



### MOT DE LA PRÉSIDENTE

Bonjour chers membres,

La période des Fêtes est déjà derrière nous et nous espérons que celle-ci fût propice aux belles rencontres avec les personnes que vous aimez. Les membres du Conseil d'administration vous souhaitent une belle année 2020. Quelle soit remplie de petits et grands bonheurs, de santé et de réalisation dans vos projets de toutes sortes.



Du côté des activités d'Albatros Trois-Rivières, vous constaterez que l'automne 2019 a été prolifique. Ces activités sont rendues possibles grâce à l'implication de plusieurs d'entre vous. Nous vous en sommes très reconnaissants.

Nous débutons cette nouvelle année avec **102** membres. En remerciement de votre soutien et de votre contribution, nous planifions et organiserons des événements sociaux et formatifs des plus stimulants qui, nous l'espérons, répondront à vos besoins.

Bonne lecture !!!

**Jasmine Paquin**

### ÉVOLUTION DU PROJET D'ACCOMPAGNEMENT AU CHSLD COOKE



Le projet d'accompagnement au CHSLD Cooke, débuté en septembre 2019, trouve son rythme de croisière grâce à une équipe de bénévoles impliquée et sensible aux besoins de cette clientèle vulnérable. Plusieurs améliorations et précisions au projet sont en cours d'implantation. Les équipes soignantes pourront désormais identifiées plus facilement et rapidement des résidents à être visités selon différents niveaux de priorité. Ces améliorations sont possibles grâce aux commentaires des bénévoles de l'équipe, au travail de madame Marilyne Legrand et à la grande collaboration du personnel du CHSLD. Le 27 janvier 2020, madame Lynn Bourque (bénévole) et madame Jasmine Paquin (coresponsable accompagnement CHSLD) ont rencontré les équipes de soins des cinq unités afin de faire une présentation des services bénévoles et répondre à leurs questions.



(Photo : Lynn Bourque et Alain Beaudry, bénévoles CHSLD Cooke)

#### ALBATROS TROIS-RIVIERES

2830, boul. des Forges  
Trois-Rivières (Québec) G8Z 1V2  
**Téléphone** : 819-375-1429  
**Courriel** : albatros3r@gmail.com  
**Site Internet** :  
www.albatros3r.com

**Mise en page de l'Infolettre**  
Francine Larouche

#### MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

##### Jasmine Paquin

Présidente / coresponsable  
des accompagnements au  
CHRTR et CHSLD

##### Jacqueline Toutant

Vice-présidente / comité d'entrevue et  
formation continue

##### Armelle Deschamps

Secrétaire et responsable de la formation

##### Marc Beaubien

Trésorier et coresponsable des  
accompagnements au CHRTR

##### France Perreault

Responsable des  
accompagnements à domicile

##### Marilyne Legrand

Coresponsable des  
accompagnements en CHSLD



## L'APPUI POUR LES PROCHES AIDANTS D'AINÉS

MAURICIE

### **PROJET APPUI MAURICIE POUR LES PROCHES AIDANTS**

Depuis le 25 septembre 2019, nos services aux proches aidants répondent à plusieurs de leurs besoins. Le **volet RÉPIT** a permis à 13 proches aidants de bénéficier de 333 heures d'accompagnement bénévole pour leurs proches malades. Les accompagnements à domicile sont assurés par une équipe de 14 bénévoles, soutenus par madame France Perreault. Félicitations à toute l'équipe!

Le **volet SOUTIEN PSYCHOSOCIAL INDIVIDUEL** rencontre lui aussi un franc succès. En effet, huit proches aidants ont profité d'environ cinq heures chacun d'aide individuelle. Ces rencontres sont très appréciées des proches aidants et s'adaptent à leurs disponibilités.

Le **volet SOUTIEN PSYCHOSOCIAL DE GROUPE** a permis à huit personnes de se réunir à six reprises. Les rencontres se sont déroulées dans une ambiance de convivialité et d'entraide. Les commentaires des participants sont positifs et les outils proposés leur serviront à mieux vivre leur quotidien.

De façon globale, 23 proches aidants de Trois-Rivières ont eu recours à l'un ou l'autre de nos services au cours des quatre derniers mois. Les volets de soutien de groupe et individuel sont animés par madame Danielle Messier. La supervision des activités de ce projet est assurée par monsieur Marc Beaubien.

