

www.aaps.org



Volume XLII numéro 2

Juin 2023

JOURNAL

de

l'Association

des

Personnes Stomisées

du

Saguenay/Lac-St-Jean

Région 02

DISPONIBLE EN VERSION ÉLECTRONIQUE



ASSOCIATION DES PERSONNES STOMISÉES
DU SAGUENAY—LAC-ST-JEAN
RÉGION 02 INC.
TÉL. : 418 549-2501

Voici la définition du sigle :

A pour « Association »
P pour « Personnes »
S pour « Stomisées »

L'ASSOCIATION DES PERSONNES STOMISÉES du Saguenay—Lac-St-Jean, Région 02 inc., est une association à but non lucratif qui a été enregistrée le 30 novembre 1982 au livre C-1131, folio 146 et dont l'adresse postale est, 305, St-Vallier, #23, Chicoutimi G7H 5H6.



PRO
copie

☎ 418 549-1227
🖨 418 549-5186
🌐 prodela copie.com
✉ louis@prodela copie.com

PARCE QUE VOUS AVEZ BESOIN D'IMPRIMER UN DOCUMENT
PARCE QUE VOUS VOULEZ FAIRE AFFAIRE AVEC UNE ÉQUIPE
EFFICACE, DYNAMIQUE, QUI TRAVAILLE POUR VOUS
PARCE QUE **C'EST NOUS** QU'IL VOUS FAUT !
VENEZ NOUS RENCONTRER !

1015, rue Chabanel, Chicoutimi (QC) G7H 6A2



Fondatrice:
Sr Thérèse Tremblay



CONSEIL D'ADMINISTRATION

Présidente

Mme Suzie Simard 418 973-4474

Ex-président

M. Jude Ruest (jude.ruest@aqps.org) 418 815-7723

Ce journal est disponible en version électronique

Vice-président

M. Alain Lebrun 418 973-4474

Secrétaire

Mme Martine Gagnon 418 545-8831

Trésorière

Mme Diane Vaillancourt 418 549-9478

Directrices et directeurs

Mme Claudette Dallaire 418 543-2590

Mme Danyelle Dumont 418 275-3461

Mme Ginette Ouellet 418 343-3409

M. Georges Avoine (Baie Comeau) 418 589-2118

Personnes-ressources en région

Mme Danyelle Dumont (Roberval) 418 275-3461

Mme Ginette Ouellet (Alma) 418 343-3409

Mme Hélène Thérberge (Dolbeau-Mistassini) 418 279-3355

Personnes-ressources

Pour rencontrer une personne-ressource en stomothérapie au Complexe Hospitalier de la Sagamie, **voir la page 49 de ce journal.**

TOUJOURS consulter votre médecin ou la personne-ressource en stomothérapie avant d'essayer les suggestions imprimées dans le journal.

Sommaire

Conseil d'administration	3
Sommaire	4
Mot de la présidente	5
Résumé de la réunion de secteur du 15 avril 2023.....	7
Coloplast	10
Horaire du 41 ^e congrès annuel	11
Convatec	12
Bon anniversaire	13
Mario Simard député de Jonquière / Pharmaciens affiliés à Jean Coutu	14
Les info de la stomo	15
Richard Martel, député de Chicoutimi-Le Fjord / Courrier - première partie	16
ANA & Moi, Témoignage de Karine C - première partie	17
Invitation au congrès du 16 septembre à Chicoutimi / Courrier suite	20
Faites-nous-le savoir	21
Congrès provincial 2023 de l'AQPS à Drummondville, résumé	22
Alexis Brunelle-Duceppe député de Lac-Saint-Jean / Pensée de Diane / Vous déménagez.....	24
Stomo Médical, Centre de stomie du Saguenay-Lac-St-Jean	25
Pharmacie Couture & Champagne	26
Centre de Stomie Premier	27
Je m'implique bénévolement, besoin de bénévoles.....	28
Pensée.....	29
Andrée Laforest, députée de Chicoutimi / Éric Girard, député de Lac-Saint-Jean	30
Nancy Guillemette, députée de Roberval / Yannick Gagnon, député de Jonquière / François Tremblay, député de Dubuc	31
Présence au décès de M. Gilles Gauthier	32
Évaluation de la réunion de secteur	33
Résumé de la conférence de M. Alexandre Vigeant	34
Réunion de secteur, cadeaux et gagnants	35
Rappel - Carte de membre	36
Comment procéder pour obtenir l'allocation annuelle	37
Colo-Majic	38
Un grand merci à la pharmacie Claudia Blackburn et Isabelle Bouchard.....	39
ProAssist.....	40
Avis important.....	41
ANA & Moi, Témoignage de Karine C., suite et fin	42
Un grand merci à Mme Joanie Beaudin / Décharge / Rire davantage	44
Ils nous ont quittés.....	45
Contribution - Dons	46
Passeport de voyage pour les personnes stomisées	47
Pharmacie Uniprix, Daniel Guay et Julie Beupré.....	48
Rendez-vous avec la personne-ressource	49
AQPS.....	50
Claudia Blackburn et Isabelle Bouchard, pharmaciennes / Pharmacie Hélène Montpetit.....	51
Hollister	52

Mot de la présidente



Suzie Simard, présidente

Au moment où j'écris ces lignes, un avant-gout de l'été se dévoile sous mes yeux. J'entends les chants de différents d'oiseaux, comme c'est doux à mes oreilles. Les activités prévues avec mon conjoint pour la saison estivale vont pouvoir se réaliser. Il ne manque que la chaleur et un peu plus de soleil et c'est ce que l'été va bientôt nous apporter.

Notre réunion de secteur s'est déroulée le 15 avril à la salle des Chevaliers de Colomb d'Hébertville-Station. Merci au conseil de ville qui nous a permis de faire notre activité dans leurs locaux. Nous avons eu environ 25 personnes lors de notre journée. Nous avons plusieurs cadeaux pour les personnes présentes. Vous trouverez un résumé de M. **Alain Lebrun** dans le journal et les photos ont été prises par M. **Robert Ouellet**. M. **Alexandre Vigeant** de **Stomo Médical** était notre conférencier et vous trouverez un résumé réalisé par M. **Jude Ruest** plus loin dans ce journal. Durant cette belle rencontre, Mme **Joanie Beaudin**, infirmière stomothérapeute, a vu plusieurs personnes stomisées en consultation gratuite.

Dernièrement, j'ai assisté au congrès de l'**AQPS** qui a eu lieu le samedi 13 mai 2023 à Drummondville. Ce fut une belle occasion de rencontrer la majorité des présidents de différentes associations des personnes stomisées du Québec. Un résumé de cette belle journée enrichissante est présent dans le journal.

Pour le journal de juin, Mme **Diane Vaillancourt** a recueilli et compilé tous les messages que nous avons reçus ainsi que la liste

des membres de l'Association décédés dernièrement. Mme **Martine Gagnon** a écrit un texte pour les personnes qui fêtent leur anniversaire en été. Mme **Andréanne Gousse** a rendu disponible l'histoire de Mme **Carine C.** qui a subi une iléostomie en fin de grossesse. Ce témoignage est très touchant et reflète une problématique des personnes stomisées. Ne manquez pas le texte «Les infos de la stomo » qui donne des informations importantes sur les services en région. À noter que le montage du journal est le travail de M. **Lebrun**.

Avec le temps, l'association continue de grandir et de répondre au nombre croissant de demandes de services et d'information. L'association est à la recherche d'aide et vous retrouverez, à la page 28, l'information pour notre recherche de bénévoles.

Depuis quelque temps, nous travaillons à la préparation de notre 41^e congrès annuel qui aura lieu le samedi **16 septembre 2023, à l'hôtel La Saguenéenne de Chicoutimi**. Ce sera également la journée mondiale des personnes stomisées. Vous trouverez l'horaire préliminaire dans le journal et la parution de septembre comprendra la version finale. Pour les nouvelles personnes stomisées, ce sera le moment idéal, pour vous et vos proches, de venir chercher de l'information auprès des fabricants ou fournisseurs de services et d'autres informations telles que le crédit d'impôt, des consultations gratuites avec une infirmière stomothérapeute, des infos selon votre type de stomie, etc. Ceux qui le désirent peuvent nous apporter des cadeaux afin de nous aider dans l'organisation de cette activité.

