

Journal des personnes stomisées de la région de Québec (03) et de Chaudière-Appalaches (12)

Paix et Joie



REGROUPEMENT DES STOMISÉS QUÉBEC-LÉVIS | NC. (RSQL)

CONSEIL D'ADMINISTRATION

• Président Robert Castonguay

• Trésorier..... Denis Morin

Administratrice Ghislaine Côté

Administratrice Sophie Beaulieu

Administrateur Gino Crousset

La correction du *Clin d'œil* est réalisée par Mme Andréanne Gagné

Regroupement des stomisés Québec-Lévis Inc.



5455 ave De Gaulle Québec QC G1H 4J3



(418) 474-0220



info@rsql.org



rsql.org

Le RSQL n'appuie aucunement les produits ou services mentionnés dans ce bulletin. Les opinions exprimées par les auteurs sont les leurs et ne reflètent pas nécessairement celles du RSQL.

Faute d'espace, nous ne pouvons pas toujours mettre les références, mais nous les fournirons sur demande.

Les informations contenues dans ce bulletin ne visent aucunement à remplacer les connaissances ou le diagnostic de votre médecin ou de votre équipe de soins de santé; nous vous avisons de consulter un professionnel de la santé lorsque tout problème de santé se présente.

Images sur la couverture de Pixabay

SOMMAIRE_HIVER 2024

Le mot du président	4
Lettre de Raymonde	5
Rnaître par le sport	6
« Vivre avec une stomie » La Malbaie	7
Où vivent nos membres ?	9
RSQL.ORG	13
Le mot de l'AQPS	14
Deuxième mot de l'AQPS	19
Info—CIPH pour les pages suivantes	22
Aide pour le formulaire du CIPH	23
Rêve ou Vision	27
Quelques liens sur internet	3C
Un choix déchirant	31
Joueuse de Handball	37
Instagram	39
StomieBusy	4C
Formulaire Don in memoriam	41
Don in memoriam	42
À venir bientôt	45
Associations de personnes stomisées	46
Formulaire d'adhésion	47
Prochain déjeuner et rencontre	

IMPORTANT - IMPORTANT - IMPORTANT

Production du journal « Clin D'œil »

Besoin de bénévoles pour la préparation d'articles et de mise en page du prochain journal *Clin d'œil*.

Vous avez lu un article intéressant, une anecdote,

vous aimeriez vous impliquer et en savoir plus, m'écrire à info@rsql.org

LE MOT DU PRÉSIDENT

Je vous souhaite à tous une année de joie et de paix pour 2024 et un renouvellement pour la mission que s'est donné le RSQL.

J'y crois.

Je tiens à remercier tous nos sympathisants engagés à notre mission et ceux qui ont participé à notre campagne de financement.



MERCI!

Au cours de l'an prochain, nous débuterons la préparation d'une campagne de sensibilisation des stomies et la préparation d'une formation de proches aidants.

La présente impression du journal d'hiver 2024 servira aussi dans l'envoi d'une publicité dans toutes les pharmacies des régions 03 et 12 pour nous faire connaître.

En octobre 2021, j'étais devenu membre pour aider à travailler au site web, neuf mois plus tard, dû à un concours de circonstances, je suis devenu président sans être réellement prêt.

Pour ma part, si élu, je continuerai à être membre du Conseil d'administration, mais je ne serai plus président. Je travaillerai au site web et au journal.

Au cours de l'année 2023, nous avons eu 35 nouveaux membres et appris le décès de 6 membres, 2 retraits de la liste et 4 pertes (des contacts perdus).

Saviez-vous?

Ceux qui reçoivent le journal papier peuvent aussi télécharger le journal en version numérique PDF. De plus en plus, les renseignements sont en ligne.

Il nous est impossible de tout imprimer, nous mettons des sommaires des articles avec les liens.

Depuis quelques années, le journal «Clin d'œil» ajoute les liens pour faciliter la navigation vers internet.

La page de votre site web pour accéder à tous les articles du journal est simple : <u>rsql.org/journal</u>

LA LETTRE DE RAYMONDE

Cher lecteur, chère lectrice,

Encore une fois, j'éprouve un grand plaisir à m'asseoir devant mon ordinateur pour vous écrire. En cette fin d'année, j'ai trouvé un texte qui devrait vous plaire. J'ai déniché ce texte en lisant avec les enfants « 365 histoires pour s'endormir » des Éditions Yoyo.



Raymonde Gagné

La flamme des bougies

Le saviez-vous?

Il y a une seule soirée dans l'année où tout le monde pense à la même chose, en contemplant la lueur des bougies. Une seule soirée où les canons se taisent. Juste un peu. Et savezvous pourquoi? Parce que tout le monde aspire à un peu de tranquillité. La tranquillité de la flamme d'une bougie. La tranquillité de la paix.

Tous les humains se sentent heureux lorsqu'ils regardent cette petite flamme. Ils voudraient que dure pour toujours la tranquillité de cette petite flamme. Mais ce n'est possible qu'un court instant, car demain les canons recommenceront leur œuvre destructrice. Demain, la petite flamme sera éteinte. Une seule soirée comme ça dans toute l'année, c'est très peu, non?

Si j'étais le chef du monde, j'inverserais tout. On fêterait Noël toute l'année. Et tous les jours, on observerait la petite flamme qui danse en silence. Les canons n'auraient le droit de gronder qu'une seule soirée par an. L'espace d'une seule soirée, on éteindrait toutes les bougies. L'espace d'une seule soirée, on entendrait le bruit des canons et tout le chagrin qu'ils causent. Juste une soirée, pour ne jamais oublier et pour apprécier d'autant plus toutes les autres journées tranquilles de l'année.

Comme on serait heureux, le lendemain, de voir de nouveau danser nos petites flammes.

Si j'étais le chef du monde, ce serait comme ça!

Si je me présentais aux élections pour devenir le chef du monde, est-ce que vous voteriez pour ?

Je souhaite que cette histoire vous ait plu. Qu'on soit petit ou grand la douceur de Noël nous remplit toujours le cœur de paix et d'amour.

Je vous souhaite un merveilleux temps des Fêtes!

Renaître par le sport

La roue tourne, le temps passe de plus en plus vite. Signe des temps ou plutôt de mon temps qui semble défiler à un autre rythme, les semaines se suivent sans répit alors que j'aurais le goût de leur dire de m'attendre un peu, de profiter de chaque instant. L'hiver se pointe par à-coups, froid, neige, puis retour à la douceur de l'air et à l'illusion d'un automne éternel. Mais non, il arrive le grand manteau blanc avec ses promesses de mille et une activités, tant de sports à pratiquer, tant de bons moments à passer, à apprécier ces changements de saison.

Cette fin d'automne est pour moi le retour à mes activités de bénévolat avec l'organisme *Cours ta Réussite*. Un premier mois à découvrir la nouvelle cohorte de jeunes, la plupart immigrants en francisation ou en scolarisation, quelques autres qui font un retour à l'école des adultes après une pause obligée par les obstacles dans leur vie. C'est aussi le moment de faire la rencontre d'autres bénévoles, appelés mentors, certains à leurs premières armes. Beaucoup de nouvelles personnes à connaître. Juste apprendre tous ces noms est déjà un certain défi, il faut aussi apprendre à connaître un peu de leur histoire, leurs intérêts, leur potentiel de course et s'adapter à eux.

Ils sont nombreux cette année à oser se joindre au groupe. Au-delà de la course, la socialisation est un avantage pour plusieurs d'entre eux, tout comme le fait de sortir un peu de leurs appartements surpeuplés, les familles nombreuses n'étant pas rares. Après bientôt un mois d'entrainement très graduel en course et marche alternées, ceux qui auront été assidus se verront jumelés à un mentor adulte qui les accompagnera l'année durant lors des entrainements et des courses officielles. Trois fois semaine, ces jeunes seront présents aux rendez-vous de course. Pour les aider, chaque nouvelle cohorte a droit à une bonne chaussure de course qu'ils choisissent, bien quidés par les employés de la boutique Le Coureur Nordique qui offre un rabais intéressant en plus de leurs bons conseils. Ils recevront aussi des vêtements adaptés à l'activité, considérant la course hivernale et ses défis. Un manteau identifié à l'organisme est aussi donné à chaque jeune et vendu aux mentors. La condition pour conserver ce matériel est de compléter tout le programme qui se termine en juin.

(suite à la page 8)

Vivre avec une stomie à La Malbaie

Lors du congrès de l'AQPS à Drummondville au printemps dernier, Jude Ruest, président de l'AQPS, m'avait indiqué qu'il avait eu une demande de la région de Charlevoix pour faire une journée « *Vivre avec une stomie* ».

Le 4 novembre dernier, en collaboration avec l'AQPS, nous avons organisé une journée « *Vivre avec une stomie* » dans la région de Charlevoix. La date fut choisie pour faire suite à celle à de telle journées, le 2 et 3 novembre à Sept-Îles et Baie-Comeau.