***Vous connaissez des proches aidants ayant besoin d'un ou plusieurs de ces services gratuits? Partagez nos coordonnées! Les voici :***

**Une nouvelle série d'ateliers de SOUTIEN DE GROUPE débutera le mardi 18 février 2020, en après-midi. Nous acceptons un maximum de 8 personnes.**

**Téléphone : (819) 375-1429 – Courriel : albatros3r@gmail.com**

## **FAIRE CONNAÎTRE NOS SERVICES...**

### **...auprès des professionnels**

Le 14 novembre dernier se tenait le « Salon des organismes » organisé par L'APPUI Mauricie. Une vingtaine d'organismes de Trois-Rivières participaient à cet événement. Notre présence à ce salon a permis de rencontrer les professionnels du CIUSSS MCQ de la région de Trois-Rivières. Ces professionnels (travailleurs sociaux, infirmiers, ergothérapeutes, etc.) agissent dans les équipes de soins palliatifs. Ce fut donc une belle occasion de leur expliquer nos services et les milieux dans lesquels nos bénévoles sont actifs.

### **...et d'autres organismes de la région**

Des rencontres et des échanges avec plusieurs organismes de Trois-Rivières ont eu lieu : le Regroupement Aidants Naturels, les Centres d'Action bénévole, l'Association des retraités du Cégep de Trois-Rivières, LEUCAN, et plusieurs autres.



## **LE COMITÉ RECONNAISSANCE**

Ayant à cœur la reconnaissance des membres de l'organisme, un comité ponctuel a été créé. Ce comité, formé de mesdames Odette Bergeron, Céline Vincent, Jacqueline Yergeau, France Perreault et Jasmine Paquin, a dressé une liste de moyens visant à reconnaître l'implication des membres. Plusieurs de ces moyens seront mis en œuvre au cours des prochaines semaines. Un grand merci pour votre contribution! (Jacqueline Yergeau, absente sur la photo.)





## UNE PREMIÈRE SUBVENTION

Après un travail de longue haleine, Albatros Trois-Rivières a reçu sa « reconnaissance » du CIUSSS MCQ confirmant officiellement son identité à titre d'organisme communautaire. Cette reconnaissance nous a permis de demander une subvention auprès du gouvernement du Québec, soit au Programme de Soutien des Organismes communautaires (PSOC).

**BONNE NOUVELLE** : Une première subvention récurrente d'un montant de 25 000 \$ a été accordée à notre organisme. Un **Plan d'Action** présentant différentes priorités et projets ainsi que les moyens à mettre en place pour les réaliser est en cours de rédaction. Tous les membres de l'organisme auront l'occasion de commenter ce **Plan d'action** lors de la tenue de l'Assemblée Générale Annuelle (AGA) qui se tiendra le 11 juin 2020.

## PAGE FACEBOOK

Albatros Trois-Rivières a dû procéder à la création d'une nouvelle page Facebook. Allez visiter cette nouvelle page! Vous pourrez ainsi consulter les nouvelles publications et partager la page avec vos amis afin de contribuer avec nous à la promotion de nos services.

<https://www.facebook.com/Albatros-Trois-Rivi%C3%A8res-101383144727501/>



## NOTRE SITE INTERNET SE REFAIT UNE BEAUTÉ

Notre site Internet est présentement en maintenance. Bientôt, vous verrez une version améliorée du site. Les changements et les améliorations apportés permettront, entre autres, une meilleure visibilité pour la population, pour la présentation des activités aux membres et pour la consultation de différents documents (infolettres, rapports d'activités, calendriers des formations et activités pour les membres, etc.).

## DÉMÉNAGEMENT

Le déménagement d'Albatros Trois-Rivières est maintenant imminent. En effet, la Maison RE-NÉ (annexée aux bureaux de la Fédération et au nôtre) nous a fait part qu'elle désire agrandir ses locaux afin de mieux répondre aux besoins grandissants de sa clientèle. Depuis plusieurs semaines, la recherche et la visite de nouveaux espaces se multiplient. Le déménagement se fera en avril.



## FORMATION 36 HEURES

### Un groupe de jour

Quelques 20 personnes étaient inscrites à la formation de l'automne 2019. Des participants curieux d'apprendre ont partagé des expériences de vie pertinentes liées aux soins palliatifs. Tous ces nouveaux membres sont les bienvenus et nous faciliterons leur intégration dans la famille Albatros lors des activités à venir.





Plus de la moitié du groupe fera du bénévolat. Certains d'entre eux sont à l'œuvre depuis le mois de décembre. Cette relève est appréciée et les responsables sont sensibles à les soutenir au mieux dans ce nouveau bénévolat. La remise des attestations a eu lieu lors du souper de Noël du 4 décembre dernier. Félicitations! →



### Un groupe de soir

Cet automne, le nombre de personnes intéressées à suivre la formation en soins palliatifs et l'augmentation de demandes d'accompagnements bénévoles ont justifié le démarrage d'un deuxième groupe. Cette formation se terminera le 20 février 2020.

