua le manège avec les personnes stomisées depuis cinq ans, une dizaine se levèrent, depuis 10 ans, depuis 20 ans, plus de 30 ans ... Il y avait toujours des personnes qui se levaient. Je n'étais pas seul. J'étais entouré de personnes comme moi, des personnes stomisées.

Je ne me souviens pas du contenu de la conférence, ni du reste de la journée. Beaucoup de choses avaient changé dans ma tête durant cette journée, beaucoup, beaucoup de choses. J'ai eu de la peine à dormir. Je me suis vu autrement dans le miroir le lendemain matin. Quelques jours plus tard la stomothérapeute me rappela et me reposa son éternelle question *Comment ça va Jude?* J'ai pris quelques secondes pour répondre et elle me demanda à nouveau *Comment ça va Jude?* Je répondis avec fermeté « MIEUX ».

Dans les jours et les mois qui viendront vous aurez sûrement des invitations à vous joindre à un groupe. N'hésitez pas. Ça ne change pas le monde, mais le fait de se retrouver avec des gens comme nous, ça nous change, ça change notre perception de notre condition, ça m'a fait du bien, ça va mieux maintenant.

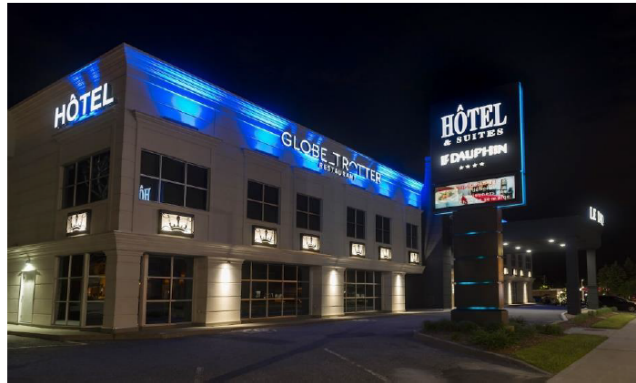
Au plaisir de vous rencontrer ou de vous revoir lors de notre Congrès provincial du 13 mai 2023.

Jude Ruest
Président

Congrès provincial 2023 de l'AQPS



13 mai 2023



Hôtel Le Dauphin Drummondville
600 Boul. St-Joseph
Drummondville (Québec)
J2C 2C1 Canada

Sans frais : 1 800 567-0995

Téléphone : 819 478-4141



Être un proche aidant
Coffre à outils pour la santé de l'intestin
Infirmiers-ères Stomothérapeutes
Thérapeutes
Ateliers par groupe de stomie
Représentants d'associations régionales et canadienne
Fabricants et fournisseurs d'appareils et accessoires pour stomie

Pour information : **Réal Lamarche** 450 525 5930 real.lamarche@aqps.org
Jude Ruest 418 815-7723 jude.ruest@aqps.org
www.aqps.org ou info@aqps.org

Poster

9 février 2023



Association québécoise des personnes stomisées (AQPS)

Congrès AQPS 2023

Horaire

L'Association québécoise des personnes stomisées (AQPS), regroupant les associations régionales du Québec, en collaboration avec l'Association des Personnes Stomisées Mauricie Centre-du-Québec (APSMCQ), planifie un congrès le **13 mai 2023** à l'hôtel Le Dauphin, 600 boul. St-Joseph, Drummondville, (Québec) J2C 2C1.

Samedi

08:00 / 12:00	Inscriptions		
09:00 / 13:00	Consultations gratuites avec une infirmière stomothérapeute Consultations gratuites avec une thérapeute en relation d'aide Salon des exposants (pause-café offerte durant la période des exposants)		
11:00 / 12:00	Atelier Colostomie Atelier Iléostomie Atelier Urostomie		
12:00 / 13:00	Lunch		
13:00 / 13:15	Mots d'ouverture		
13:15 / 14:30	Conférence	<i>Améliorer la santé de l'intestin</i>	Jean-Yves Dionne
14:30 / 14:45	Pause-café		
14:45 / 15:45	Conférence	<i>Être un proche aidant</i>	Caroline Dufour-Jean
16:00 / 19:00	Cocktail dînatoire, discussions et échanges entre les participants (20\$)		

Horaire révisé

10 février 2023

Infos congrès 2023 : <https://aqps.org/congres-2023/>

Inscription en ligne : <https://aqps.org/inscription-electronique-congres-2023/>