L'événement a eu lieu au Centre d'études collégiales en Charlevoix, à la Malbaie. Nous avons publicisé dans le journal le « *Charlevoisien* », dans les pharmacies et CLSC.

Joanie Beaudin, stomothérapeute était présente pour des consultations gratuites aux personnes de la région.

Grâce à *Danielle Gilbert*, une formation a aussi été donnée à six infirmières de la région « *En soin de stomie : Comprendre, connaître et intervenir* » accréditée par l'UQAR.

Il y a eu 5 personnes de la région qui ont participé à la journée, un membre du RSQL et 4 autres personnes non membres. Nous avions téléphoné tous les membres, plusieurs ne sortent plus, d'autres étaient à l'extérieur de la région à cette date.

Étaient présents *Diane Boulanger* qui a aussi participé à l'organisation de l'événement, *Ghislaine Côté*, administratrice du RSQL et moi-même.



Pour nous, ce fut un succès considérant qu'il est difficile de rejoindre les personnes stomisées qui ne sont pas membres. Une personne présente m'a dit qu'elle est venue parce que c'est son médecin qui lui a dit de venir. Avec les infirmières qui ont été formées, nous pouvons espérer avoir plus de personnes lors d'une reprise.

Pourquoi ne pas refaire un événement semblable chaque année?

Nous espérons faire de même dans d'autres régions du RSQL au cours de l'an prochain. Cette expérience nous a permis de regarder des pistes d'améliorations. *Robert Castonguay*





Ces achats sont rendus possibles grâce à des commandites, levées de fonds et aides de partenaires. La recherche de financement est constante d'autant plus que les causes sociales sont fort nombreuses et les besoins criants. Au fil des ans, on peut constater que plusieurs de ces jeunes se sortent de la précarité et poursuivent des études ou accèdent au marché du travail. La confiance acquise, le respect de chaque personne et la reconnaissance de leurs talents leur donnent des ailes et ils deviennent à leur tour des modèles.

Cet investissement de mon temps et de mon énergie est fort gratifiant pour moi. C'est tout un monde à découvrir, un rajustement des valeurs humaines.

J'espère continuer longtemps. France St-Amand

OÙ VIVENT NOS MEMBRES ?

Comme vous le savez certainement, les activités régulières du gouvernement du Québec recommencent le 1er avril de chaque année. L'AQPS demande à la Régie de l'assurance maladie du Québec (RAMQ), une division du ministère de la Santé et des Services sociaux (MSSS), de rafraîchir certaines statistiques concernant le programme pour les appareils destinés aux personnes stomisées du Québec.

Au 30 mars 2023, nous avons reçu le nombre de personnes stomisées par région administrative. Pour nous, il s'agit de la Capitale-Nationale, région 03 et de Chaudière-Appalaches, région 12.

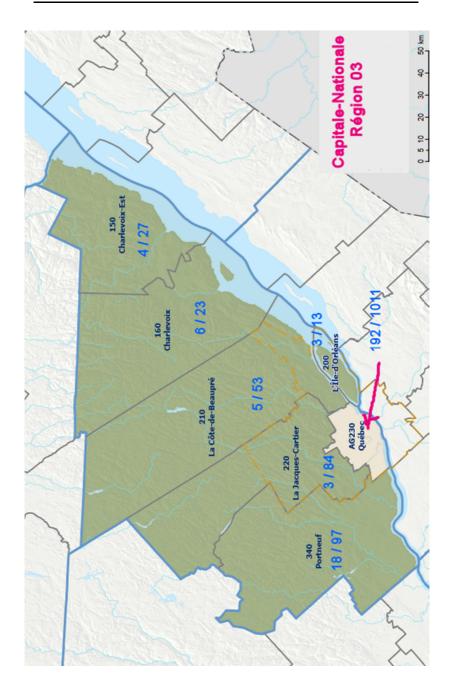
Le but de l'exercice était d'avoir un aperçu du nombre de membres par sous-régions versus le nombre statistique possible de personnes stomisées de la même sousrégion.

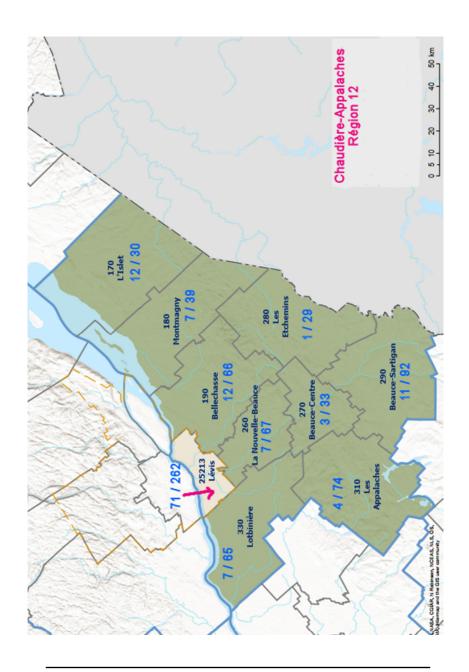
J'ai utilisé le nombre de la RAMQ pour les régions 03 et 12 et appliqué ce même pourcentage à chaque sous-région pour connaître le nombre statistique de la sous-région.

Il faut comprendre que les calculs dépendent des données gouvernementales et statistiques de divers ministères et doivent être considérés comme tels. Ce qui nous donne un bel aperçu de la situation.

Dans les tableaux qui suivent, il y a deux chiffres séparés par une barre « / », le premier est le nombre de membres du RSQL dans cette sous-région et celui après la barre est le nombre possible de personnes stomisées de cette sous-région.

Exemple: 12 / 25 signifie 12 membres du RSQL sur une possibilité d'environ 25 personnes stomisées dans cette sous-région.







RSQL.ORG

Le présent site web a vu le jour en janvier 2022 et devait être temporaire afin de refaire une nouvelle image au cours de l'automne 2022. Cette mise à jour avait du être retardée. Dans les prochains mois, le site changera son image et ajoutera plusieurs outils. Vous avez sûrement remarqué que nous avons maintenant un calendrier, celuici deviendra l'endroit principal pour retrouver les activités, tels les déjeuners, les rencontres des diverses régions et autres.

Il sera possible d'ajouter les événements à votre agenda de vos appareils numériques.

D'autres outils seront ajoutés au cours de l'année.

En cours d'année, nous ajouterons aussi des fiches thématiques "comment vivre avec une stomie", ainsi que plusieurs fiches et vidéos d'informations.

Des fiches pour améliorer la vie des gens et conscientiser notre environnement pour aider les personnes avec des maux invisibles, tels des cancers, maladies de Crohn, colites ulcéreuses et des personnes avec une stomie.

Deux premiers exemples de ce genre de fiches à venir:

Les mythes sur les stomies https://stomies.ca/pdf/casseuxdemythes.pdf

Rêve ou vision : toilettes adaptées aux personnes stomisées.

https://stomies.ca/pdf/Vision Toilettes.pdf

Plusieurs des articles qui ont paru dans le journal *Clin d'œil* seront mis sous fiches au fur et à mesure.



Toutes nos fiches pourront être reprises par les diverses associations de personnes stomisées en incluant la provenance – rsql.org

À leur demande, nous enverrons l'original en version WORD ou autres qu'ils pourront modifier pour leurs besoins.

MOT DE L'AQPS

Un grand homme

Cela faisait quelque temps que j'étais devenu une personne stomisée et mon acceptation de cette modification physique majeure était lente, trop lente quand j'écoutais mon entourage



Jude Ruest

immédiat. J'avais accepté d'assister à une rencontre dans ma région et des visiteurs de Montréal étaient venus comme conférenciers. Ne connaissant personne, j'étais assis au fond de la salle. Proche de la porte d'entrée, dans l'idée de me retirer rapidement au cas où je me serais senti inconfortable. Un grand homme distingué entra dans la pièce, passa tout près de moi, suivi d'un autre homme imposant. Les deux hommes souriaient et saluaient les gens tout en se dirigeant vers l'avant du groupe.

Mon nom est Jean-Pierre Lapointe, président de l'Association d'Héostomie et de Colostomie de Montréal et je suis accompagné de Bob LEG Langevin, lutteur professionnel.

Je ne me souviens plus du reste de la conférence, parce que j'étais parti dans mes pensées. J'étais surpris par la transparence sans retenue de ces deux personnes qui avouaient aisément qu'ils étaient des personnes stomisées, qui parlaient de leur maladie sans restriction, qui rigolaient des accidents qu'ils avaient eus dans des endroits publics, des exploits qu'ils avaient accomplis malgré leur appareil collecteur, des endroits internationaux qu'ils avaient visités, des trucs qu'ils avaient trouvés pour combler les lacunes ou les inconvénients qu'il nous arrive trop souvent de vivre comme personne stomisée, enfin ils expliquaient comment apprendre à : « Vivre avec une stomie » .