En mars dernier, nous vous avons demandé de renouveler votre carte de membre. Nous avons reçu plusieurs cotisations annuelles et certains ont ajouté un montant supplémentaire ainsi que des petits messages. **Un gros merci de la part du conseil d'administration qui se sent ainsi supporté. Continuez en ce sens.**

Pour ceux qui n'auraient pas encore renouvelé, je vous invite à le faire. Votre appui est vraiment essentiel pour l'**Association**. **Un gros merci à l'avance pour ceux qui penseront à nous dans les prochains jours.**

En terminant, je vous souhaite de passer un bel été et profitez bien de cette belle saison. Je vous donne rendez-vous à notre **41^e congrès annuel du 16 septembre 2023.**

Suzie Simard, présidente



Réunion de secteur

Salle des Chevaliers de Colomb
Hébertville-Station, le 15 avril 2023



La matinée et la journée étaient chaudes et ensoleillées comme une journée d'été. Nous avons eu le plaisir de recevoir environ 25 personnes dans un nouveau local qui semblait avoir

été fait spécialement pour notre rencontre. La vaste salle principale et le local de cuisine associé ont grandement favorisé la rencontre entre : les membres de l'association, les trois représentants des compagnies fabricant le matériel pour les personnes stomisées et les deux fournisseurs de service. En raison d'un problème de santé de dernière minute, la représentante du fabricant **Convatec** a dû annuler sa présence.

Sur place, nous avons également la chance de recevoir une infirmière stomothérapeute, **Mme Joanie Beaudin**, qui a pu rencontrer les membres qui en ressentait le besoin.



Nos invités avaient tout le temps nécessaire pour découvrir les différents kiosques ou pour s'informer à la table sur le CIPH. Les discussions entre invités, exposants et membres du conseil d'administration de l'APS ont été actives toute la journée en sirotant un bon café ou un jus.

C'est dans la bonne humeur que cette journée s'est déroulée avec une pause à midi pour un bon repas pris ensemble dans un climat amical.



Les trois fabricants représentés étaient :

ANA

(Mme **Andréanne Gousse**)



Coloplast

(Mme **Alexandra Lauzier**)

Hollister

(Mme **Christiane Larose**)



Les deux fournisseurs de services présents étaient :



Centre de Stomie Premier

(M. **Joël Goldenberg**)

Stomo Médical

(M. **Alexandre Vigeant**)



Deux activités supplémentaires complétaient la journée avec une conférence de M. **Alexandre Vigeant** sur le matériel spécialisé pour les personnes stomisées et un atelier de discussion libre entre les personnes stomisées.

La rencontre s'est terminée avec la remise de prix. Selon les évaluations et les commentaires reçus, les personnes présentes ont semblé apprécier cette rencontre printanière et le nouveau local.



Nous nous sommes tous laissés en nous donnant rendez-vous pour le 41^e congrès annuel qui sera tenu en septembre.

Alain Lebrun

Voici l'anneau protecteur convexe Brava®

Derek, utilisateur de produits Coloplast



Convexité adaptable pour une protection accrue

Nouveau

Convexe Très large Large Régulier

Essayez un échantillon **GRATUIT** du nouvel anneau protecteur convexe Brava® :



Balayez le code avec votre téléphone pour commander un échantillon.

visiter.coloplast.ca/
Anneau-Protecteur-Brava

1 (866) 293-6349

casupport@coloplast.com

Soins de stomie/soins de l'incontinence/soins de la peau et des plaies/urologie interventionnelle
Coloplast Canada, AZ05 2401 Bristol Circle, Oakville (Ontario)
www.coloplast.ca Le logo de Coloplast est une marque déposée de Coloplast A/S. © Coloplast 2022-05



Horaire du 41^e congrès annuel

- 8 h 30 Accueil et inscription
- 8 h 30 à 15 h 30 Consultations gratuites avec une infirmière stomothérapeute
- 8 h 30 à 14 h 00 Visite des exposants invités

Fabricants	Fournisseurs de services
Coloplast	ANA Alternatives
Convatec	Cancer Colorectal Canada
Hollister	Centre de Stomie Premier
	Laboratoire Nicar Probaclac
	ProAssist
	Stomo Médical
	Information CIPH

- 9 h 30 Ouverture du **Congrès 2023**
Mot de bienvenue : **Suzie Simard**, présidente
Alain Lebrun, vice-président
- 9 h 45 Conférence de M. **Robert Brisebois**, « Se réapproprier son corps et son estime de soi après une stomie »
- 11 h 45 Cocktail de bienvenue et dîner
- 13 h 30 **Assemblée Générale Annuelle**
- Mot de la présidente - Madame **Suzie Simard**
 - Lecture du procès-verbal de la dernière réunion annuelle (17 septembre 2022) - Madame **Martine Gagnon**
 - Rapport financier 2022-2023
Madame **Diane Vaillancourt**
 - Élections
- 14 h 00 Remise des prix de présence et tirage
- 16 h 00 Fin du congrès

Suzie Simard
Présidente



DES PRODUITS, DES SOINS *et*
DU SOUTIEN CONÇUS POUR
AMÉLIORER VOTRE VIE



Esteem^{MD+} | Natura^{MD+}
*Appareillages à une ou à deux
pièces avec convexité*

Votre appareillage pour stomie fuit-il ?

Envisagez d'adopter un appareillage avec une barrière cutanée convexe de ConvaTec.

Nous offrons une vaste gamme d'appareillages avec barrière cutanée convexe dont la courbure est conçue pour s'adapter aux formes de votre corps et vous aider à obtenir une étanchéité fiable autour de votre stomie.

Pour plus d'informations, consultez fr.convatec.ca/stomie



Adhérez à **me+^{MC}** aujourd'hui et recevez des conseils utiles ainsi que des échantillons gratuits conçus pour que vous vous sentiez plus rassuré.e et confiant.e.

Communiquez avec notre équipe de soutien par téléphone au 1-800-465-6302 (L-V, 8 h – 18 h, HNE), ou par courriel à convatec.canada@convatec.com

MD et MC indiquent respectivement une marque déposée et une marque de commerce de ConvaTec inc.
© 2021 ConvaTec inc. AP-031363-CA

Bon anniversaire!

À toutes les personnes qui célébreront leur anniversaire dans les mois de juin, juillet et août, nous offrons cette chronique.

Les beaux jours se pointent, enfin. Ils apportent leur lot de moments heureux, si petits soient-ils. Pour certains, ce sera une escapade de quelques jours, pour d'autres, les réunions de famille tant attendues. Et pour ceux qui resteront à la maison, ils pourront savourer les journées ensoleillées, la nature verdoyante et le chant des oiseaux au petit matin.



Bien sûr, je pense aussi aux gens seuls et dont la santé est chancelante. Il est bon d'essayer de retrouver la gratitude d'un petit geste, d'une brise venue rafraîchir l'air ambiant et de garder l'espoir de jours meilleurs.



Toute la nature est en effervescence, les bourgeons explosent de vie, les fleurs pointant au sol annoncent une floraison prochaine et toutes les teintes présentes dans la nature composent un tableau dont personne ne pourra jamais égaler la beauté.

C'est donc dans ce décor grandiose que vous pourrez célébrer votre anniversaire entouré de tous ceux que vous aimez et qui vous aiment. C'est le bonheur que je souhaite à tous.

Bon été, et profitez bien de ce temps doux...



Martine Gagnon

Martine Gagnon sec.



MARIO SIMARD

CHAMBRE DES COMMUNES DU CANADA

Député de Jonquière au Bloc Québécois

Vice-président du Comité permanent des ressources naturelles

Porte-parole du Bloc Québécois en matière d'Affaires intergouvernementales, Ressources naturelles et Énergie

Circonscription 1930, rue Davis
Jonquière (Québec) G7S 3B6
Téléphone : 418 695-4477
Mario.Simard@parl.gc.ca



 **France Boivin** Pharmacien-propiétaire
871 boulevard Sainte-Geneviève
Chicoutimi-Nord (QC) G7G 2E9
Tél 418-543-5599

 **B. Harvey, M. Simard, M. de Chantal, S. Munger**
Pharmaciens-propiétaires
1858 rue Ste-Famille, Kénogami (QC) G7X 4Y2
Tél 418-547-9375

 **B. Harvey, M. Simard, M. de Chantal, S. Munger**
Pharmaciens-propiétaires
2606 St-Hubert, Jonquière (QC) G7X 8S3
Tél 418-547-2606

 **Bruno Harvey** Pharmacien-propiétaire
2306 Saint-Dominique, Jonquière (QC) G7X 6L8
Tél 418-547-9311

 **Martine Faucher & Harold Simard**
Pharmaciens-propiétaires
180, 6ième rue, La Baie (QC) G7B 4V9
Tél 418-544-3333



Les infos de la stomo

Bonjour à tous,

Je profite de notre rendez-vous dans ce précieux journal pour vous faire part des avancements réalisés dans les dernières semaines, au sein de notre CIUSSS.



