

Août 2024

La voix de la lumière



Mot de la Présidente

Merci énormément de votre confiance, j'en suis personnellement touchée. Beaucoup d'eau a coulé sous le pont depuis mon entrée en fonction.

Un énorme merci aux précédents membres du Conseil d'administration qui avez travaillé depuis plusieurs années à structurer et faire vivre ce bel organisme. Nous mettons lentement la pandémie derrière nous. Le plus difficile fut le décès de notre chère Marie-Claire Bourassa, le deuil, et la mobilisation. Cette époque restera à jamais gravée dans nos coeurs, par contre, les passionnées contribuent à l'évolution, la reprise et la relance de ce beau groupe. Chacun(e) de vous a contribué à la continuité de cette belle mission.

Nous sommes chanceux d'accueillir plusieurs nouvelles personnes au sein de notre Conseil d'administration. Pour avoir travaillé avec eux depuis quelques mois à tout récemment, elles sont toutes passionnées.

Nous avons donc la chance d'avoir une équipe et des membres passionnées, passionnées d'accompagner les personnes en fin de vie, passionnées de la réussite du groupe, passionnées d'investir du temps pour aider.

Merci à chacun(e) de vous ! Les accompagnements recommencent et nous avons déjà plus d'accompagnements que l'année passée. Saviez-vous que nos principales sources de références, sont le « bouche à oreille » et les infirmières pivots de Gatineau? N'hésitez pas à passer le mot dans votre entourage.

Après les vacances, nous devrions voir une augmentation des références où nous avons récemment fait des présentations. Déjà nous avons débuté l'accompagnement auprès des patients et de leur famille à l'hôpital de Hull, deux bénévoles occupent présentement ces rôles.

Chacun et chacune de vous faites une différence.

Merci d'être là !



Manon Latour

Présidente

2024-2025



Votre Conseil d'administration (CA) 2024-2025

J'aimerais souhaiter la bienvenue à notre nouveau Conseil d'administration.

Présidente : Manon Latour

Vice-Présidente : Marie-Josée Fortin

Trésorière : Chantale Lamoureux

Secrétaire du CA : Natacha Hotte

Administratrice : Louise Angers

Administratrice : Micheline Lajeunesse

Administratrice : Lucie Lavoie

Plusieurs d'entre vous ont rencontré Natacha Hotte lors du bingo, Natacha sera notre secrétaire du CA. Elle a aussi à cœur la collecte de fonds de commandites, et un faible pour l'organisation d'événement. Elle a fait un excellent travail lors de l'AGA... Un gros merci à toi!

En parlant d'AGA, notre brave Lucie Lavoie a accepté de se joindre à notre équipe d'administrateurs. Elle étudie présentement le dossier formation et se l'approprie lentement. En plus du comité dont elle faisait déjà partie, elle joindra l'ensemble des comités.

Nous avons aussi la joie d'accueillir, Chantale Lamoureux comme trésorière. Elle est présidente de la chorale Mirage et était auparavant aussi trésorière à son église. Elle sera un atout au sein de notre équipe.

Je suis aussi très reconnaissante de l'acceptation de ma collègue et amie Marie-Josée Fortin au poste de Vice-Présidente. Elle m'est indispensable!

Merci à toi Louise qui tenait, depuis 10 ans, le phare comme présidente. Merci de rester dans le CA car tu as cet organisme et sa mission à coeur et aussi pour nous aider et nous appuyer. J'apprécie énormément.

Un gros merci aussi à Micheline qui a pris la charge d'un dossier chaud il y a deux ans passés et qui a su remettre de l'ordre dans tout ça... Micheline utilisera sa grande force de rassemblement et d'accueil pour nous organiser nos levées de fonds et collectes de cadeaux pour nos différentes activités.

Nous avons une équipe passionnée et motivée!

Comptable : Marc Allard

Coordo de l'accompagnement bénévole : Marie-Josée Fortin et Manon Latour

Responsable de la formation : Lucie Lavoie

Vous désirez vous joindre à notre groupe de travail, nos comités et sous-comités, ne vous gênez surtout pas... Il y a toujours de la place pour de nouvelles idées et/ou de l'aide.