Je n'avais plus le goût de partir rapidement. Je venais de réaliser que je pouvais encore faire une multitude de choses que je m'étais interdites depuis que j'avais eu cette opération qui m'avait modifié pour toujours. En quittant la pièce, tout en se rapprochant de moi, monsieur *Lapointe*, ce grand monsieur, me regarda et pour la première fois je ne pus m'empêcher de sourire. S'arrêtant, il me demanda depuis combien de temps j'étais devenu une personne stomisée? ... Une conversation s'ensuivie. Il prenait de son temps pour m'écouter. Toujours en souriant, il répondait à toutes les interrogations qui trottaient dans ma tête et que je n'osais verbaliser de peur d'être mal compris. Ce grand monsieur souriant me comprenait et avait cette facilité de mettre son interlocuteur à l'aise.

Vers la fin de cette activité, il me demanda si j'étais bénévole dans ma région pour aider les personnes stomisée. C'est arrivé il y a plus de 35 ans. Au début de l'an 2000, lorsque monsieur Lapointe proposa un regroupement aux présidents des Associations régionales de personnes stomisées afin de rassembler nos énergies pour aider et soutenir les personnes stomisées de toutes les régions du Québec, monsieur Lapointe a trouvé des personnes passionnées, disponibles, travaillantes, motivées et enthousiastes qui ont créé en 2003 l'Association québécoise des personnes stomisées (AQPS).

Lorsque monsieur *Lapointe* a sollicité les présidents pour faire et déposer un mémoire au Ministère de la santé dont le but était d'avoir une allocation annuelle pour aider financièrement l'achat de l'appareillage pour les personnes stomisées, il a reçu une réponse positive unanime. Lorsque l'AQPS a organisé son premier congrès provincial à Québec en 2009 monsieur *Lapointe*, président de l'AQPS, a été très persuasif auprès des fabricants d'appareillage et d'accessoires pour les personnes stomisées afin que notre première grande activité provinciale se finalise sans contrainte



monétaire. Lorsque sa demande canadienne de reconnaissance pour une personne stomisée ayant œuvré pour aider les personnes stomisées a été refusée par <u>l'Association américaine</u> (UOA), monsieur <u>Lapointe</u> ne s'est pas découragé. Il a même créé une reconnaissance québécoise similaire (Prix Renaissance) et ensuite canadienne (UOAC) pour honorer annuellement les personnes qui œuvrent bénévolement auprès des personnes stomisées.

Même à l'âge de la retraite, son enthousiasme et sa créativité n'ont pas pris de repos. Monsieur *Lapointe* a été le président de l'AQPS depuis sa création en 2003 jusqu'à la fin du premier congrès provincial en 2009. Il a poursuivi son implication comme vice-président de l'AQPS jusqu'au début de ses problèmes de santé majeurs au début de 2021. Monsieur *Lapointe* n'a jamais refusé une demande qui lui était destinée malgré le travail colossal qu'exigeait une activité comme l'organisation d'un congrès provincial.

Lorsque *Nicole*, son épouse, m'avisa de son départ (décès) le 9 octobre dernier, je ne pus m'empêcher de revivre le moment de ma première rencontre de ce grand monsieur. De ce grand monsieur étranger qui souriait à tout le monde, qui s'était arrêté en voyant que j'étais anxieux de ma nouvelle condition de vie. De cette main qu'il m'a tendue pour que puisse revivre avec le sourire et continuer cette mission qui l'envahissait. De cet enthousiasme et ce désir qui font de l'AQPS un organisme de bénévoles qui n'ont qu'un désir profond : aider et soutenir les personnes stomisées.

Au revoir mon grand Jean-Pierre,

Jude

Pour ne pas surcharger le texte sur les quelques faits importants de son bénévolat et de ses distinctions, je joins le lien vers ces informations:

https://aqps.org/wp-content/uploads/2023/11/2023 -11-Message-du-President-Un-grand-homme.pdf



Pour votre confort au quotidien

- ♦ Incontinence
- Stomie
- Urologie
- Bas support et médicaux
- Aliments spécialisés
- Soins de la peau

Notre spécialiste est là pour vous !

Sur place vous aurez la chance de rencontrer Annie Francoeur, infirmière oeuvrant dans cette spécialité depuis 20 ans et travaillant en étroite collaboration avec les stomothérapeutes de la région, ainsi que les CLSC, CHSLD, CSS du territoire de la Mauricie.

Discrétion, efficacité... libération !

www.centredestomiedelamauricie.com

226, bd Thibeau, Trois-Rivières, QC Téléphone: 819 378-4204

DEUXIÈME MOT DE L'AQPS

Analyse solide sur ce que vous mangez

J'ai lu, il y a quelques jours, un livre traitant en première partie de plusieurs symptômes touchant la majorité des personnes, soit le stress et la fatigue. Ensuite, plusieurs chapitres traitent de l'alimentation à éviter et nous invitent à modifier nos habitudes pour bien s'alimenter. Les derniers chapitres nous apportent une panoplie de solutions pour combler les problèmes énoncés dans la première partie du volume.

L'alimentation, pour certaines personnes stomisées (colostomie et iléostomie), est une réalité qu'il faut considérer avec un œil nouveau, surtout pour celles qui ont une maladie inflammatoire de l'intestin. Ce que j'ai grandement apprécié de cet auteur pharmacien et chargé de cours universitaire, ce sont les références correspondant à de nombreuses études confirmant les chiffres ou pourcentages identifiés dans les dix chapitres de cet ouvrage laborieux.

Il y a d'ailleurs un lien direct entre l'augmentation de Roundup et l'augmentation de l'intolérance du blé (18 : Étude ...voir page 221) (page 188)

Plusieurs études cliniques ont montré que la prise d'oméga 3... (23 page 233)

Ce livre, commencé en mai 2009, propose des moyens efficaces basés sur l'analyse de plusieurs centaines d'études scientifiques. Parmi les données intéressantes, je me suis arrêté sur plusieurs tableaux dont celui des additifs alimentaires (colorants, conservateurs, épaississants, rehausseur de saveur, édulcorants, etc.) qui identifient le produit, donnent les effets secondaires sur la santé et dans quels pays il est interdit. Il y a aussi celui qui indique à quel moment (temps de chauffage), les huiles végétales deviennent toxiques.

Je continue... Le tableau regroupant plusieurs plantes ayant un effet sur le système digestif (diurétique, laxatif, dépuratif, stimulant pour le foie (cholagogues et hématoprotectices, apéritives).

Le tableau démontrant comment un repas riche en glucides nous fait réagir dans le temps (regain d'énergie, crash d'énergie, anxiété, faim, panique, faiblesse) est très visuel.

Pour les gens qui se définissent «Moi, je suis une bibitte à sucre», voici une partie de la réponse : Le sucre provoque une libération de dopamine, le neurotransmetteur impliqué dans la sensation de récompense (59 p.225)

J'ai découvert la liste impressionnante des ingrédients dans la sauce du BigMac, soit 21 ingrédients dont un est composé de 11 éléments à lui seul!!! ...Un peu plus loin, la teneur en caféine de quelques boissons populaires allant du thé glacé aux boissons énergisantes... Un autre tableau compare des habitants vivant à proximité ou loin d'une tour de transmission en Égypte... pour nous aider à réaliser les effets nocifs des CEM (Champs électro-magnétiques). Et que dire de la composition de l'assiette idéale (légumes hors terre + source de protéine + gras) pour un repas répondant à nos besoins physiologiques.

En 2018, en Suède, une revue souligne le résultat de 290 études constatant que l'usage du cellulaire entraine des problèmes de sommeil et des symptômes dépressifs... La diète faible en gras encouragée au début des années '60 a créé une surconsommation du sucre dont nous subissons actuellement les effets nuisibles (diabète, obésité, troubles de l'esprit, etc.) L'auteur aborde également les thérapies douces comme la méditation, le yoga, la respiration, la luminothérapie, l'acuponcture et ... le rire.

Beaucoup, beaucoup d'informations pertinentes, documentées et ramenées à un niveau de compréhension adéquat.





En plus de produits d'exception, le programme me+MC vous fournit des outils et vous prodigue des conseils pour vous aider à prendre complètement en mains votre vie avec une stomie.



soins

Produits, fournitures et conseils pour les premières semaines de retour à la maison



soutien

Spécialistes en chair et en os au bout du fil ou du clavier pour répondre à toutes vos questions.



réponses

Une ressource aspects de la vie avec une stomie.



réponses me+MC

fournit des informations et Des idées et des exhaustive en ligne un soutien sur l'importance traitant de tous les des mouvements et de d'autres personnes l'activité physique après une stomie.



Série rétablissement communauté

récits inspirants qui vivent avec une stomie.

Devenez membre gratuitement et bénéficiez dès aujourd'hui des avantages de me+MC.

S'inscrire est facile : il suffit d'appeler au 1-800-465-6302 ou de visiter www.convatec.ca.

AP-018657-CA

N'oubliez pas qu'un sourire en attire un autre Maintenant que vous avez une meilleure idée de ce que vous mangez et que vous dormez déjà mieux @, je p ... 155

Et, pour terminer:

Allez-y, l'avenir vous appartient.