Cathia Perron

Toujours dans le but d'améliorer la qualité des soins offerts, en mai dernier, nous avons créé et diffusé une formation en ligne gratuite, portant sur l'évaluation de la stomie. Cette formation est destinée à l'ensemble des infirmières et infirmières auxiliaires de la région. Nous avons déjà reçu plusieurs commentaires positifs suite à la diffusion et le personnel en soin démontre encore une fois, leur intérêt à en apprendre plus sur les stomies pour vous soutenir davantage, lorsque vous naviguez dans nos services.

Pour la période estivale et l'automne, nous avons comme objectifs de bonifier l'enseignement réalisé aux patients dans la période post-opératoire, clarifier l'information sur les différents appareillages et le matériel disponibles et poursuivre nos formations pour améliorer les connaissances et compétences du personnel infirmier.

J'ai confiance que l'ensemble des travaux réalisés dans nos installations auront un impact positif significatif sur vous.

En terminant, je tiens à vous souhaiter un bel été ensoleillé. Profitez de chaque rayon du soleil !

*Cathia Perron, infirmière clinicienne
Stomothérapeute*





RICHARD MARTEL

CHAMBRE DES COMMUNES DU CANADA

Député de Chicoutimi-Le Fjord
Parti Conservateur

Circonscription 320, rue Ste-Anne
Suite 101
Chicoutimi (Québec)
G7J 2M4
Téléphone : 418-698-5648
Richard.Martel@parl.gc.ca

Courrier

Merci! - **S.B.**

Bonjour à vous tous et toutes. Félicitation pour votre beau travail. Passer une bonne année, santé 2023. Votre petit journal est toujours très intéressant je le lis au complet. J'ai inclus le paiement de ma carte de membre avec un surplus 30\$.

– **A.C.**

Merci à toute l'équipe pour votre beau travail! – **M.F.**

Je n'aurais jamais pensé vivre aussi longtemps. – **C.L.**

Continuer votre beau travail. Le journal est toujours très intéressant. Merci. - **C.L.R.**

À vous tous. Merci pour l'excellent travail que vous faites. Le journal est toujours apprécié pour moi. Vous travaillez fort pour accomplir vos fonctions. Merci encore. – **R.M.**

Merci. – **M.P.**

Bravo pour cette association. – **L.P.**

Bonjour à chacun de votre super équipe. Vous faites un travail remarquable. Vous avez toute mon appréciation et admiration. Lâchez pas! – **H.T.**



Présentation d'un collaborateur du blogue ANA & Moi par Andréanne Gousse

Pour Karine C., la vie a pris un tout autre tournant quand, à 32 semaines de grossesse, elle s'est réveillée des soins intensifs avec une iléostomie non planifiée et son bébé né prématurément. Il va sans dire que son état de désarroi devait être à son paroxysme à son réveil et elle souhaite aujourd'hui faire ce qui est en son pouvoir pour aider les personnes stomisées en situation de détresse psychologique. En nous partageant son histoire, elle vise à nous sensibiliser aux différents symptômes liés au choc post-traumatique et à la dépression, puis aux préjugés entourant la santé mentale. Elle nous expose son expérience personnelle, en toute transparence, et ose briser les tabous.

Aux personnes que l'extrait qui suit pourrait éprouver, il est important de respecter vos propres limites et d'arrêter la lecture au besoin. Pour en savoir davantage sur le cheminement de Karine C. ou pour vous guider vers différentes ressources à votre disposition, rendez-vous sur le alternativeana.com/collaborateur/karine-c

LA PENTE DESCENDANTE, par Karine C.

On mène une vie tranquille. On tente d'être un bon parent pour ses enfants, d'être un employé consciencieux, un ami disponible, un époux affectueux. La vie est simple, la routine est installée, on file le train-train quotidien. On sait qu'il y a des tragédies, des drames, des horreurs; les nouvelles en



regorgent. Mais en même temps, on se sent tout de même en sécurité. Inconsciemment, on se dit que cela ne pourrait pas nous arriver... Eh bien, oui, personne n'est à l'abri d'un problème de santé. Même si je suis une infirmière clinicienne de profession, je ne suis pas immunisée contre la maladie.

Quand le traumatisme arrive, c'est le choc ! Du moins, c'était une surprise absolue de mon côté. J'ai totalement été prise au dépourvu. Ma conception du monde tel qu'il était et ma vision de moi-même se sont effondrées. Ça a été la confusion, le chaos ! Ma confiance en la vie, en la nature humaine, a été anéantie. Je me sentais révoltée ! J'étais submergée par les symptômes incapacitants, douloureux et souffrants. La réalité était pourtant simple : les complications se sont accumulées, on m'avait fait une césarienne d'urgence et l'on m'a opérée aux intestins ayant, comme conclusion, une iléostomie.

J'avais une vie, une famille et un travail. Je me sentais remplie, investie, solide, utile, efficace. Depuis l'événement, je ne trouvais plus aucun sens à la vie. Ma conception des choses a été complètement bouleversée. Je ne voyais plus les gens de la même façon. Je ne voyais plus les choses de la même manière. Je n'avais plus d'intérêt pour rien. Mon seul et unique objectif était de veiller sur mon bébé qui s'était fait arracher de mon utérus deux mois trop tôt.

J'avais peur de tout. Ma vie venait de s'écrouler ; tout cela à cause d'une opération, d'une iléostomie et de plusieurs autres facteurs. Je pensais être une personne faible qui n'était pas capable d'affronter les difficultés de la vie. Mais en vérité, tout ce que je viens d'énumérer est des symptômes de choc post-traumatique et de dépression majeure dont j'ignorais encore l'existence.

Après un traumatisme comme je venais de vivre, il y a habituellement trois phases. Voici le moment où la pente descendante a commencé.

Phase 1 : La crise

C'est le moment où j'étais totalement en choc. J'étais littéralement un robot : tous les soins de mon bébé, l'entretien de la maison, et j'en passe, se faisaient de manière automatique et non réfléchi. En fait, j'étais désorientée, confuse et j'avais de la difficulté à penser. Mon conjoint et ma famille ignoraient tout de ma situation, même s'ils avaient certains doutes... Je pleurais tous les jours sous la douche, en cachette.

Ensuite, la peur. Je ressentais une vulnérabilité intense. J'avais peur de mourir. J'avais peur qu'il arrive quelque chose de grave à mon bébé. J'avais beaucoup de difficulté à croire ce qui m'était arrivé. J'avais des symptômes dissociatifs : une impression que c'était irréel. Comment avait-on pu m'opérer aussi vite, faire naître mon enfant en pleine gestation ? Pourquoi moi ?

Enfin, je ressentais une intense solitude. Dès les premiers jours suivant la naissance de mon fils et de mon opération aux intestins, il y avait tellement de choses à faire : remplir des déclarations, des constats, des examens médicaux pour moi ou mon petit prince, des appels aux compagnies d'assurances ainsi qu'à mon employeur. Je me sentais complètement perdue dans toutes ces procédures. J'avais l'impression qu'il n'y avait pas de place pour ma détresse.

(Suite à la page 42)

Invitation au congrès

Le congrès pour l'année 2023 aura lieu à :

L'Hôtel La Saguenéenne de Chicoutimi

Samedi 16 septembre 2023, à 8 h 30

- ♦ **M. Robert Brisebois**, conférencier « Se réapproprier son corps et son estime de soi après une stomie »
- ♦ **10 exposants** et plus de temps pour les consulter
- ♦ **Cocktail** de bienvenue et diner
- ♦ **Assemblée** générale annuelle
- ♦ **Prix** de présence

Suite à la page 20

Courrier (Suite de la page 16)

À qui de droit. Je vous envoie un montant d'argent pour ma carte de membre et ainsi qu'un surplus pour la revue. Je tiens à vous féliciter et à reconnaître l'immense succès de votre travail que vous faites avec cœur, passion, générosité et dévouement depuis plusieurs années. Continuez vous êtes une équipe exceptionnelle. Amicalement. – **E.T.**

Désolé pour le retard. Merci pour la carte d'anniversaire. – **S.L.**

Bonjour, je vous souhaite un bel été et du bonheur. Merci! - **M.M.**

Un merci sincère pour toutes les informations reçues lors des rencontres pour les personnes stomisées. - **M.M.**



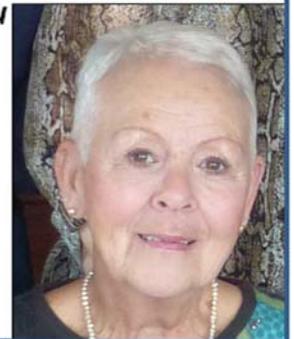
Faites-nous-le savoir...