Groupe de travail Communication et liaisons :

- Manon Latour
- Marie-Josée Fortin
- Natacha Hotte
- Suzanne Lebeau

Comité Accompagnement bénévole :

- Manon Latour, chargée de projet
- Marie-Josée Fortin, assistante
- Céline Rivard
- Élise Dandurand
- Eve Jutras
- Lucie Lavoie
- Natacha Hotte
- Suzanne Lebeau
- Sylvaine Beaudoin

Comité Finance :

- Manon Latour, chargée de projet
- Paule Drouin, assistante
- Marie-Josée Fortin
- Micheline Lajeunesse, Levée de fonds
- Natacha Hotte, Levée de fonds et commandites
- Suzanne Lebeau, Levée de fonds et commandites

Comité Formation :

- Manon Latour, chargée de projet
- Lucie Lavoie, assistante
- Josée Lajeunesse
- Marie-Josée Fortin
- Sylvie Lambert

Sous-comité Café partage :

- Sylvaine Beaudoin
- Élise Dandurand
- Marie-Josée Fortin
- Manon Latour

Sous-comité Activités :

- Natacha Hotte
- Manon Latour
- Marie-Josée Fortin
- Micheline Lajeunesse

CA élargi :

- Eve Jutras
- Paule Drouin
- Suzanne Lebeau

Tous les membres d'Albatros sont bienvenus à participer à nos comités et nos CA élargis. Nos réunions se déroulent autant en présentiel qu'en virtuel. Vous n'avez qu'à nous l'indiquer en répondant aux invitations et nous vous ferons parvenir l'information des prochaines rencontres. Vous pourrez consulter l'ordre du jour avant chaque réunion, certains sujets peuvent vous parler plus que d'autres. Nous apprenons beaucoup en échangeant avec des gens d'expérience et des gens provenant de divers milieux. Qui sait vous aurez peut-être des idées innovantes à offrir!

Au plaisir de vous y rencontrer!

Bienvenu parmi nous !

J'aimerais prendre quelques minutes pour souhaiter la bienvenue à Guy Bessette un nouveau bénévole accompagnant qui nous vient de l'équipe de Wakefield ainsi qu'à Excelle Kitio notre adjointe administrative qui nous aide avec nos dossiers artistiques depuis quelques mois déjà.



Nous leurs souhaitons donc la bienvenue !



**Merci de votre participation
au café partage du jeudi 21 août 2024**

Un gros merci à nos animatrices de la soirée Marie-Josée Fortin et Sylvaine Beaudoin. Elles ont présenté un sujet très intéressant : La souffrance globale et de comment accompagner des gens vivant de tel souffrance, s'accueillir dans ce que l'on vit et en sortir serein. Wow que de beaux partages de tous et chacun. Le sujet vous intéresse vous trouverez l'article à la fin du module 4.

Si vous avez le goût d'animer des cafés partages ou encore avez des sujets à proposer, veuillez envoyer un courriel à Sylvaine Beaudoin. (sylvaine.beaudoin@gmail.com).

Bonne journée au plaisir de partager avec vous lors de notre prochaine rencontre le 24 septembre 2024, heure et date à déterminer... Inscrivez-le à votre horaire.



Subvention de la Fondation Mirella et Lino Saputo

La demande de subvention a été envoyée le 31 juillet 2024, nous attendons des nouvelles. Un gros merci à Paule Drouin, Yolaine Ruel, Marie-Josée Fortin, Suzanne Lebeau, Marc Allard, Micheline Lajeunesse ainsi qu'aux membres du CA pour leur aide à la préparation des formulaires, lettres et documents nécessaires à l'envoi de la demande Saputo...

- Identification des enjeux
- Plan d'action de 3 ans
- Prévisions budgétaires basées sur le plan d'action
- Statistiques
- Rapport d'activités
- États financiers et bilan
- Lettre de présentation
- Formulaire en ligne

Maintenant nous nous croisons les doigts, prions et espérons que nous recevrons une réponse positive à notre demande sous peu.

Nous avons aussi presque terminé la demande PSOC auprès du CISSSO pour obtenir notre reconnaissance, en janvier, nous ferons la demande de fonds.