Les formateurs ont répondu positivement d'ajouter cette formation au calendrier habituel et nous leur en sommes très reconnaissants. MERCI!

### FORMATION CONTINUE

On ne mourra pas  
d'en parler

Un regard plein de vie sur la mort

La formation continue d'octobre dernier a regroupé 28 membres et leurs amis. Cette formation intitulée « ON NE MOURRA PAS D'EN PARLER » a été organisée et animée par madame Jacqueline Toutant. Les participants ont visionné un documentaire de madame Violette Daneau et ont échangé sur les aspects qui les interpellaient de façon particulière. Beaucoup de commentaires positifs ont suivi la présentation.



Tous ont apprécié l'organisation de cette activité.

### REPAS DE NOËL

Le 4 décembre dernier, 52 membres d'Albatros Trois-Rivières ont célébré Noël autour d'un excellent buffet. L'ambiance festive et détendue a favorisé les échanges et les rires entre les personnes présentes. Le tirage d'une magnifique toile, gracieuseté de madame Dominique Gravelle, a été remportée par monsieur Roger Beaudoin. Bravo !

Au cours de la soirée, à la suite d'un discours inspirant de madame Hélène René, ambassadrice du Mouvement Albatros du Québec, nous avons procédé à la remise des attestations du groupe de formation de l'automne 2019. Mesdames Caroline Thibault, directrice générale de la Fédération du Mouvement Albatros du Québec, et Hélène René furent accompagnées de plusieurs formateurs pour remettre les attestations aux finissants du groupe de formation. La fierté des finissants se lisait sur leur visage!



Finalement, à la fin de la soirée, tous les membres présents ont eu la surprise de recevoir le livre « À TIRE D'AILES ... » écrit par le Dr Patrick Vinay, porte-parole de la Fédération du Mouvement Albatros du Québec. Un cadeau fort apprécié par toutes les personnes présentes.



## Quelques photos de la soirée



## À INSCRIRE À VOTRE AGENDA



### 1. Renouvellement de votre adhésion annuelle

Vous avez jusqu'au 31 mars 2020 pour effectuer le renouvellement de votre carte d'adhésion annuelle. Être membre d'Albatros Trois-Rivières, c'est soutenir une mission importante : celle de former des personnes aux soins palliatifs et en mesure d'offrir un accompagnement de qualité et sécuritaire aux personnes de notre communauté vivant un moment important de leur vie, lequel pouvant être particulièrement éprouvant tout en étant si précieux.

#### **Pourquoi être membre?**

En étant membre de notre organisme, en plus de pouvoir œuvrer dans différents milieux, vous pouvez participer à établir les orientations à privilégier en participant à des comités ponctuels; faire connaître votre opinion sur les formations continues à mettre en place; participer à l'élaboration de projets; assister gratuitement à différentes activités de formation et à des activités sociales en compagnie des 102 membres actuels; recevoir les Infolettres permettant de rester informé sur les activités de l'organisme et les rendez-vous à ne pas manquer.

VOUS SEREZ CONTACTÉ AU DÉBUT DU MOIS DE FÉVRIER 2020. NOUS PROCÉDERONS ALORS À LA VALIDATION DE VOS COORDONNÉES ET NOUS VOUS INDIQUERONS LES MODALITÉS DE PAIEMENT.

Merci de soutenir votre organisme local!

### 2. Formation 36 heures du printemps

Une troisième session de formation aura lieu ce printemps. Cette formation se tiendra du 19 mars au 4 juin 2020, de 18 h 30 à 21 h 30, à la salle La Tanière, à Trois-Rivières. Vous connaissez une personne qui :

- aimerait apprivoiser la mort?



- aimerait en savoir plus sur les soins palliatifs?
- aimerait développer les savoir-être et savoir-faire nécessaires à l'accompagnement d'une personne gravement malade ou recevant des soins palliatifs?

*Invitez-la à nous contacter : 819-375-1429. Nous lui fournirons de plus amples informations.*

### 3. Activité de ressourcement

Une activité de ressourcement aura lieu le vendredi 27 février 2020. Cette activité, sous forme de café-partage, aura lieu au pavillon Maurice Pitre, de 18 h 30 à 20 h 30.

Cette activité est offerte gratuitement à tous les membres et leurs invités.

#### Déroulement :

- Madame Nicole Poirier, fondatrice et directrice de Carpe Diem, sera notre invitée.
- Témoignage d'un bénévole en CHSLD.
- Période d'échanges et collation.
- Remise des attestations aux participants de la seconde formation 36 heures.