Ce message s'adresse aux membres de l'Association des Personnes Stomisées ainsi qu'à leur famille. Lors du décès d'une personne sensibilisée à la cause des personnes stomisées, nous aimerions en être informés. En plus de sympathiser avec vous, des bénévoles pourraient recueillir des dons pour la survie de l'Association et ce, pour venir en aide aux personnes stomisées de la région et à leurs proches. Ces renseignements pourraient être donnés en téléphonant au

numéro suivant:

418 549-9478

Madame Diane Vaillancourt



Congrès provincial de l'AQPS 2023

Résumé du congrès par des participants

Le congrès 2023 de l'AQPS s'est déroulé le 13 mai à **Drummondville**. La journée était ensoleillée et c'était déjà un bon départ pour l'événement. Le programme proposé était intéressant et varié : consultations gratuites en stomothérapie, belle brochette d'exposants, des ateliers pour chaque type de stomie et deux conférences. Douze exposants présents étaient directement en lien avec les personnes stomisées. Les deux autres touchaient une facette de la santé, le cancer, souvent lié aux raisons qui ont menées à une stomie.

L'atmosphère était agréable et chaleureuse. Une collation était disponible en avant midi avec un bon café. Je crois que les personnes stomisées pouvaient trouver réponse à beaucoup de leurs questions. Nous avons assisté à l'atelier touchant les personnes ayant une iléostomie et assisté aux deux conférences en après-midi. Nous avons beaucoup apprécié le congrès. Un petit résumé de ses trois activités est joint dans la suite du texte.

Atelier iléostomie

L'atelier s'adressait aux personnes ayant une iléostomie et, je crois, principalement pour celles dont la stomie était relativement récente. L'animatrice a parlé de façon très simple et sensible de son expérience personnelle en partant de ses problèmes de santé jusqu'à sa situation de personne stomisée depuis de nombreuses années. Plusieurs personnes dans la salle ont aussi donné leurs témoignages très intéressants qui étaient souvent émotifs, ce qui est tout à fait normal. L'atelier d'une heure nous a semblé trop court.

Coffre à outils pour améliorer la santé de l'intestin par M. Jean-Yves Dionne

M. Dionne est : pharmacien, formateur, consultant clinique et conseiller scientifique en produits de santé naturels. La conférence était excellente. Voici quelques parties de la description de sa conférence. « *Quand on est malade, tout le monde y va de ses conseils. Tel produit naturel a guéri la cousine de ma belle-sœur. Telle façon de manger a renversé la maladie de mon 2^e voisin. Vous connaissez la chanson... Je vous propose d'y regarder de plus près pour trouver les outils qui peuvent réellement faire une différence dans votre santé, tant intestinale que globale.* »

Être proche aidant

par Mme Caroline Dufour-Jean

Une partie, particulièrement intéressante, était la vision que chaque personne (aidant et aidé) avait d'elle-même et de l'autre. Le jeu de rôle utilisé, pour aider à comprendre les solutions gagnantes proposées, était bien adapté. La conférence était très intéressante. Voici quelques parties de la description de cette conférence. « *S'investir comme proche aidant demande beaucoup de temps et d'énergie. Cela peut entraîner des conséquences négatives sur le plan social, professionnel, financier, sur les loisirs, la santé, le sommeil, la cognition. La vulnérabilité des proches aidants est au cœur de nos préoccupations, nombre d'entre eux présentant des symptômes anxieux ou dépressifs allant parfois jusqu'à l'épuisement. L'équilibre est la clé de la réussite, mais comment y parvenir ? C'est ce que nous allons découvrir ensemble.* »



ALEXIS BRUNELLE-DUCEPPE

CHAMBRE DES COMMUNES DU CANADA

Député de Lac-Saint-Jean au Bloc Québécois

Vice-président du Comité permanent de la citoyenneté et de l'immigration

Porte-parole du Bloc Québécois en matière d'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté, ainsi que Droits de la personne

Circonscription 7-100 rue Saint-Joseph S
Alma, QC G8B 7A6
Téléphone : 418-669-0013
Alexis.Brunelle-Duceppe@parl.gc.ca



CENTRE DE STOMIE DU SAGUENAY-LAC-ST-JEAN

- Stomie et accessoires
- Matériel urologique
- Soins des plaies et de la peau
- Dysphagie et nutrition entérale
- Vêtements compressifs sur-mesure pour grand brûlé, lymphoedème, trauma, vasculaire et thérapie de la main
- Produits d'incontinence
- Bas médicaux
- Fournitures médicales générales
- Inventaire complet en matériel et accessoires
- Vente à l'unité
- Expertise-conseil
- Personnel spécialisé et dévoué
- Livraison gratuite à domicile
- Promotions et prix compétitifs
- Site internet transactionnel
- Consultation par stomothérapeute et professionnels de la santé

Pensée de Diane

*À la fin de la journée,
accroche-toi à une pensée
heureuse et emmène-là
dormir avec toi...*

L.B.



Dépositaire des marques

BRAUN
SHARING EXPERTISE

Coloplast

ConvaTec

Hollister

salts
HEALTHCARE

Nestlé
HealthScience

HYDRA+

VOUS DÉMÉNAGEZ?

Faites-nous parvenir ce coupon en y inscrivant votre nouvelle adresse.

NOM _____

ADRESSE _____

VILLE _____

PROVINCE _____

CODE POSTAL _____ TÉL. : _____

Prescriptions
acceptées



Contactez-nous au
418.602.0662

www.stomomedical.com
infosaguenay@stomomedical.ca

1660, local 114, Boul. Saint-Paul, Chicoutimi, Qc., G7J 4N1



PHARMACIE

Sonia *Isabelle*
Couture & Champagne

1955, des Roitelets, Chicoutimi, suite 103
G7H 0J1
Tél.: 418 549-4242 - Fax : 418 549-2824

HEURES D'OUVERTURE
DU LUNDI AU VENDREDI : DE 9 H À 19 H
SAMEDI : DE 9 H À 17 H
DIMANCHE : DE 12 H À 17 H



Votre Magasin pour les Produits Médicaux Spécialisés

STOMIE • PRODUITS D'UROLOGIE
INCONTINENCE • SOINS DE PLAIE
SOINS DE LA PEAU • BAS DE
COMPRESSION • NUTRITION ENTÉRALE
ÉQUIPEMENTS AIDE À LA MOBILITÉ



Pourquoi magasiner chez nous?

- Personnel qualifié
- Vaste inventaire de la plupart des produits
- Prix juste et compétitif
- Livraison rapide et gratuite à domicile (montant minimum requis)

Services Professionnels

- Consultations gratuites avec une Infirmière Spécialisée en Plaie, Stomie, et Continence (ISPSC)
- Ajustements de bande herniaire, mesures de bas de compression, mesures pour prothèses et soutiens-gorge de mastectomie

**Maintenant deux
succursales pour
mieux vous servir !**



**Appelez-nous au
1-877-809-8277**



**CENTRE
DE STOMIE
PREMIER**

6607 Chemin de la Côte-des-Neiges
Montréal, Québec
H3S 2B3
514-940-9666

2750 Chemin Ste-Foy #108
Québec, Québec
G1V 1V6
418-431-3900

info@premierostomy.com

premierostomy.com

Je m'implique bénévolement....

Membres et amis de l'Association des personnes stomisées du Saguenay–Lac-Saint-Jean, région 02

Nous avons besoin de vous. Avez-vous un talent pour l'administration, la vente, la recherche de commanditaires, l'organisation d'événements, les communications, le travail de bureau ou l'informatique ?

Faites-nous le savoir

Avec le temps, l'association continue de grandir et les demandes de services et d'information augmentent. L'Association est à la recherche de personnes supplémentaires intéressées à l'amélioration de la condition des personnes stomisées et désirant s'impliquer auprès de l'APS. Nous avons également des activités nouvelles à mettre en marche quand nous serons installés dans notre nouveau local et nous manquons de bras. Nous sommes à la recherche de gens dynamiques, **bénévoles** qui sont prêts à s'impliquer.