Nous avons aussi débuté la demande de matériel technologique auprès du Programme Nouvel Horizon pour les Aînées PNHA ainsi que celle de Petro Canada (proches aimants) pour se faire rembourser nos formations de base et continue afin d'enseigner aussi bien à nos bénévoles qu'aux proches-aidants et la population en général.

Merci à tous les membres qui nous accompagnent, encouragent et aident dans ces moments d'intensité et de travail constant.

Heures de bénévolat et kilométrages



Pour démontrer nos besoins, nous devons prouver que nos services sont nécessaires et que les gens les utilisent. Nous devons aussi compter nos heures associées à la formation de nos bénévoles, des membres du CA et de la population en générale.

Nous devons aussi démontrer les heures investies à la gestion de l'organisme par exemple au CA, à l'AGA et dans les trois comités (finance, formation et accompagnement), les sous-comités (activités et café-partage) et le groupe de travail Communications et liaisons qui travaillent passionnément à faire fonctionner l'organisme. Pour créer ces rapports, nous avons besoin de votre collaboration et attendons vos heures à la fin de chaque mois.

Voici les liens des nouveaux formulaires en ligne.

Accompagnements : <https://forms.gle/vX6cuMdvRHA7bZXR6>

Formation : <https://forms.gle/kYgAiGGrbu6pKJTU9>

Autres : <https://forms.gle/3i2yWQUQpXZg5WMx7>

Pour les gens qui n'y arrivent pas en ligne, les services de prise d'heure par téléphone et d'envoi par courriel auront toujours lieu.

Veuillez nous joindre au 873-455-9632.

Merci de votre coopération.

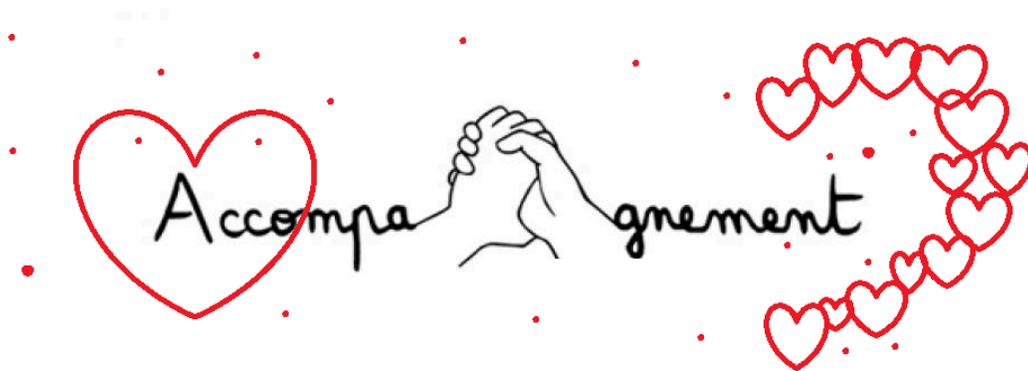
Assemblée générale extraordinaire et annuelle du 20 juin 2024

Merci de votre appui, confiance et grande participation...

Nous avons maintenant un CA complet, de nouveaux règlements généraux, un plan d'action pour la nouvelle année ainsi que des prévisions budgétaires.

Nous pouvons continuer de mettre notre énergie de passionnée au niveau des subventions, de la formation qui arrive sous peu, du recrutement de nouveaux bénévoles ainsi que de notre visibilité et notoriété auprès de nos partenaires santé, les organismes communautaires ainsi que la population en générale.

Je nous souhaite une autre merveilleuse année...



Accompagnements 2024

Il nous fait plaisir, à Marie-Josée et moi, de vous dire que grâce à chacun(e) de vous, votre disponibilité, votre engagement et votre grand cœur, que nous avons dépassé le nombre d'accompagnement bénévole de l'an passé et nous n'avons fait que 4 mois dans l'année fiscale, Bravo à vous tous pour votre engagement. Continuez d'en parler autour de vous, c'est vraiment le bouche à oreille notre plus grande force.