M. Jean-Yves Dionne était conférencier lors du Congrès 2023 de l'AQPS à Drummondville le 13 mai dernier. Il était alors possible d'acheter le livre « *Bon Stress Bad stress* ». Il est bien évident que tout ce qui nous est dit doit être considéré avec précaution. Ce qui fait du bien à quelqu'un peut être nocif pour l'autre.

Le parfum de l'un est le poison de l'autre.

https://www.jydionne.com/produit/bon-stress-bad-stress/

Info—CIPH pour les pages 23 à 26

Au cours des dernières années, il y a eu des changements mineurs au formulaire et ce, presque chaque année.

J'ai placé les renseignements dans ce numéro, car il aurait été trop tard la préparation des rapports d'impôts dans l'édition du printemps.

S'il advenait qu'il y ait des changements, vous serez informé dans une infolettre ainsi que le site web (rsql.org).

Crédit d'Impôt pour les Personnes Stomisées (CIPH)

Aide pour produire le formulaire T2201 plus facilement

Ce formulaire T2201 est recommandé parce qu'il peut être utilisé au niveau fédéral, mais également au niveau provincial pour une demande d'admissibilité au CIPH. Le formulaire est le document qui doit être rempli par la personne stomisée et par son médecin de famille. Ce dernier est volumineux (16 pages) et relativement complexe à compléter en général.

À chaque mois de mars, le président de l'AQPS écrit un article sur les derniers changements au sujet du CIPH. Tous les articles sont disponibles sur le site de l'AQPS. Vous trouverez l'article <u>de l'année 2023 sur le site de l'AQPS</u>. C'est une excellente référence pour comprendre les démarches reliées au CIPH de façon globale et plus générale et il est important d'en prendre connaissance. Le présent article est prévu pour des cas simples, pour produire le formulaire T2201 plus facilement. Il pourra guider la personne stomisée qui amorce sa demande, mais aussi donner certaines pistes de réponses pour le médecin qui doit compléter sa partie de formulaire.

La démarche :

Nous vous suggérons de décrire l'histoire de votre vie quotidienne comme personne stomisée et de remettre une copie de cette histoire à votre médecin pour qu'il puisse comprendre que <u>Vivre avec une stomie</u>, c'est un handicap et que vous êtes éligibles à ce crédit.

Les pages 24 et 25 du journal comprennent une méthode suggérée pour compléter respectivement les pages 1 et 2 du formulaire T2201 par la personne stomisée. Une petite note précise également que vous devez inscrire votre nom sur toutes les pages de 4 à 16 du formulaire.

La page 26 du journal comprend certaines pistes de réponses pour votre médecin qui doit compléter la page 8 du formulaire pour une personne stomisée. Ces pistes de réponses doivent être adaptées à votre situation et présentées à votre médecin, si nécessaire, pour l'aider à compléter sa partie du formulaire. La remise de votre histoire, comme personne stomisée, demeure un atout important.

Votre médecin doit également compléter la page 16 du formulaire. Bonne demande!

Remerciement et provenance du texte : journal du mois de mars 2023 de l'Association des personnes stomisées du Saguenay-Lac-St-Jean

			Page 1 du f	formulaire T2201
 + 	Agence du revenu du Canada	Canada Revenue Agency		Protégé B une fois rempli
Les rens détermin	eignements fournis da er l'admissibilité de la	rédit d'impôt pour personn ns ce formulaire seront utilisés par l'Agence personne qui demande le crédit d'impôt pou nseignements généraux à la page 16.	du revenu du Canada (ARC) pour	Aide canada.ca/credit-impot -personnes-handicapees 1-800-959-7383
Partie	A - Section du	particulier (Personne stomis	sée)	
1) Parlez	-nous de la personne	handicapée		
Prénom	1:			Compléter
Nom de	famille :			
	d'assurance sociale			chaque
Adresse	e postale :	<u> </u>		chaque
Ville :	e ou territoire :			
Flovillo	Code postal	Date de naissa	ance : Année Mois Jour	ligne
2) Parlez-	-nous de la personne	qui demande le montant pour personnes	s handicapées	
Pu	22 (1) 5	e demande le montant pour personnes hand	RS1 DI	
		Demande pour vous même,	cocher cette case	
(ou)	Demo	nde pour un membre de la famille so	ous votre responsabilité, cocher d	cette case
	e la personne handica	e qui subvient à ses besoins demande le mo pée, ou un parent, grand-parent, enfant, pet aux ou conjoint de fait) :		
Préno	m:			Complétor
Nom	de famille :			Compléter
Lien d	le parenté :			
1	ro d'assurance sociale	vit-	personne handicapée Oui	Non
	ez a queis besoins for s vous l'avez fait :	damentaux de la personne handicapée vou	s subvenez regulierement et de taçon	chaque
	Nourriture	Logement	Habillement	
		ée(s) Année soutien que vous apportez à la personne h	The state of the s	nnée(s) ve de dép
la pers	sollile vit avec vous, e	M.).		
1 -				ligne
-				
Cive	us coubaitos fournis n	lus de renseignements que l'espace prévu n	no la normat utilicaz una favilla cánará	e, signez-la e joignez-la
		s d'indiquer le nom de la personne handicar		e, signez-ia erjoignez-ia
		mille qui subvient aux besoins de la person e les renseignements fournis sont exacts.		
 Signat	ture :		Signer pour finaliser la section membre de la famille	«Demande pour un
-			membre de la jamine	Conode
T2201 F (2	22)	(This form is available)	e in English.) Page 1 de 16	Canadä