Communiquez avec nous aujourd'hui en remplissant le formulaire présent à la page suivante. Vous pouvez nous le retourner par le courrier à l'adresse de l'association inscrite ci-dessous ou en téléphonant à Mme **Diane Vaillancourt** au **(418) 549-9478** ou par courriel à **alainlebrun553@gmail.com**. Toutes les informations seront confidentielles.

Association des personnes stomisées
Saguenay–Lac-Saint-Jean, région 02
305 rue Saint-Vallier, CP 23
Chicoutimi, Québec G7H5H6

Je m'implique bénévolement dans l'association des personnes stomisées du Saguenay–Lac-Saint-Jean, région 02.

Nom : Tél. : ()

Prénom : Heure pour vous rejoindre :

Talent particulier :

Disponible pour :

Etc.:



Merci

à tous nos députés régionaux pour leur indéfectible soutien financier.



Nancy GUILLEMETTE

Députée de Roberval

Coalition avenir Québec

Whip adjointe du gouvernement

Circonscription 729, boulevard St-Joseph, Bureau 203

Roberval (Québec) G8H 2L4

Téléphone : 418 275-5050

Nancy.Guillemette.ROBE@assnat.qc.ca

105, avenue de l'Église

2^e étage, Bureau 203

Dolbeau-Mistassini (Québec) G8L 4Z7



Andrée LAFOREST

Députée de Chicoutimi à la Coalition avenir Québec

- Ministre des Affaires municipales
- Ministre responsable de la région du Saguenay-Lac-Saint-Jean

Circonscription 110, boulevard Barrette

Chicoutimi (Québec)

G7H 7W8

Téléphone : 418 543-7797

Andree.Laforest.CHIC@assnat.qc.ca



Yannick GAGNON

Député de Jonquière

Coalition avenir Québec

Président de séance

Circonscription 2290, rue Saint-Hubert

Jonquière (Québec)

G7X 5N4

Téléphone : 418 547-0666

Yannick.Gagnon.JONQ@assnat.qc.ca



Éric GIRARD

Député de Lac-Saint-Jean

Coalition avenir Québec

Adjoint parlementaire de la ministre des Affaires municipales

Circonscription 510-A, rue Sacré-Cœur Ouest

Case postale 2025

Alma (Québec) G8B 1L9

Téléphone : 418 668-6149

Eric.Girard.LSJ@assnat.qc.ca



François TREMBLAY

Député de Dubuc

Coalition avenir Québec

Adjoint parlementaire de la ministre du Tourisme

Circonscription 439, rue Albert

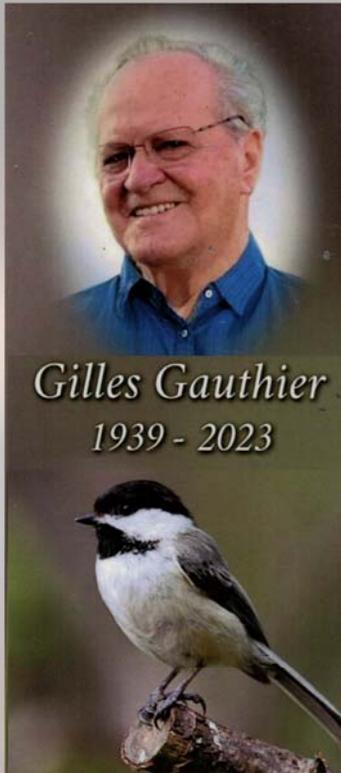
La Baie (Québec) G7B 3L5

Téléphone : 418 544-8106

Télécopieur : 418 544-8167

Francois.Tremblay.DUBU@assnat.ca

Décès de M. Gilles Gauthier



Gilles Gauthier
1939 - 2023

Aujourd'hui tout s'est terminé. Tes larmes, ta souffrance, la maladie et tes douleurs se sont effacées. Ton départ pour le grand voyage est amorcé et les portes du bonheur sont à tes pieds. Vole là-haut, où tout doit être si beau. Que de beaux moments avec toi nous avons passés, jamais nous ne pourrons t'oublier.

La famille a accueilli les parents et amis de M. **Gilles Gauthier** les 7 et 8 avril 2023 au **Complexe funéraire Marc Leclerc** situé au 100 rue Paré à Roberval. Pendant la rencontre, cette belle famille a recueilli généreusement des dons pour l'**Association des personnes stomisées du Saguenay-Lac-Saint-Jean (APS)**.

Au nom de toutes les personnes stomisées de la région et en mon nom personnel, j'offre mes sympathies à sa famille. Je tiens à remercier les membres de la famille, et plus particulièrement sa conjointe, Mme **Marjolaine Morin**, qui à l'aide de leurs dons, nous ont encouragés à continuer notre travail d'entraide et de soutien auprès des personnes stomisées de la région.

Suzie Simard, présidente APS



305, Saint-Vallier
Chicoutimi, # 23
G7H 5H6
TÉL. (418) 549-2501

Évaluation de la Réunion de secteur Hébertville-Station le 15 avril 2023

Participant-e : 1 colostomie 2 iléostomie 6 urostomie 4 colostomie-urostomie 11 PR

Ville d'origine : 10 Saguenay 2 Alma 2 La Doré 2 Girardville 8 PR

PR = Pas de Réponse

SVP encercler la figure selon votre degré de satisfaction

	Excellent	Satisfait	À améliorer
	😊	😐	😞
1. Accueil	24	0	0
2. Atmosphère	24	0	0
3. Organisation physique	24	0	0
4. Démarche suivie	22	2	0
5. Points d'information	22	2	0
6. Échange et trucs	23	1	0
7. L'ensemble de la rencontre	22	2	0

8. Ce que vous avez aimé :

Tout était très bien (2) ; Rencontre avec l'infirmière en stomothérapie (2) ; Échange- Représentant-Surplus d'appareillage-Bonne initiative (2) ; Voir les produits et explications (2) ; L'information reçue a été des plus utiles (2) ; Pour moi, c'est une bonne sortie sociale (2) ; Apprendre et découvrir des informations essentielles (2) ; Tout (4)

9. Ce que vous n'avez pas aimé

Rien (10) ; Absence de Convatec (2)

10. Commentaires et suggestions

Continuer (2) ; Merci (2) ; Excellent, on aime se sentir appuyé (2) ; Bonne poursuite de votre mandat. Bel accueil et échanges fabuleux (2) ; Bonne continuation (2) ; Faire une réunion dans le coin de Roberval (2)

Merci de votre collaboration et à la prochaine

Suzie Simard



Résumé de la conférence de **M. Alexandre Vigeant**

Des accessoires pour les personnes stomisées.

M. **Alexandre Vigeant**, vice-président, de **Stomo Médical** située sur le boulevard Saint-Paul à Chicoutimi, nous a présenté une multitude d'accessoires pouvant aider les personnes stomisées dans leur quotidien. M. **Vigeant** a commencé sa conférence en précisant clairement que ce n'est pas nécessaire de se procurer tous les accessoires qu'il allait nous présenter parce que chaque personne stomisée réussit, avec le temps, à s'adapter et à apprendre à vivre avec une stomie.

Sa première partie a identifié une multitude de produits liquides, en aérosol, ou solides servant à éliminer les odeurs nouvelles et fortes résultant principalement de la modification intestinale qui a fait de nous une personne stomisée. Le transit intestinal chez une personne non opérée est de 24 à 36 heures tandis que pour une personne ayant une iléostomie il est réduit de 12 à 16 heures.



ÉLIMINATEURS
D'ODEUR

M. **Vigeant** enchaîna avec les accessoires proposés pour rendre imperméable notre appareillage de stomie. Nous avons pu observer différentes bandes qui s'ajustent autour de la colle-rette ainsi que d'autres recouvrant complètement l'appareillage comme celui pour la douche.

Plusieurs remarques sont venues en lien avec la plaque de protection qui est utilisée pour : les travailleurs qui doivent porter de l'équipement vestimentaire sur l'abdomen, pour les sportifs afin d'éviter des coups sur la stomie ou pour les grands-parents qui adorent bercer leur marmaille.

Finalement, M. **Vigeant** nous montra une panoplie de sous-vêtements adroitement fabriqués : pour camoufler l'appareil-

lage, pour éviter le ballotement du sac lorsqu'il se remplit, pour éviter le contact direct avec la peau ou simplement pour ajouter une coquetterie. D'autres pièces supplémentaires comme une jambière ou un réservoir de nuit pour les personnes ayant une urostomie ont attiré l'intérêt des personnes présentes.