*Réservez vos places dès maintenant! 819-375-1429 ou [albatros3r@gmail.com](mailto:albatros3r@gmail.com)*

### 4. Formation continue printanière

La formation continue printanière se tiendra le mercredi 22 avril 2020, de 13 h à 15 h 30, au pavillon Maurice Pitre. Cette formation continue est offerte gratuitement aux membres et à leurs invités.

Madame Hélène Giroux sera notre invitée à cette occasion. Elle cumule plus de 20 ans d'expérience en accompagnement. Elle est également formatrice, conférencière et auteure de trois livres axés sur l'accompagnement. Une collation sera offerte aux participants.

*Réservez vos places dès maintenant! 819-375-1429 ou [albatros3r@gmail.com](mailto:albatros3r@gmail.com)*

### 5. Activité de financement

Cette année, nous avons planifié une activité de financement différente des années antérieures. L'activité se tiendra en mai 2020. Plus d'informations à venir.

### 6. Congrès 2020 : Association québécoise de soins palliatifs

Le thème du congrès de l'Association québécoise de soins palliatifs 2020 est « La bienveillance au cœur de l'action ». Cette année, le congrès se tiendra les 7 et 8 mai 2020 au Centre des congrès de Saint-Hyacinthe. Nous procéderons au tirage de forfaits (inscription, hébergement, frais de déplacement, repas) parmi les membres intéressés à se rendre au Congrès. Le nombre de forfaits sera déterminé au début de mois de février, lors de la réunion du conseil d'administration. Le tirage se fera rapidement par la suite. Nous vous ferons parvenir les informations dès que possible.

Le Congrès requiert votre participation ! Vos anecdotes et histoires pourraient être utilisées lors d'une plénière. La confidentialité sera respectée.

Catégorie BONBON POUR L'ÂME : commentaires faits par un patient ou l'un de ses proches qui font sourire, qui font du bien à l'âme.

Catégorie COMMENTAIRE DRÔLE : commentaires faits par un patient ou l'un de ses proches qui font sourire ou rire! *Envoyer vos commentaires à [mcoulombe2.hmr@ssss.gouv.qc.ca](mailto:mcoulombe2.hmr@ssss.gouv.qc.ca)*



## DES NOUVELLES DE LA FÉDÉRATION DU MOUVEMENT ALBATROS DU QUÉBEC

### OSER BÂTIR UNE COMMUNAUTÉ DE BÉNÉVOLES HEUREUX!

C'est par l'initiative du Dr Patrick Vinay (porte-parole de la Fédération) et de monsieur Régis Arsenault (président du Conseil d'administration) que la Fédération du Mouvement Albatros du Québec a créé un groupe de réflexion afin d'identifier ce qui rend les bénévoles heureux et les obstacles qui peuvent être parfois être rencontrés. Le groupe est composé des deux instigateurs, de la directrice générale, de quelques présidents d'organismes et de la responsable du comité de formation. Le groupe s'est rencontré le 8 novembre 2019 et le 16 janvier 2020. La première phase des travaux a consisté à élaborer un questionnaire afin de collecter des données auprès des bénévoles de tous les milieux (domicile, centre hospitalier et CHSLD). Cette collecte des données aura lieu en mars. Tous les bénévoles seront contactés ou rencontrés à cette fin. Le groupe de réflexion procédera par la suite à la compilation et à l'analyse des résultats. Par la suite, le processus reprendra auprès du personnel des équipes multidisciplinaires. Une doctorante en recherche de l'UQTR participe à la validation des questions servant à la collecte de ces données.



### JOURNÉE DES FORMATEURS

La Fédération du Mouvement Albatros du Québec tiendra le samedi 30 mai 2020 sa journée annuelle de formation à l'intention de tous les formateurs des formations 18 et 36 heures. Tous les formateurs de chaque organisme Albatros y sont invités. Cette journée, organisée par le comité de formation, sera animée par monsieur Guy Corriveau, conseiller pédagogique.

La réussite d'un cours ne repose pas que sur la qualité du contenu présenté. La qualité de l'animation et le choix des stratégies employées comptent aussi pour beaucoup. Lors de cette journée, différents aspects de l'animation d'un groupe seront abordés : gestion de classe, animation d'exercices individuels et d'exercices en équipe, animation des plénières, façon de bien terminer une rencontre, etc. Différents exercices pratiques seront également au menu de cette journée qui s'annonce emballante!

Les formateurs seront contactés en avril 2020. Votre participation est importante et attendue.

**Nous vous attendons en grand nombre  
lors de la tenue de nos activités.**

**À bientôt!**