Après les vacances, nous devrions voir une augmentation des références dans les hôpitaux et les autres régions où nous avons fait des présentations récemment (Hull, Buckingham et Saint-André-Avellin entre autres). Nous aurons aussi beaucoup de visibilité lors de nos kiosques auprès des personnes âgées de l'Outaouais.

Nous avons créé un message pour que vous partagiez dans vos pages Facebook au mois d'août. J'espère que les membres de vos pages partageront à leur tour et que nous réussirons à faire le tour de l'Outaouais.



Nous avons présentement remis en ordre le système CanaDon qui permet à tous les donateurs d'offrir des dons à même leur carte de crédits. Il envoie aussi un reçu de dons officiels.

Nous avons installé le code QR pour accéder à ce système dans notre site web et nos dépliants.



Gratitude

Un énorme merci à notre organisatrice communautaire Nathalie Turpin qui nous quitte pour rejoindre les éclaireurs, un autre très beau projet.

Nous allons manquer ta présence calme et encourageante, surtout ta gentillesse. Un gros merci pour tout l'aide que tu nous a apportée.

*Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de l'Outaouais*

Québec 



Merci - Merci - Merci

Merci à la FMAQ qui nous a accompagné et offert leur expertise lors de notre relance. Ils ont répondu à nos questions et nous avons eu la liberté de choisir notre voie, celle qui nous ressemblait dans notre communauté.

Un gros merci à Yolaine Ruel, conseillère au développement, pour ta patience, tes bonnes idées, ta façon de m'apprendre de nouvelles choses, me guider, ton mentorat et tout ça en m'offrant toute la liberté de choisir, d'avancer et de rester autonome... Nous n'en serions pas où nous en sommes sans tes conseils et suggestions, merci.

Bonne continuité à toi aussi dans tes nouveaux défis, au plaisir de travailler avec toi en février pour les ateliers en RPA...





Projet-Pilote - Équipe 24/7 : Le passage vers la lumière

Nous bâtissons présentement une équipe d'accompagnant 24/7. Nous avons déjà 4 bénévoles volontaires.

Selon ses disponibilités, l'accompagnant sur appel, se rendra en CHSLD et à l'hôpital auprès de personnes seules ou dont la famille ne peut se déplacer afin de les accompagner dans leur passage vers la lumière.



Une main tendue pour accompagner la vie jusqu'au dernier souffle.

Nous attendons toujours notre premier appel.

Chronique Lecture

Pour aimer un livre, il doit résonner en nous; nous happer dans le cœur et l'âme, faire monter l'émotion et parfois les larmes, et les sourires. **Pour aimer un livre**, on doit faire UN avec lui; sentir qu'on l'a dans la peau, qu'il nous fait vibrer, qu'on se sent nourrit et ébranlé.

Aimer un livre, c'est le déposer de temps à autre pour se déposer soi-même et entrer dans le monde dans lequel il nous invite. **Aimer un livre**, c'est personnel. Mais le désir de partager notre appréciation n'en n'est pas moins grand.

Avoir aimé un livre, c'est rester accroché sur la dernière phrase et laisser l'émotion nous faire vibrer, comme la note tenue sur un violon.

Pour tous les livres écrits sur le sujet de la fin de vie et des soins palliatifs, chaque livre est unique.

J'ai aimé et j'ai vibré au livre :

Accompagnement de fin de vie - Guide pratique, de Lady Isabelle.

Lady Isabelle est, je crois, le nom de plume des dernières années d'Isabelle Pitre. Coach de vie professionnelle, thérapeute humaniste et auteure, elle est PDG de l'école Isabelle Pitre Coaching Inc, où se donne, entre autres, une formation en accompagnement de fin de vie et une autre intitulée : intervenant en soins palliatifs. Écrit dans un style fluide, simple, clair et touchant, son contenu embrase en nous ce désir de faire de l'accompagnement. Un livre à découvrir, à aimer et à référer.

Pour obtenir le livre, inscrire **le titre et l'auteur** sur un engin de recherche et vous serez dirigés sur le site pour le commander.