VÊTEMENTS
STOMIE

Je crois que toutes les questions posées ont obtenu une réponse satisfaisante. Je remercie M. **Vigeant** pour son professionnalisme, son empathie pour les personnes stomisées, son côté pratique en offrant l'achat à l'unité et son soutien à l'Association.

Rédaction Jude



305, Saint-Vallier
Chicoutimi, # 23
G7H 5H6
TÉL. (418) 549-2501

CADEAUX			
No	Donateur	Identification	Gagnant
1	Familiprix Levesque Michel & Émilie	Ensemble à trempette Gourmet	Mme Boivin
2	Familiprix Levesque Michel & Émilie	Gant et savon	M. Plamondon
3	Mme Suzie Simard	Artisanat (Lingettes tricot)	M. Simard
4	Jean-Roch Dumont	Planche à découper	M. Guillot
5	Centre de stomie Premier	Certificat cadeau	M. Melançon
6	Mme Françoise Côté	Artisanat - Chemin de table crochet	M. Rasmussen
7	Avon Mme Nancy Bérubé	Bracelet pour homme	Mme Ménard

8	Mme Suzie Simard	Artisanat (Lingettes tricot)	Mme Lavoie
9	Alternatives ANA	La stomie sans compromis	M. Brassard
10	Avon Mme Nancy Bérubé	Beau foulard	M. Morissette
11	Centre de stomie Premier	Certificat cadeau	M. Lavoie
12	Alternatives ANA	La stomie sans compromis	Mme Perron
13	Avon Mme Nancy Bérubé	Soins pour le corps pour femme	M. Nolet
14	Centre de stomie Premier	Certificat cadeau	Mme Tremblay
15	Avon Mme Nancy Bérubé	Soins pour le corps pour femme	Mme Melançon
16	Alternatives ANA	La stomie sans compromis	M. Tremblay
17	Avon Mme Nancy Bérubé	Soins pour le corps pour femme	Mme Fortin
18	Centre de stomie Premier	Certificat cadeau	Mme Perry
19	Avon Mme Nancy Bérubé	Soins pour le corps pour femme	Mme Lebrun
20	Alternatives ANA	La stomie sans compromis	M. Gosselin
21	Centre de stomie Premier	Certificat cadeau	Mme Brassard

Rappel – Carte de membre

Juste un petit mot pour vous rappeler que c'est le moment de renouveler votre carte de membre 2023-2024 au coût de 20 \$. Pour poursuivre notre travail à l'Association, pour organiser le congrès annuel de septembre et la réunion de secteur, pour la production trimestrielle du journal, pour payer l'impression et l'envoi des journaux à toutes les personnes stomisées du Saguenay—Lac-St-Jean nous avons besoin de votre généreuse contribution annuelle.

*Merci de votre encouragement
et de votre générosité*

Comment procéder pour obtenir une allocation annuelle de 1 382 \$ ou 921 \$ (à compter du 1^{er} janvier 2023)

Allocation indexée le 1^{er} janvier de chaque année

D'abord, détenir une carte d'assurance maladie du Québec et avoir subi une colostomie, une iléostomie ou une urostomie.

Démarche : La RAMQ vous donne toutes les informations sur les services couverts par ce programme ainsi que celles vous permettant de vous y inscrire à l'aide d'un formulaire ainsi que le formulaire lui-même. Vous rendre sur la page web suivante (<https://www.ramq.gouv.qc.ca/fr/citoyens/programmes-aide/appareils-personnes-stomisees>).

Formulaire accessible par internet pouvant être imprimé : Le formulaire « n° 3095. Demande d'inscription — Programme relatif à l'appareillage pour les personnes stomisées » est disponible sur le site de la RAMQ à l'adresse web suivante

(https://www.ramq.gouv.qc.ca/sites/default/files/documents/non_indexes/form-inscrip-stomises-3095-fr.pdf). Il est également disponible sur le site de l'AQPS (Association québécoise des personnes stomisées) à l'adresse web suivante (<https://aqps.org/aide-financiere/>) et en choisissant l'option « Inscription au programme relatif à l'appareillage pour les personnes stomisées ».

Formulaire papier : Pour se procurer le formulaire papier « n° 3095, Demande d'inscription — Programme relatif à l'appareillage pour les personnes stomisées », se rendre au bureau de la Régie de l'assurance maladie du Québec à l'édifice administratif situé sur la rue Harvey à Jonquière ou en vous informant auprès de votre association régionale.

Lorsque votre formulaire sera transmis à la RAMQ et accepté, la RAMQ enverra un chèque au montant de 1 382 \$ pour les stomies permanentes ou 921 \$ (en deux versements) pour les stomies temporaires, et ce, à l'adresse indiquée dans ses fichiers. Vous n'avez donc pas à refaire une nouvelle demande, mais il y a une obligation absolue de signaler tout **changement d'adresse**.

Pour obtenir de plus amples renseignements, composez le numéro sans frais suivant à la RAMQ : 1 (800) 561-9749

COLO-MAJIC® the liner people



COLO-MAJIC®
THE LINER PEOPLE

- ✓ Toujours facile à jeter directement dans la toilette
- ✓ Remplacer seulement la doublure jetable dans le sac
- ✓ Biodégradable
- ✓ Sauver du temps

Réclamez votre doublure de sac gratuite

Les doublures de sacs jetables vous ouvrent un monde de possibilités.

Demandez votre échantillon gratuit aujourd'hui en visitant ColoMajic.com
Services offerts en anglais seulement.



De gauche à droite:

Claudia Blackburn, Hélène Lemieux, Dana Rémillard,
Nathalie Martel et Isabelle Bouchard

Un grand merci!

Pour la fête de Pâques, la pharmacie Claudia Blackburn et Isabelle Bouchard d'Alma a fait un don de 200 \$ au conseil d'administration de l'Association des personnes stomisées Saguenay-Lac-Saint-Jean (APS).

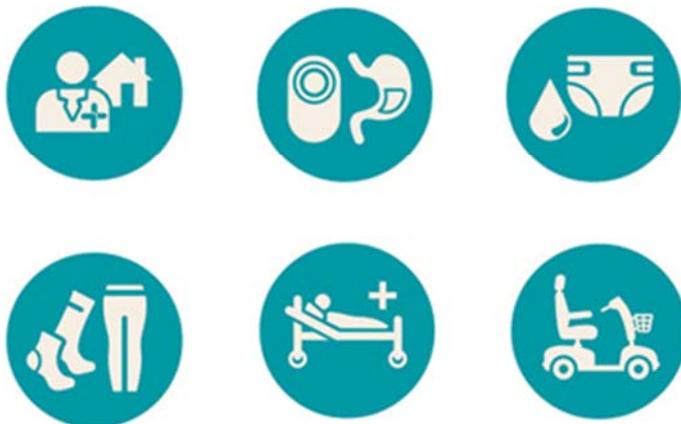
Ce généreux don a aidé les membres de notre CA à recevoir toutes les personnes stomisées gratuitement pour la réunion de secteur du 15 avril à Hébertville-Station.



uniprix
CLINIQUE



SPÉCIALISTE EN PRODUITS DE STOMIE ET BIEN PLUS



VENEZ VISITER NOTRE SITE WEB

Prix compétitifs | Livraison rapide | Entreprise Québécoise

www.pro-assist.ca

Inscrivez-vous à l'infolettre pour connaître nos promotions et nouveautés.

AVIS IMPORTANT

Objet : **Carte de membre 2023-2024 (20 \$)**

Ceci est pour vous rappeler que le renouvellement de votre carte de membre est le 31 mars 2023. Votre cotisation est essentielle à la survie de **l'Association des personnes stomisées du Saguenay--Lac-Saint-Jean Inc.** Ce renouvellement vous donnera droit à une carte de membre valide jusqu'au 31 mars 2024 et se veut un appui concret aux objectifs de votre association.

Merci de votre collaboration.

Le conseil d'administration

P.S. Veuillez noter que les cartes de membre sont envoyées à partir du milieu du mois d'avril.

