

Les Actualités

La revue d'information d'Albatros Trois-Rivières



Bonne rentrée à tous nos bénévoles et membres !

Chers bénévoles,

Après une période estivale propice au repos et au ressourcement, nous amorçons avec enthousiasme cette nouvelle rentrée à Albatros Trois-Rivières.

Au fil des prochains mois, plusieurs activités et formations viendront soutenir votre rôle essentiel auprès des personnes que nous accompagnons.

Nous vous invitons à rester attentifs à nos communications afin de ne rien manquer des nouveautés et des moments forts qui marqueront notre organisme au cours de la nouvelle année qui débute.

Vous avez des idées à nous soumettre ? Des formations ou activités que vous aimeriez assister ? Rejoignez-nous au 819-375-1429 ! On veut vous entendre !

Bonne rentrée !!

L'équipe d'Albatros Trois-Rivières

Un mot de notre directeur général

Gaëtan Daviau



Allumons l'étincelle en nous !

Chers membres, chers bénévoles, chers formateurs,

L'automne s'ouvre devant nous comme une nouvelle page à écrire, riche de couleurs, de projets et d'élan. Cette saison, empreinte de lumière dorée et de douceur, nous invite à raviver en nous ce qui nous unit : l'étincelle. Elle n'est pas seulement un symbole de chaleur ou de clarté ; elle est ce souffle intérieur qui nous pousse à partager, à accompagner et à grandir ensemble. L'étincelle de l'Espoir.

Aller vers l'étincelle, c'est choisir d'honorer la vie, même dans sa fragilité. C'est tendre la main à l'autre et accepter de recevoir, en retour, cette lumière que chaque rencontre nous apporte. Chez Albatros Trois-Rivières, nous croyons profondément que cette étincelle se transmet de cœur à cœur : un sourire offert, un silence partagé, une présence réconfortante ou encore un regard compatissant. C'est dans ces gestes simples que réside toute la richesse de notre mission.

Cet automne, nous avons choisi d'ouvrir largement nos horizons. Nous vous proposerons des conférences et ateliers nourrissants, où la réflexion se mêlera à la rencontre. Nous vous inviterons à des ateliers de méditation, où chacun pourra se déposer, s'intérioriser et retrouver cet espace intime où l'étincelle prend vie. Madame Cécile Purusha Hontoy nous présentera une approche nouvelle de l'écoute dans l'accompagnement dans une atmosphère de bienveillance et de spiritualité. Une première.

Nous savons combien votre engagement est précieux. Vous, membres fidèles, qui soutenez notre organisme par votre adhésion. Vous, bénévoles, qui offrez généreusement de votre temps et de votre cœur. Vous, formateurs, qui transmettez vos savoirs avec passion et humanité. Chacun, à sa manière, contribue à faire grandir l'étincelle d'Albatros Trois-Rivières.

Allumons donc, ensemble, l'étincelle. Qu'elle nous guide dans nos gestes et nos paroles, qu'elle illumine nos rencontres et qu'elle inspire nos actions. Plus que jamais, nous avons besoin de cette lumière partagée pour continuer à humaniser la fin de vie et à accompagner avec dignité et tendresse.

À vous tous, un immense merci d'être porteurs de cette mission. Que cette rentrée soit une célébration de la vie, de la solidarité et de l'espérance. Et rappelons-le : il suffit parfois d'une seule étincelle pour éclairer tout un chemin.

Avec gratitude et chaleur,

« La confiance est l'étincelle qui allume la flamme. »

Denis Waitley

À VOTRE AGENDA

Les différentes activités à venir en septembre!

4 belles activités à ne pas manquer !



Ateliers de méditation

**23 et 30 septembre et
7 octobre**

Carole Bruneau donnera un atelier de 3 jours pour un groupe de 12 personnes se suivant à travers des méditations. Ces rencontres se tiendront au 1800 rue St-Paul au local 216. La plage horaire choisie est de 10h00 à 11h00.