Extrait de la 4^e de couverture du livre : « *Pour savoir quoi dire, quoi faire, comment être, alors que la fin de vie nous bouleverse, et que nos émotions, nos questionnements, nous empêchent d'offrir à l'autre le meilleur de nous-mêmes* ».

Bonne lecture ! ♥

Carole Verdon



Déjeuner des membres

Merci beaucoup de votre présence au déjeuner du vendredi 2 août 2024. Ce fut un beau déjeuner rempli de belles conversations et d'amour.

Le mois prochain, le **vendredi 6 sept**, nous serons au Buck de Buckingham.

Les galeries de Buckingham
999 Rue Dollard,

Lady Isabelle

Guide pratique

Accompagnement de fin de vie



Éditions Entre-Ether

Gatineau, QC
J8L 3E6

Venez nous rencontrer et échanger, le but de ces déjeuners est de garder une belle synergie d'équipe de bénévoles. J'encourage donc les membres de toutes les régions à participer.



Restez à l'affut des prochaines invitations et des dates qui peuvent varier.

Au plaisir de vous rencontrer pour jaser!

Pour que vieillir soit Gai - Fondation Émergence

On estime généralement la population LGBTQ+ à environ 10 % de la population totale. Or, parmi les personnes âgées, ces personnes demeurent invisibles, principalement par crainte de divulguer leur différence. Ce phénomène a des répercussions importantes sur leur bien-être et leur santé, et de nombreuses études mettent en évidence le fait que les personnes âgées LGBTQ+ constituent une population particulièrement vulnérable.



Après avoir assisté à une belle présentation de la Fondation Émergence, nous avons décidé de vous partager la charte de la bienveillance des LGBTQ+. Destinée à être affichée dans les milieux fréquentés par les personnes âgées, la Charte de la bienveillance des personnes âgées lesbiennes, gaies, bisexuelles et trans vise à démontrer que notre organisme adhère aux onze principes de la bienveillance et de l'inclusion de la diversité sexuelle et de genre.



Vous trouverez cette charte dans notre site web sous l'onglet « Nos valeurs ». Albatros ce veut inclusif et respectueux de la personne dans qui elle est et comment elle est avec empathie. Vous trouverez des trucs pour que la personne se sente à l'aise d'être qui elle est.



Bonne lecture!

<https://www.albatrosgatineaulalievre.org/index.php/nos-valeurs/>





Bingo 😊!

Wow - Bravo! Quelle belle soirée de bingo en bonne compagnie. Je débute par remercier Micheline Lajeunesse qui a mis son coeur dans cette soirée. Qui a tout organisé et réussi à faire de cette soirée un beau succès. La levée de fonds du 6 et 27 juin passés, nous a permis d'amasser la jolie somme de **1700\$ pour Albatros Gatineau - La Lièvre...** Un gros merci à vous tous et toutes pour votre participation aux deux soirées...

Venez nous trouver lors des prochaines soirées de bingo qui auront lieu à Buckingham les **12 - 26 septembre 2024**. Merci aux Chevaliers de Colomb de Buckingham de nous permettre de collecter des dons lors de ces soirées.

La soirée débute à 18h30 mais nous vous suggérons d'arriver plus tôt pour avoir du stationnement. Si celui-ci est plein, il y a aussi au coin de la rue, à l'église et l'école où vous pourrez vous stationner gratuitement.

Souvent nous nous rendons plus tôt pour manger sur place. Le restaurant ouvre à 16h30 et la nourriture est très bonne.

Salle des Chevaliers de Colomb,
400, rue des Pins,
Buckingham (Québec)



Pour obtenir des billets pour vous ou pour en vendre auprès de vos ami(e)s, veuillez contacter Micheline Lajeunesse à AlbatrosGatineauLL@gmail.com.

Journée mondiale de la lutte contre la maltraitance des personnes âgées

Nous étions bien impressionnées Suzanne et moi d'avoir un kiosque à cette première journée mondiale de la lutte contre la maltraitance des personnes âgées. Nous avons eu beaucoup de visiteurs, des dons et des gens intéressés à faire partie de notre équipe. Un vrai succès !

Nous avons ajouté à l'onglet « Nos valeurs » de notre site web le document « Les 6 conditions favorisant la bienveillance ». Bonne lecture !