✂

CARTE DE MEMBRE (20 \$)

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Ville : _____ Code postal : _____

Tél. : _____ Date de naissance : _____

Type de stomie : _____

Faire parvenir à :

**Association des personnes stomisées du
Saguenay—Lac-St-Jean Région 02 Inc.
305, rue St-Vallier #23
Chicoutimi (Qc) G7H 5H6**

(suite de la page 19)

Phase 2 : Le post-trauma

En deuxième lieu, je suis passée par la phase d'assimilation. Après le choc, tout notre système psychologique tente de réagir à ce qui s'est passé, de s'adapter à cet événement et de le digérer. Plusieurs symptômes surviennent après le traumatisme. J'avais des souvenirs répétitifs et perturbants (flash-back) : les minutes avant d'aller au bloc opératoire, mon réveil douloureux aux soins intensifs, mon obsession de voir mon fils, car j'avais seulement une photo de lui. Ils survenaient à n'importe quel moment de la journée. Je faisais des cauchemars répétitifs chaque nuit. J'étais submergée par l'anxiété qui se traduisait par des signes physiques (maux de cœur, douleurs intenses et migraines). À ce moment, je prenais plusieurs médicaments pour m'aider à vivre « normalement » : des pilules pour dormir, pour les maux de tête, pour les nausées, pour les douleurs à l'abdomen, etc. J'avais d'autres symptômes qui se manifestaient par :

- *Des efforts pour éviter les pensées, les sentiments, les conversations, les endroits ou les gens associés à mon événement traumatique ;*
- *Une incapacité à me rappeler des éléments importants ;*
- *Une diminution marquée de l'intérêt pour les activités autrefois importantes et considérées comme agréables ;*
- *Un sentiment de détachement par rapport aux autres ;*
- *Une difficulté à éprouver des sentiments tendres face à des gens qui m'étaient chers ;*
- *Une impression que l'avenir était désormais sombre pour toujours.*

Mon corps était tout à coup devenu hypersensible. Je réagissais à tout. J'étais un paquet de nerfs avec des yeux tout le tour de la tête. J'étais toujours en état d'alerte.

Phase 3 : La résolution

C'est la dernière phase et elle peut prendre deux formes. On peut avoir bien intégré l'événement et avoir décelé une résolution des symptômes. Dans l'autre cas, les symptômes restent chroniques et cristallisés et un médecin doit intervenir. Dans mon cas, je ne suis pas parvenue à cette étape de résolution. Tout cela a donc affecté mon quotidien et contribué à la diminution de ma qualité de vie. J'étais dans un état où je n'avais plus aucune estime de moi parce que la peur était restée trop vive. Ma cicatrice était encore douloureuse et très présente. C'est pour cette raison que, plusieurs mois à la suite de mon événement traumatique, je suis allée chercher de l'aide extérieure pour m'en sortir.

Ne perdez pas courage et ne perdez pas espoir. Allez chercher de l'aide. Oui oui, il existe des gens formés pour vous aider. Dans mon prochain article, je vous expliquerai la conséquence de mon choc post-traumatique, c'est-à-dire la dépression majeure. Je vous donnerai également des pistes de solutions pour vous aider à passer au travers. Les séquelles d'un choc post-traumatique semblent parfois insurmontables. Vous avez tout fait pour tenter de vous aider et vous sentez que vous ne faites pas de progrès, parce que votre souffrance est toujours aussi grande ? Pourquoi continuer à essayer seul ? Des professionnels de la santé peuvent vous aider à diminuer votre détresse et à retrouver votre qualité de vie.

*Rappelez-vous que vous n'êtes pas seul
et vous êtes importants.*



Un grand Merci

Un grand merci à Mme **Joanie Beaudin**, infirmière stomothérapeute, qui nous a fait bénéficier de ses soins. Avec générosité et un chaleureux sourire, elle a accueilli plusieurs personnes stomisées en consultation lors de notre rencontre de secteur à la salle des Chevaliers de Colomb à Hébertville-Station le samedi 15 avril 2023.



Décharge

Les renseignements contenus dans le présent bulletin ne sont fournis qu'à titre informatif. Ils ne doivent pas être invoqués pour suggérer un traitement pour un individu particulier ou pour remplacer la consultation d'un professionnel de la santé qualifié qui connaît les soins médicaux dont vous avez besoin. Si vous avez des questions sur les soins de santé, consultez votre médecin. Vous ne devez jamais vous abstenir de suivre l'avis d'un médecin ou tarder à consulter un médecin à cause de ce que vous avez lu dans le présent bulletin ou tout autre bulletin.

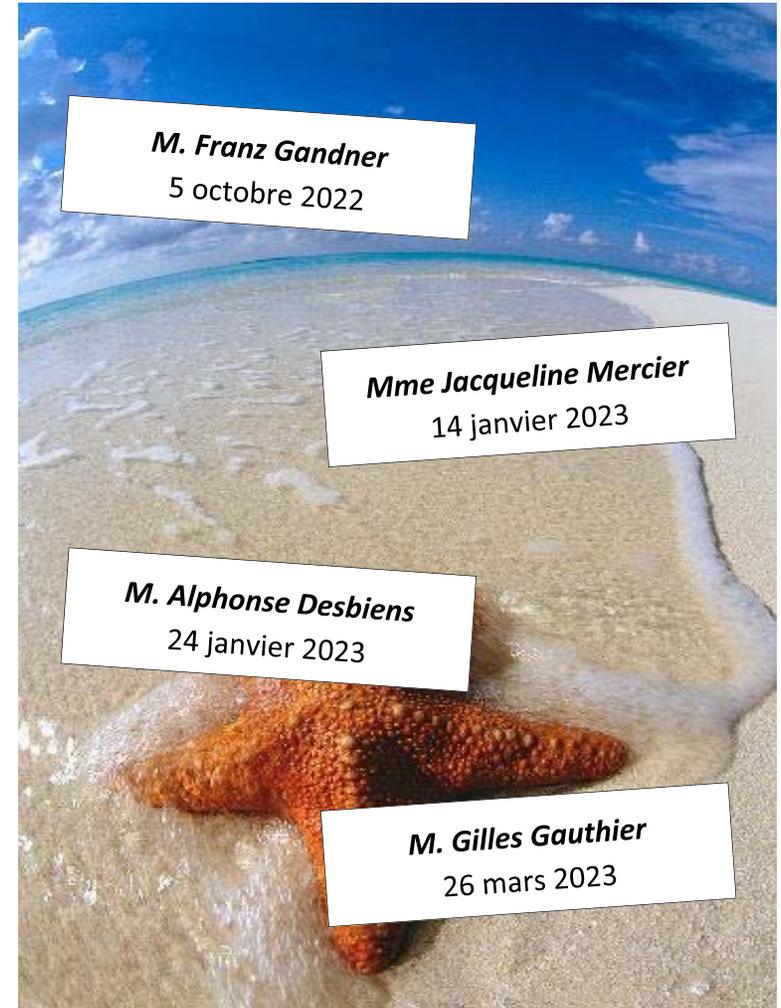


Rire davantage

« Trouve toujours une raison de rire. Cela n'ajoutera peut-être pas d'années à ta vie, mais cela ajoutera certainement de la vie à tes années. »

ILS NOUS ONT QUITTÉS...

Regardez la vie que je commence et non celle que je finis.



M. Franz Gandner
5 octobre 2022

Mme Jacqueline Mercier
14 janvier 2023

M. Alphonse Desbiens
24 janvier 2023

M. Gilles Gauthier
26 mars 2023

Aux familles et amis(es) de ces personnes nous offrons nos plus sincères condoléances.

CONTRIBUTION – DON

Ce journal est le moyen d'information officiel de l'Association des personnes stomisées du Saguenay—Lac St-Jean Inc. Ce **JOURNAL** est publié quatre (4) fois par année. Le prix de l'abonnement et de la carte de membre est de 20 \$ annuellement, payables avant le 31 mars.

Ce que vous donnez sert à défrayer les coûts d'impression, de reliure, des timbres, etc... Nous vous invitons à donner un peu de votre avoir pour permettre la survie de votre **JOURNAL**.

L'équipe du journal

CARTE DE MEMBRE

Pour obtenir votre carte de membre actif, veuillez remplir ce bref questionnaire et le retourner à l'adresse indiquée ci-dessous.