Il est très important de vous inscrire à **info@albatros3r.com** ou encore **819-375-1429**.

Focus group bénévoles

15 septembre

Nous vous invitons à participer à un focus group avec **Gaëtan Daviau** dans le cadre de l'évolution continue de notre mission et de notre engagement envers les personnes en fin de vie. Cette rencontre se tiendra au 1800 rue St-Paul au local 216 de 13h00 à 15h00.

Il est très important de vous inscrire à **info@albatros3r.com** ou encore **819-375-1429**.



INSCRIVEZ-VOUS !

À VOTRE AGENDA

Les différentes activités à venir en octobre!

4 belles activités à ne pas manquer !



Atelier sur l'écoute et le deuil **2 octobre**

Cécile Hontoy donnera un atelier conférence qui s'adresse aux bénévoles engagés dans l'accompagnement en fin de vie. Elle vise à explorer en profondeur le rôle essentiel de l'écoute. Cette rencontre se tiendra au 1800 rue St-Paul au local 216 de 13h30 à 15h00.

Il est très important de vous inscrire à info@albatros3r.com ou encore **819-375-1429**.

Conférence sur la biologie de l'accompagnement

14 octobre

Nous vous invitons à participer à une conférence du **Dr. Patrick Vinay** sur les effets biologique de l'accompagnement. Cette rencontre se tiendra au Centre Landry au 1954 rue St-François Dassise de 13h00 à 15h00.

Il est très important de vous inscrire à info@albatros3r.com ou encore **819-375-1429**.



INSCRIVEZ-VOUS !

PROFIL BÉNÉVOLE

Membre du C.A.

**Bénévole
CHSLD**



Denise Caron

Lorsqu'on m'a interrogée sur mes motivations à m'impliquer comme bénévole pour l'organisme Albatros Trois-Rivières, j'ai répondu que j'abordais la retraite en naviguant en eaux calmes, riche d'une vie qui m'a choyée, en éprouvant le désir de mettre à contribution mes compétences là où je pourrai être utile. Peut-être que l'implication de ma mère à la Maison Albatros, il y a plusieurs décennies, a également motivé inconsciemment mon choix, mais je crois que c'est véritablement un élan du cœur qui m'a menée à la formation Albatros.

Je suis issue d'une grande famille de Trois-Rivières où les valeurs de partage, de générosité, de tolérance et de respect faisaient loi. J'ai privilégié la transmission de ces valeurs auprès de mes chers enfants et petits-enfants.

Mon parcours de vie m'a amenée à résider dans plusieurs régions du Québec où j'ai pu développer mes capacités d'adaptation et d'accueil, de même que ma confiance en moi et dans mon entourage.

Les défis que j'ai choisi de relever au cours de ma vie professionnelle dans le milieu communautaire, que ce soit comme formatrice, intervenante ou gestionnaire, m'ont quant à eux permis de côtoyer, entre autres, des victimes de violence conjugale, des jeunes contrevenants et les Peuples autochtones. J'ai eu le bonheur d'accompagner plusieurs de ces personnes dans leur cheminement de vie en développant la patience, la bienveillance et la compassion. En côtoyant les Premières Nations, j'ai fait l'apprentissage de la joie au travail et du lâcher-prise. La découverte de ces cultures millénaires et inspirantes, a quant à elle enrichi mes savoirs et ma philosophie de vie.

L'implication bénévole, que ce soit au sein de conseils d'administration, de comités, de militance pour la justice sociale, fait partie de mon mode de vie. Je poursuis mes apprentissages et consolide les valeurs qui me tiennent à cœur en m'investissant au sein du dynamique Conseil d'administration d'Albatros Trois-Rivières et en m'impliquant dans l'accompagnement des personnes en soin palliatifs et leurs familles. Je réalise aujourd'hui que les récoltes sont toujours beaucoup plus abondantes que ce que l'on croit avoir semé quand on agit dans l'ouverture du cœur.