<https://www.albatrosгатineaulieuvre.org/index.php/nos-valeurs/>



Deux kiosques très intéressants au mois d'octobre.



Grand rendez-vous des aînés

Venez, le vendredi 4 octobre 2024, entre 9h30 et 15h30 nous rencontrer à notre kiosque de la table des aînés de Gatineau où nous aurons un kiosque ou nous exposerons ce que les gens peuvent s'attendre d'Albatros GLL. Il y aura des ateliers et des conférences offerts dans une atmosphère conviviale. L'entrée est gratuite. Au plaisir de vous y rencontrer.

Pour plus d'information, veuillez cliquer le bouton info.



Salon FADOQ - Distinction 50 +

Le samedi 26 et le dimanche 27 octobre, entre 10 h et 16 h 30, c'est toute la communauté qui est invitée à venir visiter +150 kiosques d'exposants et écouter les artistes ainsi que les conférenciers.

Albatros GLL y sera, au kiosque 613, venez nous faire un coucou. L'entrée est gratuite mais prévoir 15\$ pour le stationnement.

Pour plus d'information, veuillez cliquer le bouton info.



Vente de hot-dogs au IGA

Venez en grand nombre nous rencontrer au IGA près de l'encan, le samedi 31 août 2024 à partir de 10h jusqu'à 18h00.

Invitez vos familles et ami(e)s à venir nous faire un coucou et nous encourager en achetant des hot-dogs.

Marché Masson-Angers inc.
112, rue Georges
Gatineau, Québec
J8M 1A2,

S'il pleut fort la journée sera remise au lendemain et un courriel vous sera envoyé à cet effet.

Au plaisir de vous y rencontrer!



Commentaires, rétroactions, suggestions et autres

Vous pouvez nous offrir en tout temps vos commentaires, vos rétroactions, suggestions, partages, idées, etc. et ce de façon anonyme ou en nous laissant votre nom.

Vous trouverez le nouveau formulaire, dans notre site Web, tout en bas de la page « Nous joindre » :

<https://www.albatrosgatineaulalievre.org/index.php/nous-joindre/>

Message à partager sur votre page Facebook :

Les bénévoles de notre belle famille d'Albatros Gatineau – La Lièvre accompagnent avec coeur et empathie les personnes ayant des maladies graves en soins palliatifs et fin de vie. Vous connaissez quelqu'un dans votre entourage qui pourrait bénéficier de nos services d'accompagnements gratuits, partagez ce message, parlez-en. Nous ne sommes qu'à un coup de fil, prêt à répondre à vos questions et vos besoins.

Nos bénévoles doivent suivre une formation de base de 36h basée sur les 10 compétences à développer en soins palliatifs du MSSS. Ils doivent réussir une vérification des antécédents judiciaires, se conformer à la loi 25 concernant la confidentialité des renseignements personnels, adhérer aux valeurs et au code d'éthique et déontologie de la FMAQ et passer une entrevue et plus. Ils doivent aussi effectuer de la formation continue chaque année afin de se garder à jour. Ils sont bien encadrés par des coordos d'expérience joignables en tout temps.

Téléphonez-nous pour une rencontre, il nous fera plaisir de répondre à vos questions et de vous rencontrer si nous pouvons répondre à vos besoins.

www.albatrosgatineaulalievre.org

AlbatrosGatineauLL@gmail.com

873-455-9632

Vous trouverez l'original avec une photo dans notre page Facebook. Veuillez le partager dans vos réseaux sociaux. Merci

<https://www.facebook.com/groups/AlbatrosGatineauLaLievre>



Liste des activités et projets pour l'année 2024-2025

Nous avons créé une ligne de temps des projets, des événements et des activités à venir pour 2024-2025. Vous en trouverez une copie en cliquant le bouton ci-dessous.

N'oubliez pas que ce document change chaque semaine, si vous en voulez une nouvelle copie, veuillez nous contacter.

AlbatrosGatineauLL@gmail.com.

Liste des activités et projets

Albatros Gatineau - La Lièvre

Venez visiter notre site Web.
Plusieurs formulaires et codes QR ont été ajoutés.