NOM _____

PRÉNOM _____

ADRESSE _____

VILLE _____ Code postal _____

TÉLÉPHONE _____

DATE DE NAISSANCE _____

TYPE DE STOMIE _____

CI-INCLUS MA COTISATION ANNUELLE DE 20 \$

DON (REÇU) _____ \$

JE SUIS INCAPABLE DE PAYER MA COTISATION
AUJOURD'HUI MAIS JE DÉSIRE RESTER MEMBRE

FAIRE LE CHÈQUE À :

**ASSOCIATION DES PERSONNES STOMISÉES
DU SAGUENAY—LAC-ST-JEAN – RÉGION 02 INC.**

305, rue St-Vallier, No 23
Chicoutimi (Québec)
G7H 5H6

Ne partez pas sans lui

Passeport de voyage pour les personnes stomisées

PASSEPORT DE VOYAGE

À QUI DE DROIT,

Ce document certifie que la personne dont le nom figure sur ce passeport de voyage a subi une opération chirurgicale qui l'oblige à porter à **TOUT MOMENT** une prothèse (sac ou poche) attachée à son abdomen, pour recueillir les déjections de ses intestins ou de sa vessie.

Si cette prothèse doit être examinée, il est impératif qu'un médecin qualifié soit présent. Toute intervention peut être la cause de fuites et embarrasser physiquement et moralement le porteur.

Il se peut que la prothèse soit attachée à une ceinture. Dans ce cas, les éventuelles parties métalliques peuvent être détectées par un détecteur.

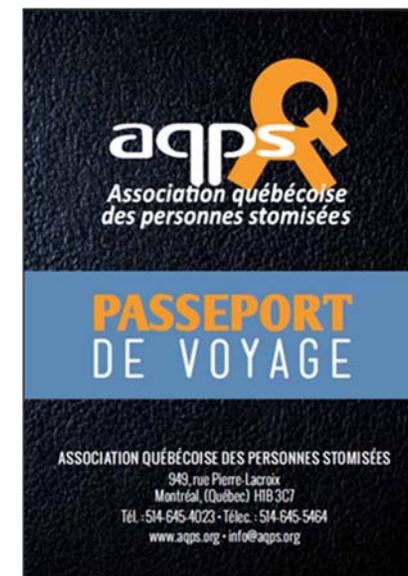
Il se peut que le porteur de ce passeport de voyage ait emporté du matériel de secours (trousse d'urgence), comme par exemple des prothèses de rechange, des compresses etc. en plus de ses bagages, et il est **VITAL** que ce matériel reste intact et ne soit pas égaré.

Merci de votre compréhension.

Les voyages sont de retour

Si vous désirez un exemplaire de ce passeport, je vous recommande de communiquer avec **M. Jude Ruest** à l'adresse suivante
jude.ruest@aqps.org ou de téléphoner au numéro 418 815-7723.

<http://aqps.org/passeport/>



720 Boulevard Saint-Joseph,
Ancien couvent des Ursulines,
Roberval, QC G8H 2L2
418 275-4444



Pharmacie Uniprix

Daniel Guay et Julie Beaupré

Heures d'ouverture :

Lundi au mercredi :8h30 à 18 h

Jeudi et vendredi :8h30 à 20 h

Samedi et dimanche :9 h à 16 h

Venez visiter cette pharmacie située dans l'ancien couvent des Ursulines de Roberval.

Mme ***Josée Taillon***,
infirmière,
vous accueillera
au département dédié
aux produits
de stomie et répondra à
vos questions.



RENDEZ-VOUS AVEC LA PERSONNE-RESSOURCE

SERVICES OFFERTS :

- Ajustement d'appareil collecteur
- Soins de problèmes cutanés
- Soutien en ce qui concerne l'adaptation à la stomie

ENDROIT (LOCAL) :

Se rendre aux cliniques externes du Centre de Santé et de Services Sociaux de Chicoutimi à l'heure exacte du rendez-vous. S'asseoir face à la porte 36; la personne-ressource viendra vous chercher.

HEURES D'OUVERTURE :

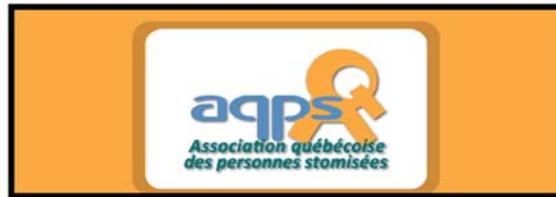
Rendez-vous avec la personne-ressource, deux jours par semaine.

TÉLÉPHONE :

Téléphoner au numéro suivant : 418 541-1234
Poste : 2138

-
- Demander que la personne-ressource en stomothérapie vous rappelle si votre question ou votre problème ne nécessite pas de rendez-vous.
OU
 - Demander un rendez-vous avec la personne-ressource en stomothérapie et préciser l'objet du rendez-vous si :
 - Problème cutané (rougeurs, brûlures, démangeaisons, boutons...)
 - Problème d'appareillage (décollement, odeur, inconfort...)
 - Autres problèmes nécessitant un rendez-vous.

« N'oubliez pas d'apporter tout le matériel nécessaire pour votre stomie lors de votre rendez-vous. »



www.aqps.org

[Dons](#) [Guide](#) [Questionnaire](#) [Passeport](#) [Aide financière](#) [Activités](#) [Quoi de neuf ?](#)

[Profil](#) [Associations](#) [Congrès 2023](#) [Archives](#) [Vivre avec une stomie](#) [Président](#) [Contact](#)

418 815-7723

PASSEPORT DE VOYAGE ENVIE DE VOYAGER ?

Pour tous ceux qui voyagent, l'AQPS a créé un passeport pouvant vous faciliter les choses au moment de passer la sécurité dans les aéroports. Comme vous pouvez le voir sur l'image ci-dessous, il indique

- que vous portez une prothèse suite à une intervention chirurgicale;
- à quoi sert cette prothèse;
- que si vous devez être fouillé, vous demandez que ce soit fait en toute discrétion et en la présence d'un médecin;
- que les parties métalliques d'une ceinture peuvent être détectées avec un détecteur;
- que le matériel que vous emportez est vital et ne doit pas être endommagé ou égaré.

LIVRAISON DU PASSEPORT DE VOYAGE

Prix: 5.00 \$ CAD Quantité

GUIDE POUR LES NOUVELLES PERSONNES STOMISÉES

Dans ce guide vous retrouverez des informations sur :

- Choisir le bon appareil;
- Nourriture, alimentation et nutrition;
- Gestion générale;
- Problèmes possible et façons de les éviter;
- Principales sources d'inquiétude;

Prix: 5.00 \$ CAD Quantité

LIVRAISON DU GPS

TOTAL

10.00 \$ CAD



Claudia Blackburn
Isabelle Bouchard
Pharmaciennes

T. : 418 662-2828

F. : 418 662-7597

260, rue Collard Ouest

Alma (Québec) G8B 1M9

affilié à :



Services offerts

Grande variété de produits pour stomie
Prise de tension artérielle
Prise de glycémie
Livraison gratuite

Pharmacie

**Hélène
Montpetit**
pharmacienne
propriétaire

Membre affilié



- Expertise en stomie
- Préparation de médicaments injectables
- Soins intraveineux à domicile
- Préparation de magistrales classiques
- Service pharmaceutique en infertilité
- Fournitures pour l'allaitement + location de tire-lait
- Location de MAPA
- Service de vaccination

Heures d'ouverture
Lundi au Vendredi
De 8 h 30 à 18 h 00
Samedi
De 9 h 00 à 16 h 00
Dimanche
Fermé

418 **545-3336**

Fax 418 545-3337

394, St-Vallier
Face à l'hôpital de Chicoutimi

**LIVRAISON
GRATUITE**



Le mariage parfait entre l'AJUSTEMENT et la COMPOSITION

que vous méritez dès le départ!

Voici le nouveau champ protecteur deux pièces CeraPlus à convexité souple, doté de la technologie Remois*

Le champ protecteur deux pièces CeraPlus à convexité souple est conçu pour:

- obtenir un ajustement confortable
- aider à prévenir les fuites
- aider à garder une peau en santé

Essayez l'AJUSTEMENT et la COMPOSITION que vous méritez dès aujourd'hui.
Visitez le www.hollister.com ou composez le **1 800 263-7400**



* Scannez moi

Avant l'utilisation, assurez-vous de bien lire les instructions pour obtenir des renseignements au sujet de l'utilisation prévue, les contre-indications, les avertissements et les précautions. Le logo Hollister, CeraPlus et « Peau saine. Résultats positifs. » sont des marques de commerce de Hollister Incorporated. Toutes les autres marques et droits d'auteur sont la propriété de leurs propriétaires respectifs. Tous les produits ne sont pas marqués CE. © Hollister Incorporated 2020.



*Remois est une technologie de Alcan Co. Ltd.

 **Hollister.**

Soins de stomie
Peau saine. Résultats positifs.