			Page 2 du	formulaire T2201
			rage 2 de	Protégé B une fois rempli
Partie A - Section du partic	ulier (suite)			
3) Redressement des anciennes déclar	ations			
Étes-vous la personne handicapée ou	son représentant légal	ou si elle a moins de 18	ans, son tuteur légal?	
Out Non Co	cher ces deu	x cases		
Si l'admissibilité a crédit d'impôt po vos anciences déclarations?	ur personnes handicap	ées est approuvée, voulez	-vous que l'ARC applique	le crédit à
Oui, redressez mes anciennes o	léclarations pour toutes	s les années visées.		i
Non, ne redressez pas mes and	iennes déclarations poi	ur l'instant.		
4) Autorisation du particulier		/	<u>Signer</u>	STANCE MEGNESON
En tant que personne handicapée ou	son représentant légal		Indiquer votr	e # de téléphone
J'atteste que les renseignements d	i-dessus sont exacts.	//	, Inscri	re la date du jour
 J'autorise mon (mes) professionne établir mon admissibilité. 	l(s) de la santé à fourn	r d'ARC des resseignem		dical atin que l'ARC puisse
J'autorise l'ARC à redresser mes d	léclarations, le cas éch	éant, si j'ai demandé de le	faire à a question 3.	
		/	/	
Signature :	/ /	_	/	
Signature : Numéro de téléphone :		Date : Année M	Mois Jour	
		Année I	sionnel de la santé de rem	
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p.		Année I	sionnel de la santé de rem	
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du pi à 16). Une fois que le professionnel de	a santé a attesté le fon	Année 1 e. Demandez à un profess mulaire, il est prêt à être e	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua	
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p. à 16). Une fois que le professionnel de Prochaines étapes :	a santé a attesté le fon	Année 1 e. Demandez à un profess mulaire, il est prét à être e nté de remplir le reste de c	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua se formulaire.	tion.
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p. à 16). Une fois que le professionnel de Prochaines étapes : Étape 1 – Demandez à votre (vos) pr. Remarque Votre professionnel de la sa	a santé a attesté le fon ofessionnel(s) de la sar nté fournit vos renseigr	Année II e. Demandez à un profess mulaire, il est prêt à être e nté de remplir le reste de c nements médicaux à l'ARC	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua se formulaire.	tion.
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p. à 16). Une fois que le professionnel de Prochaines étapes : Étape 1 – Demandez à votre (vos) pr. Remarque Votre professionnel de la sa CIPH.	a santé a attesté le fon ofessionnel(s) de la sar nté fournit vos renseigr aire rempli pour vos dos	Année II e. Demandez à un profess mulaire, il est prêt à être e nté de remplir le reste de c nements médicaux à l'ARC ssiers.	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua se formulaire. C, mais ne détermine pas v	tion.
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p. à 16). Une fois que le professionnel de l' Prochaines étapes : Étape 1 – Demandez à votre (vos) professionnel de la sa CIPH. Étape 2 – Faites une copie du formuli	a santé a attesté le fon ofessionnel(s) de la sar nté fournit vos renseigr aire rempli pour vos dos	Année II e. Demandez à un profess mulaire, il est prêt à être e nté de remplir le reste de c nements médicaux à l'ARC ssiers.	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua se formulaire. C, mais ne détermine pas v	tion.
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p. à 16). Une fois que le professionnel de Prochaines étapes : Étape 1 – Demandez à votre (vos) pr. Remarque Votre professionnel de la sa. CIPH. Étape 2 – Faites une copie du formuli Étape 3 – Consultez la page 16 pour	a santé a attesté le fon ofessionnel(s) de la sar nté fournit vos renseigr aire rempli pour vos dos savoir comment soume	Année 1 e. Demandez à un profess mulaire, il est prét à être e nté de remplir le reste de c nements médicaux à l'ARC ssiers. ettre votre formulaire à l'AF	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua se formulaire. C, mais ne détermine pas v RC.	rotre admissibilité au Page 2 de 16
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p. à 16). Une fois que le professionnel de Prochaines étapes : Étape 1 – Demandez à votre (vos) pr. Remarque Votre professionnel de la sa CIPH. Étape 2 – Faites une copie du formuli Étape 3 – Consultez la page 16 pour	a santé a attesté le fon ofessionnel(s) de la sar nté fournit vos renseigr aire rempli pour vos dos savoir comment soume	Année 1 e. Demandez à un profess mulaire, il est prét à être e nté de remplir le reste de c nements médicaux à l'ARC ssiers. ettre votre formulaire à l'AF	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua se formulaire. C, mais ne détermine pas v RC.	rotre admissibilité au
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p. à 16). Une fois que le professionnel de Prochaines étapes : Étape 1 – Demandez à votre (vos) pr. Remarque Votre professionnel de la sa. CIPH. Étape 2 – Faites une copie du formuli Étape 3 – Consultez la page 16 pour	a santé a attesté le fon ofessionnel(s) de la sar nté fournit vos renseigr aire rempli pour vos dos savoir comment soume	Année 1 e. Demandez à un profess mulaire, il est prét à être e nté de remplir le reste de c nements médicaux à l'ARC ssiers. ettre votre formulaire à l'AF	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua se formulaire. C, mais ne détermine pas v	rotre admissibilité au Page 2 de 16
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p. à 16). Une fois que le professionnel de Prochaines étapes : Étape 1 – Demandez à votre (vos) pr. Remarque Votre professionnel de la sa. CIPH. Étape 2 – Faites une copie du formuli Étape 3 – Consultez la page 16 pour	a santé a attesté le fon ofessionnel(s) de la sar nté fournit vos renseigr aire rempli pour vos dos savoir comment soume	Année 1 e. Demandez à un profess mulaire, il est prét à être e nté de remplir le reste de c nements médicaux à l'ARC ssiers. ettre votre formulaire à l'AF	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua se formulaire. C, mais ne détermine pas v	rotre admissibilité au Page 2 de 16
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p. à 16). Une fois que le professionnel de Prochaines étapes : Étape 1 – Demandez à votre (vos) pr. Remarque Votre professionnel de la sa. CIPH. Étape 2 – Faites une copie du formuli Étape 3 – Consultez la page 16 pour	a santé a attesté le fon ofessionnel(s) de la sar nté fournit vos renseigr aire rempli pour vos dos savoir comment soume	Année 1 e. Demandez à un profess mulaire, il est prét à être e nté de remplir le reste de c nements médicaux à l'ARC ssiers. ettre votre formulaire à l'AF	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua se formulaire. C, mais ne détermine pas v	rotre admissibilité au Page 2 de 16
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p à 16). Une fois que le professionnel de Prochaines étapes : Étape 1 – Demandez à votre (vos) pr Remarque Votre professionnel de la sa CIPH. Étape 2 – Faites une copie du formult Étape 3 – Consultez la page 16 pour T2201 F (22)	a santé a attesté le fon ofessionnel(s) de la sar nté fournit vos renseigr aire rempli pour vos dos savoir comment soume	Année 1 e. Demandez à un profess mulaire, il est prét à être e nté de remplir le reste de c nements médicaux à l'ARC ssiers. ettre votre formulaire à l'AF	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua de formulaire. C, mais ne détermine pas v RC.	rotre admissibilité au Page 2 de 16 r les pages 4 a 16
Numéro de téléphone : Ceci marque la fin de la section du p. à 16). Une fois que le professionnel de la 16). Une fois que le professionnel de la 26 de la 27 de la 2	a santé a attesté le fon ofessionnel(s) de la sar nté fournit vos renseigr aire rempli pour vos dos savoir comment soume	Année II e. Demandez à un profess mulaire, il est prét à être e nté de remplir le reste de c nements médicaux à l'ARC ssiers. ettre votre formulaire à l'AF votre nom dai	sionnel de la santé de rem nvoyé à l'ARC pour évalua de formulaire. C, mais ne détermine pas v RC.	rotre admissibilité au Page 2 de 16 r les pages 4 a 16