L'automne et le bénévolat

UNE SAISON DU COEUR

L'automne est une saison de transition, de lumière dorée et de silences feutrés. C'est une période où la nature ralentit, où l'on prend le temps de contempler, de ressentir, de se souvenir.

Certains bénévoles vivent eux-mêmes l'automne de leur vie. Ils choisissent de tendre la main à ceux qui s'approchent de leur dernier hiver. Leur présence est un cadeau discret de bienveillance et de profondeur humaine.

L'automne leur ressemble: riche, doux, empreint de sagesse. Et dans cette rencontre entre deux automnes, celui de la nature et celui de la vie naît une forme de beauté rare. Une beauté faite de gestes simples, de paroles sincères, de présences vraies.

Être bénévole en soins palliatifs, c'est comme le chant discret des âmes qui veillent et parfois suffit à illuminer les derniers jours. C'est témoigner dans l'action la grandeur de son Être. C'est ouvrir son cœur pour autrui.

C'est aussi tendre la main sans attendre en retour. C'est offrir un sourire comme on offre une lumière dans l'obscurité, un chant discret des âmes qui veillent en silence et sans bruit.

Un bénévole est un jardinier de l'humanité, il plante des graines de réconfort, arrose les jours ternes de présence et cueille les instants fragiles avec douceur. Il ne porte ni cape ni couronne, mais son geste est noble, son silence est grand et son don est pur. C'est croire encore en l'autre. C'est dire sans mot: Tu comptes à mes yeux. C'est laissé sur le monde une lueur d'espoir, avec l'encre invisible du cœur.

Et dans chaque acte offert sans attente, dans chaque heure donnée sans retour, se dessine une humanité plus belle, où l'amour devient action et la solidarité un art de vivre.

Votre dévouement et votre générosité sont essentiels à la réussite d'Albatros Trois-Rivières, merci de tout cœur pour votre engagement.

Nous vous souhaitons un très bel automne rempli de sérénité, de couleurs apaisantes et de moment précieux.

Carolle Buneau

EN VRAC

ON A BESOIN DE VOUS!!!

COMITÉ DES ACTIVITÉS ON RECRUTE!!!

- ✿ PLANIFICATION DU CALENDRIER
- ✿ ORGANISATION D'ÉVÉNEMENTS
- ✿ CRÉATIVITÉ
- ✿ AMUSONS-NOUS!!!

Signalez votre intérêt
info@albatros3r.com
819-375-1429

www.albatros3r.com

Nous sommes à la recherche de membres pour compléter notre comité des activités!

Votre énergie et votre perspective unique sont ce qui compte le plus! Comment postuler ou obtenir plus d'information? C'est tout simple, il vous suffit de nous le signaler en écrivant à **info@albatros3r.com** ou au **819-375-1429**.

Johanie Veillette, Adjointe administrative de la Fédération du Mouvement Albatros du Québec, relève un défi personnel remarquable : gravir le mont Kilimandjaro dans le cadre d'une collecte de fonds au profit d'Albatros pour le prochain congrès de la FMAQ.

Nous l'encourageons dans cette aventure et vous invitons à la soutenir! Merci beaucoup! [Cliquez ici pour l'encourager.](#)



Nous accompagnons la *Vie* jusqu'au bout ! info@albatros3r.com

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Mauricie-et-
du-Centre-du-Québec

Québec



L'APPUI



INTERNOVECO
CABINET D'AFFAIRES EN ANALYSE DU COMPORTEMENT

Desjardins

FONDS D'AIDE
DES BINGOS DE TROIS-RIVIÈRES

TRIAXE
VOS GESTIONNAIRES WEB



LE CAFÉIER
ATLIERE • TORREFACTION

IL ÉTAIT UNE

FLEUR^{MC}