Nom du patient :		Page 8 du foi	rmulaire T2201
	Initialez votre	désignation si cette catégorie s'applique	à votre patient :
Évacuer	méde	ocin infirmier praticien	
_	on médicale affectant la capacité du patient à gérer	lui-même ses fonctions intestinales ou	vésicales et fournissez
l'année du diagnostic		THE THE SECTION OF TH	Tourist of Tourist of
Exemple de répons	e: Chirurgie (iléostomie ou colonoscop	ie ou urostomie ou plus d'une	stomie)
permanente depuis	(année de l'opération). Obligation d'av	oir un sac collecteur ou deux	sacs collecteurs en
permanence pour a	voir un minimum de contrôle sur la ou	les stomies. Voir le document	annexé au formulai
2) Le patient prend-il des	s médicaments pour aider sa limitation à gérer ses f	onctions intestinales ou vésicales?	
Oui No	Incertain Indiquer la case qui de	evrait être cochée selon vos o	connaissances
	utilise des appareils ou des soins therapeutiques po e, stomie, thérapie biologique) :	our aider sa limitation a gerer ses fonction	ons intestinales ou
	ligatoirement un appareillage collecteu	ur spécifique pour sa stomie (i	léostomie ou
colostomie ou uros	tomie), en permanence (24 heures sur 2	24, 7 jours sur 7 et 365 jours p	ar année) pour avoi
	trôle et de qualité de vie.		
Donnez des exemples les échelles de sévéri	s de la façon dont la capacité de votre patient à gére té et de fréquence fournies comme référence (par e	er ses fonctions intestinales ou vésicale	s est limitée en utilisant
gérer ses fonctions in	testinales ou vésicales, constipation ou diarrhée chr	onique, il souffre souvent d'incontinenc	e fécale ou urinaire, il
necessite generaleme	ent un cathétérisme intermittent) : Limitat	tion constante et permanente Fréquence	-
	Severite	riequence	
Léger Léger	Modéré Modéré à Sévère	Rarement Parfois Souvent Habito	uellemen Toujours
modère	sévère	ration ratios courtent ratio	a circumstant and a circumstan
5) Décrivez dans le table s'appliquer, puisque la	eau sous l'appareil nécessitant des soins spé au ci-dessous la capacité du patient à gérer ses for a capacité du patient peut changer avec le temps). É nt les médicaments et en utilisant les appareils et le	nctions intestinales ou vésicales (plus d' Évaluez sa capacité à gérer lui-même se	une réponse peut es fonctions intestinales
Cu vesicales en prena	Umitation à évanue	Est-ce le cas toujours ou presque toujours (lisez la page 3)?	Année où cela a
Le patient est in	capable de gérer lui-même ses fonctions	_	commencé
(au moins trois	résicales ou prend un temps excessif pour le faire fois plus de temps qu'une personne d'âge similaire de ces fonctions).	Oui Non	commence
(au moins trois sans déficience	fois plus de temps qu'une personne d'âge similaire	Oui Non	commence
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer lui-m	lois plus de temps qu'une personne d'âge similaire de ces fonctions). difficultés, mais ne prend pes un temps excessif ème ses fouriers intestinales ou vésicales. I sente des limitations dans plus d'une catégorie, il po	Oui Non	
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer lui-m 1Si votre patient prés des limitations cons	lois plus de temps qu'une personne d'âge similaire de ces fonctions). difficultés, mais ne <u>prendipes un</u> temps excessif ème ses <u>fonctions</u> intestinales ou vésicales, ¹ mente des limitations dans plus d'une catégorie, il po idérables » à la page 14.	Oui Non	on « Effet cumulatif
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer lui-m 1Si votre patient près des limitations cons	ois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions). id difficultés, mais ne prend pers un temps excessif ême ses fonctions intestinales ou vésicales. rente des limitations dans plus d'une catégorie, il podérables » à la page 14. (moyenne): 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang	Oui Non urraît être admissible au titre de la secti ge = 13 heures/semaine. Changement	on « Effet cumulatif
(au moins trois sans déficience Le patient a de pour gérer lui-m 1Si votre parent prés des limitations consemple : Vidange du sac pis/semaine et 2 heures,	tois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions de ces fonctions. difficultés, mais ne <u>propie pes un</u> temps excessif ème ses fonctions intestinales ou vésicales. ente des limitations dans plus d'une catégorie, il po détrables » à la page 14. (moyenne): 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang (changement = 4 hres/semaine. Total minimum of	Oui Non ourrait être admissible au titre de la secti ge = 13 heures/semaine. Changement d'une semaine = 17 heures (encore pl	on « Effet cumulatif
(au moins trois sans déficience Le patient a de pour gérer lui-m 1Si votre patient prés des limitations consemple : Vidange du sac bis/semaine et 2 heures,	ois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions). id difficultés, mais ne prend pers un temps excessif ême ses fonctions intestinales ou vésicales. rente des limitations dans plus d'une catégorie, il podérables » à la page 14. (moyenne): 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang	Oui Non ourrait être admissible au titre de la secti ge = 13 heures/semaine. Changement d'une semaine = 17 heures (encore pl	on « Effet cumulatif
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer lui- 1'Si votes ament pré- ores limitations cons emple: Vidange du sac pis/semaine et 2 heures, té, d'alimentation, etc.) 6) La déficience du patie	tois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions de ces fonctions. difficultés, mais ne <u>propie pes un</u> temps excessif ème ses fonctions intestinales ou vésicales. ente des limitations dans plus d'une catégorie, il po détrables » à la page 14. (moyenne): 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang (changement = 4 hres/semaine. Total minimum of	Oui Non urrait être admissible au titre de la secti ge = 13 heures/semaine. Changement d'une semaine = 17 heures (encore pl toujours présente	on « Effet cumulatif de l'appareil (moyenne us fréquent si problème
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer luin- 1'Si votes anent pré- ores limitations cons emple: Vidange du sac pis/semaine et 2 heures, té, d'alimentation, etc.) 6) La déficience du patie moins 12 mois?	tois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions). difficultés, mais ne grand pes un temps excessif ème ses fonctions intestinales ou vésicales. tente des limitations dans plus d'une catégorie, il po détrables » à la page 14. (moyenne): 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang (changement = 4 hres/semaine. Total minimum or pour une personne stomisée la limitation est unit à gérer ses fonctions intestinales ou vésicales a-	Oui Non Non Ourrait être admissible au titre de la secti ge = 13 heures/semaine. Changement d'une semaine = 17 heures (encore pl toujours présente t-elle duré ou est-il raisonnable de s'att	on « Effet cumulatif de l'appareil (moyenne us fréquent si problème
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer lui- 1'Si votes ament pré- obs limitations cons emple: Vidange du sac pis/semaine et 2 heures, té, d'alimentation, etc.) 6) La déficience du patie	ois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions). difficultés, mais ne prend est un temps excessif ème ses fonctions intestinales ou vésicales. ente des limitations dans plus d'une catégorie, il po dérables » à la page 14. (moyenne): 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang/changement = 4 hres/semaine. Total minimum of Pour une personne stomisée la limitation est il	Oui Non Non Ourrait être admissible au titre de la secti ge = 13 heures/semaine. Changement d'une semaine = 17 heures (encore pl toujours présente t-elle duré ou est-il raisonnable de s'att	on « Effet cumulatif de l'appareil (moyenne us fréquent si problème
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer lui-m 1Si votes autent prét utilises initiations cons emple: Vidange du sac sis/semaine et 2 heures, té, d'alimentation, etc.) 6) La déficience du patie moins 12 mois? Oui No	tois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions). Idifficultés, mais ne prendress un temps excessif ème ses fonctions intestinales ou vésicales. L'ente des limitations dans plus d'une catégorie, il po dérables » à la page 14. (moyenne): 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang (changement = 4 hres/semaine. Total minimum or Pour une personne stomisée la limitation est unt à gérer ses fonctions intestinales ou vésicales a- Oui pour une stomie permanente ent à gérer ses fonctions intestinales ou vésicales s'	Oui Non ourrait être admissible au titre de la secti ge = 13 heures/semaine. Changement d'une semaine = 17 heures (encore pl toujours présente t-telle duré ou est-il raisonnable de s'atte e et Oui pour certaines stomies	on « Effet cumulatif de l'appareil (moyenne us fréquent si problème endre à ce qu'elle dure au temporaires
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer lui-m 1Si votes pasent prétudes imitations cons serielle : Vidange du sac sis/semaine et 2 heures, té, d'alimentation, etc.) 6) La déficience du patie moins 12 mois? Oui No 7) La déficience du patie sorte qu'il n'aurait plu	ois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions). difficultés, mais ne prendres un temps excessif ème ses fonctions intestinales ou vésicales. ente des limitations dans plus d'une catégorie, il po dérables » à la page 14. (moyenne): 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang (changement = 4 hres/semaine. Total minimum or Pour une personne stomisée la limitation est unit à gérer ses fonctions intestinales ou vésicales au oui pour une stomie permanente ent à gérer ses fonctions intestinales ou vésicales s'es de déficience?	Oui Non urrait être admissible au titre de la secti ge = 13 heures/semaine. Changement d'une semaine = 17 heures (encore pl toujours présente t-elle duré ou est-il raisonnable de s'att e et Oui pour certaines stomies est-elle améliorée ou s'attend-on à ce q	on « Effet cumulatif de l'appareil (moyenne us fréquent si problème endre à ce qu'elle dure au temporaires u'elle s'améliore de telle
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer lui-m 1Si votes autent prét utilises initiations cons emple: Vidange du sac sis/semaine et 2 heures, té, d'alimentation, etc.) 6) La déficience du patie moins 12 mois? Oui No	ois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions). I difficultés, mais ne prend pes un temps excessif ème ses fonctions intestinales ou vésicales. I difficultés mais ne prend pes un temps excessif ème ses fonctions intestinales ou vésicales. I difficultés mais ne prend pes un temps excessif ème ses fonctions dans plus d'une catégorie, il poidérables » à la page 14. (moyenne) : 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang (changement = 4 hres/semaine. Total minimum or Pour une personne stomisée la limitation est unt à gérer ses fonctions intestinales ou vésicales au d'agreer ses fonctions intestinales ou vésicales s'es de déficience? Innée) Non Incertain	Oui Non urrait être admissible au titre de la secti ge = 13 heures/semaine. Changement d'une semaine = 17 heures (encore pl toujours présente t-elle duré ou est-il raisonnable de s'att e et Oui pour certaines stomies est-elle améliorée ou s'attend-on à ce q	on « Effet cumulatif de l'appareil (moyenne us fréquent si problème endre à ce qu'elle dure au temporaires u'elle s'améliore de telle
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer luim 1'si votre a catent prés des limitations cons emple : Vidange du sac ois/semaine et 2 heures, té, d'alimentation, etc.) 6) La déficience du patie moins 12 mois? 7) La déficience du patie sorte qu'il n'aurait plu oui (indiquez l'au oui (indiquez l'au oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui l'aurait plu o	ois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions). difficultés, mais ne prendres un temps excessif ème ses fonctions intestinales ou vésicales. ente des limitations dans plus d'une catégorie, il po dérables » à la page 14. (moyenne): 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang (changement = 4 hres/semaine. Total minimum or Pour une personne stomisée la limitation est unit à gérer ses fonctions intestinales ou vésicales au oui pour une stomie permanente ent à gérer ses fonctions intestinales ou vésicales s'es de déficience?	Oui Non urrait être admissible au titre de la secti ge = 13 heures/semaine. Changement d'une semaine = 17 heures (encore pl toujours présente t-elle duré ou est-il raisonnable de s'att e et Oui pour certaines stomies est-elle améliorée ou s'attend-on à ce q	on « Effet cumulatif de l'appareil (moyenne us fréquent si problème endre à ce qu'elle dure au temporaires u'elle s'améliore de telle manente)
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer luim 1'si votre a catent prés des limitations cons emple : Vidange du sac ois/semaine et 2 heures, té, d'alimentation, etc.) 6) La déficience du patie moins 12 mois? 7) La déficience du patie sorte qu'il n'aurait plu oui (indiquez l'au oui (indiquez l'au oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui (indiquez l'au oui l'aurait plu oui l'aurait plu oui (indiquez l'au oui l'aurait plu o	ois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions). I difficultés, mais ne prend pers un temps excessif ême ses fonctions intestinales ou vésicales. I difficultés, mais ne prend pers un temps excessif ême ses fonctions intestinales ou vésicales. I difficultés, mais ne prend pers un temps excessif ême ses fonctions plus d'une catégorie, il poidérables » à la page 14. (moyenne): 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang changement = 4 hres/semaine. Total minimum en Pour une personne stomisée la limitation est l'unit à gérer ses fonctions intestinales ou vésicales au des prende permanentes en la gérer ses fonctions intestinales ou vésicales s'es de déficience? Innée	Oui Non ourrait être admissible au titre de la section ge = 13 heures/semaine. Changement g'une semaine = 17 heures (encore pl toujours présente t-elle duré ou est-il raisonnable de s'att ge et Oui pour certaines stomies est-elle améliorée ou s'attend-on à ce q n Non (c'est une stomie per	on « Effet cumulatif de l'appareil (moyenne us fréquent si problème endre à ce qu'elle dure au temporaires u'elle s'améliore de telle manente)
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer luim- 1'Si votre entient prés des limitations cons emple : Vidange du sac sis/semaine et 2 heures, té, d'alimentation, etc.) 6) La déficience du patie moins 12 mois? 7) La déficience du patie sorte qu'il n'aurait plu Oui (indiquez l'au	ois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions). I difficultés, mais ne prend pes un temps excessif ème ses fonctions intestinales ou vésicales. I difficultés mais ne prend pes un temps excessif ème ses fonctions intestinales ou vésicales. I difficultés mais ne prend pes un temps excessif ème ses fonctions dans plus d'une catégorie, il poidérables » à la page 14. (moyenne) : 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang (changement = 4 hres/semaine. Total minimum or Pour une personne stomisée la limitation est unt à gérer ses fonctions intestinales ou vésicales au d'agreer ses fonctions intestinales ou vésicales s'es de déficience? Innée) Non Incertain	Oui Non ourrait être admissible au titre de la section ge = 13 heures/semaine. Changement g'une semaine = 17 heures (encore pl toujours présente t-elle duré ou est-il raisonnable de s'att ge et Oui pour certaines stomies est-elle améliorée ou s'attend-on à ce q n Non (c'est une stomie per	on « Effet cumulatif de l'appareil (moyenne us fréquent si problème endre à ce qu'elle dure au temporaires u'elle s'améliore de telle manente)
(au moins trois sans déficience Le patient a des pour gérer lui-m 1Si votes pasent prétudes imitations cons serielle : Vidange du sac sis/semaine et 2 heures, té, d'alimentation, etc.) 6) La déficience du patie moins 12 mois? Oui No 7) La déficience du patie sorte qu'il n'aurait plu	ois plus de temps qu'une personne d'àge similaire de ces fonctions). I difficultés, mais ne prend pers un temps excessif ême ses fonctions intestinales ou vésicales. I difficultés, mais ne prend pers un temps excessif ême ses fonctions intestinales ou vésicales. I difficultés, mais ne prend pers un temps excessif ême ses fonctions plus d'une catégorie, il poidérables » à la page 14. (moyenne): 11 fois/jour avec 10 minutes/vidang changement = 4 hres/semaine. Total minimum en Pour une personne stomisée la limitation est l'unit à gérer ses fonctions intestinales ou vésicales au des prende permanentes en la gérer ses fonctions intestinales ou vésicales s'es de déficience? Innée	Oui Non ourrait être admissible au titre de la secti ge = 13 heures/semaine. Changement d'une semaine = 17 heures (encore pl toujours présente t-telle duré ou est-il raisonnable de s'att e et Oui pour certaines stomies est-elle améliorée ou s'attend-on à ce q n Non (c'est une stomie per	on « Effet cumulatif de l'appareil (moyenne us fréquent si problème endre à ce qu'elle dure au temporaires u'elle s'améliore de telle

RÊVE OU VISION?

Esquisse de lignes directrices

Qu'est-ce qu'une toilette adaptée aux stomisés?

La plupart des toilettes pour handicapés disposent d'aménagements accessibles aux personnes handicapées physiques, telles qu'un espace de cabine adéquat pour accueillir celles qui sont en fauteuil roulant. Cependant, ils manquent souvent d'accessibilité pour les personnes souffrant d'autres problèmes de santé admissibles, comme les personnes vivant avec une stomie, celles qui utilisent des fournitures urologiques telles que des cathéters ou celles équipées de sondes d'alimentation. Un exemple d'hébergement accessible aux stomisés est une étagère près des toilettes pour fournir une surface sanitaire sur laquelle disposer les fournitures pour stomisés.

Il est important que les personnes vivant avec un handicap invisible aient accès à des installations offrant des aménagements qui leur permettront de répondre à leurs besoins vitaux, comme vider/changer/éliminer un sac de stomie dans un environnement sûr et propre.



En fait, la majorité des toilettes sont énormément plus petites, avec aucun endroit pour placer nos choses. Sans parler de ce que plusieurs endroits utilisent comme soidisant papier de toilettes.

Un aménagement accessible aux personnes stomisées comprend :

Signalisation accessible

 Inclus un graphique universel représentant une personne stomisée ou indique par écrit « établissement adapté aux stomisés »

Crochets

 Pour accrocher des sacs d'effets personnels de fournitures de stomie, préférablement près de la toilette, pendant que le vidage ou le changement de sac de stomie.

Étagère

- Fournir une surface sanitaire sur laquelle disposer les fournitures de stomie, qui peuvent inclure une pochette, une plaquette, un dissolvant d'adhésif ou des désodorisants, si un changement d'urgence du sac est nécessaire.
- Préférablement, une étagère solide et permanente qui ne se replie pas et est positionnée à portée des toilettes afin qu'une personne stomisée puisse accéder à ses fournitures.

Miroir

 Permet aux stomisés de voir leur stomie pendant le cathétérisme ou le changement de sac.

Réceptacle sanitaire

- Pour permettre de jeter de façon propre et sûr tout le matériel de stomie usagé.
- Pour garantir la discrétion en matière de confidentialité, celui-ci devrait idéalement être situé dans une toilette non genrée.

Évier et distributeur de savon/serviettes en papier

- Fournir de l'eau tiède pour rincer la zone cutanée, si nécessaire.
- Assurer le nettoyage et une bonne hygiène en matière de lavage des mains.

Voir affiche:

https://stomies.ca/pdf/Vision Toilettes.pdf



Quelques liens sur internet

Les associations

Notre liste de liens et associations (RSQL) https://rsal.org/menu-liens/

Association québécoise des personnes stomisées (AQPS) https://agps.org

Association québécoise des stomisés Richelieu-Yamaska (ASRY) - plusieurs excellents vidéos https://stomisesry.com/

Liens vers divers CHU

Les stomies sur le CHU de Québec https://www.chudequebec.ca/recherche.aspx?searchtext=stomies

Les fiches du CHU de Sherbrooke https://www.santeestrie.qc.ca/soins-services/ conseils-sante/autosoins-a-domicile/stomies

Divers liens du CHU des Laurentides
https://www.santelaurentides.gouv.qc.ca/soins-et-services/soutien-a-domicile/stomie/

Plisieurs vidéo de formation du CHU des Laurentides et de Coloplast

<u>https://coloplast.showpad.com/share/nbuRkTHymkicobXVUUmnK</u>

Fiches de santé du CHUM sur les stomies https://www.chumontreal.qc.ca/fiches-sante? q=stomies

Les fabricants

Les fabricants publient aussi beaucoup d'informations.

COLOPLAST: <u>https://www.coloplast.ca/fr-CA/</u>

HOLLISTER: https://www.hollister.ca/fr-ca?hl=fr-CA

CONVATEC: <u>https://www.fr.convatec.ca/</u>

UN CHOIX DÉCHIRANT

Réservoir iléo-anal vs Stomie permanente

En août 2020, après des mois et des mois de grande souffrance en raison de la colite ulcéreuse, j'ai subi une colectomie totale résultant en une iléostomie temporaire. C'est avec détresse, peur et grande tristesse que j'ai été transportée, en larmes, au bloc opératoire. La seule chose qui me donnait un mince espoir d'une vie normale était de savoir que cette fameuse stomie serait temporaire et que, quelques mois après, j'allais être opérée à nouveau pour la retirer et avoir un réservoir interne iléo-anal (poche en J).

Pour moi, à ce moment, avoir une stomie était vraiment la fin du monde. Je me considère donc extrêmement chanceuse d'avoir initialement eu une stomie temporaire. Dans ma tête de jeune femme, le fait de savoir que cette condition n'était pas permanente et que j'allais éventuellement retrouver mon corps d'avant m'a aidé à voir la situation comme un passage obligé plutôt qu'une fatalité.

Mes deux opérations visant à créer un réservoir iléoanal puis à retirer la stomie ont été repoussées de quelques mois à cause de la Covid-19. Entretemps, à mon plus grand bonheur, j'ai appris que j'étais enceinte. J'ai donc évidemment reporté à plus tard les chirurgies.

Quelque temps après la naissance de ma fille, j'ai rencontré ma gastro-entérologue en prévision des prochaines opérations. Nous avons discuté une dernière fois des avantages de retirer ma stomie pour avoir une poche en J. Bien entendu, nous avons aussi abordé les risques et complications possibles ainsi que les restrictions liées à la poche en J. À ce moment, cela



faisait environ 14 mois que je vivais avec ma stomie temporaire.

Je suis retournée chez moi désemparée et complètement perplexe. Il y avait beaucoup plus de négatif que j'aurais pu m'imaginer à avoir une poche en J. Jamais je n'avais été aussi confuse. Mon cerveau tournait à cent mille à l'heure. Je n'étais pas capable de faire quoi que ce soit, ni de penser à quoi que ce soit sauf à ma destinée qui était beaucoup moins rose que ce que j'avais pu comprendre initialement. Je me souviens que je me répétais : « J'ai devant moi deux mauvaises options... Que faire ? À l'aide! ».

Comment prendre une décision aussi importante, lourde de conséquences et remplie de variables inconnues ?

Puisque je ne pensais qu'à ça, je me suis isolée, le temps d'une fin de semaine, pour m'informer et réfléchir afin de pouvoir prendre ma décision, celle qui serait « la moins pire pour moi ». Je voulais absolument statuer et faire un choix pour enfin mettre cela derrière moi et me concentrer sur le futur, quel qu'il soit.

Après de nombreuses heures à lire à propos de mes deux options, à écouter différents témoignages, à considérer l'opinion des spécialistes qui s'occupaient de moi et à décortiquer les informations que j'avais reçues à l'hôpital, j'ai utilisé la bonne vieille technique de la liste « pour ou contre ». Voici mon résultat :

* À noter que je ne suis pas médecin. Je ne prétends pas connaître ni avoir soulevé tous les éléments à considérer. Ceci est simplement ma réflexion et mon cheminement personnel. De plus, certaines personnes font le choix de la poche en J et vivent pleinement de cette façon. Il est donc très important de recueillir ses propres informations et d'avoir ses propres réflexions.

POUR

Avantages d'opter pour une poche en J :

- L'apparence physique (pas de stomie).
- · Habillement plus simple (pas de stomie à cacher).
- Économie de temps (pas d'appareillage à changer).
- Aspect monétaire (les fournitures de stomie sont dispendieuses, mais je suis privilégiée et j'ai des assurances privées).

CONTRE

Désavantages d'opter pour une poche en J (réservoir iléo-anal) :

- À court terme, réadaptation du péristaltisme sphinctérien qui doit recommencer à fonctionner.
- À court terme, possibilité de fuite à l'endroit où le réservoir est lié à l'anus, entraînant un abcès pelvien (accumulation de fluides infectés) ou une infection de l'abdomen (péritonite).
- Possibilité d'inflammation du réservoir provoquant de la diarrhée, des crampes et des ballonnements appelée « pouchite ».
- Possibilité d'un rétrécissement à l'endroit où le réservoir est lié à l'anus (striction) ce qui rend plus difficile l'action de vider le réservoir.
- Possibilité de fuite des selles du réservoir, pendant la nuit ou pendant le jour (incontinence).
- limiter ma consommation de nourriture et/ou gérer des restrictions alimentaires.
- Visites à la salle de bain fréquentes et possiblement urgentes.
- Toujours devoir planifier et prévoir ma vie en fonction des salles de bain (constamment devoir être aux aguets des salles de bain à proximité).

- Possibilité de devoir retourner à une stomie si le réservoir ne fonctionne pas tel que prévu.
- Possibilité de devoir prendre des médicaments ou immunosuppresseurs si de l'inflammation s'installe dans le réservoir.

La tête entre les mains, je regardais ma liste en pleurant toutes les larmes de mon corps. J'avais, devant moi, le plus grand dilemme de ma vie, encore à ce jour. La liste des désavantages contenait clairement plus d'éléments, mais l'aspect physique pesait lourd dans la balance pour moi, jeune maman de 29 ans.

Contre toute attente des médecins et chirurgiens, ma décision s'est finalement arrêtée sur la stomie permanente. Au final, j'ai suivi mon intuition. Ma petite voix intérieure me disait : « Pourquoi mettre à risque ta santé, t'imposer du stress supplémentaire, te limiter dans un de tes plaisirs de la vie (manger), et aussi, pardessus tout, risquer de perdre des moments de qualité avec ta fille, famille et amis ? Tu vis bien avec ta stomie, tu es en santé, tu as une belle vie, c'est tout ce qui compte ! La beauté, c'est subjectif et pas simplement physique ! ».



Lorsque je me suis rendue à l'évidence que mon choix était fait et, qu'une fois opérée, ma condition serait irréversible, je me suis promis de ne plus jamais repenser ni remettre en question cette décision. Autrement, je pourrais passer ma vie à me questionner et à faire des milliers d'hypothèses sur quelque chose que je ne peux plus contrôler.

J'ai donc subi une ablation totale du rectum et de l'anus, puis mes fesses ont été fermées par sutures. Je me retrouve donc avec des « fesses de Barbie » comme plusieurs disent à la blague! Aujourd'hui, un peu plus d'un an après la chirurgie qui a officialisé la permanence de ma chère stomie, je suis certaine à 100 % que j'ai pris la bonne décision, et jamais je n'ai remis cela en question. Même si ce n'est pas toujours facile, je suis convaincue que j'ai la meilleure qualité de vie qu'il est possible d'avoir dans ma situation.

J'espère être un bel exemple de courage et de résilience pour ma fille.

Sophie, stomisée permanente.



Auteur: Sophie Beaulieu, administratrice RSQL

Article qu'elle a contribuée au blogue d'ANA en mai 2023

Le Blogue « Ana et moi » est un blogue alternatif et inspirant qui vise à sensibiliser et à informer les gens au sujet des maladies inflammatoires de l'intestin tout en accompagnant les personnes souffrant d'une de ces maladies dans leur processus décisionnel vers la stomie.

https://www.alternativeana.com/bloqueana

JOUEUSE DE HANDBALL

La capitaine de l'équipe de Brest Bretagne Handball, *Jenny Carlson*, joue avec une stomie.

La Suédoise âgée de 27 ans raconte comment elle n'a pas laissé une maladie stopper sa carrière.

Depuis ses 18 ans, elle lutte contre une maladie afin de pouvoir continuer sa carrière. Une colite ulcéreuse, pour être plus précis, une inflammation du côlon : « C'est douloureux, on se sent



très mal et sur certaines périodes, non. Enfin, pour moi, c'était comme ça », explique la capitaine de Brest.

En 2018, elle subit une iléostomie, une ouverture de l'abdomen qui permet l'évacuation des selles par une poche à recueil qu'on appelle stomie. Une véritable renaissance pour celle qui devait vérifier scrupuleusement ce qu'elle mangeait et se rendre en permanence aux toilettes : "Ça m'a fait réaliser qu'on s'habitue à être malade, à se sentir mal."

Assumer pleinement sa différence

La handballeuse n'hésite pas à s'exprimer sur sa maladie dans les médias. La preuve en novembre dernier où elle se confiait dans un podcast : "Peu de gens savent ce que c'est, beaucoup ont peur. Je voulais vraiment être ce modèle pour montrer qu'on peut continuer à être actif, continuer à jouer au handball." Et pourtant, la demi-centre redoutait que ça ne soit plus le cas : "On ne sait jamais comment on va réagir à une telle opération. Les médecins ne savaient pas non plus."

Sur les réseaux sociaux, elle s'affiche également. En plus de son compte personnel, elle a créé le compte <u>@athletewithstoma</u> (athlète avec stomie) afin de sensibiliser le public aux maladies comme la sienne. LaDepeche.fr, 26 mars 2023



Équipe de professionnels dévouée en soins des stomies

- Service à la clientèle formé et expérimenté
- ❖ 5 succursales à travers le Québec
- Site internet transactionnel







15%

de rabais sur les produits BBraun, Coloplast, Convatec, Hollister et Salts

- *RABAIS et promotions pour nouveaux clients
- ❖ Inventaire COMPLET en stomie
- Tous les ACCESSOIRES de stomie
- ❖ Vente à l'UNITÉ en tout temps



Livraison GRATUITE partout au Québec

POUR COMMANDER:

Sans frais: 1-866-986-0786

www.stomomedical.com

Chicoutimi • Laval • Longueuil • Saint-Eustache • Saint-Jérôme

I NSTAGRAM et autres

Être bien dans sa peau

La maladie n'est pas un tabou et s'affiche même sur Instagram où l'on retrouve plusieurs comptes dédiés à la sensibilisation aux stomies.

Alors que le premier réflexe est le plus souvent de cacher son appareillage sous ses vêtements, plusieurs ont décidé d'afficher au grand jour leur poche de stomie. Un geste à la fois thérapeutique et militant.

Athlète avec une stomie

https://www.instagram.com/athletewithstoma

Société canadienne des personnes stomisées Choisir français dans le coin haut à droite https://www.ostomycanada.ca/ostomy-inspiration-corner/

Charlène active sous le pseudo <u>Kangouroo girl</u> sous Instagram et influenceuse sur <u>Facebook</u> a aussi une page web.

Elle a subi une stomie à la suite d'une erreur médicale et parle de nouveau regard sur la vie.



Kangoroo Shop,

Elle a décidé de se parer de jolis couvres poches afin de casser l'image de "Poche à Caca", de briser les tabous et changer les regards afin de rendre toute dignité et bien-être de

vie aux personnes stomisées.

« Le handicap n'est pas un concours à celui qui souffre le plus » Kangouroo Girl

Article sur Handirect

Copie d'un article de la Provence

Stomiebusy

Plus de 103 000 personnes suivent *Stomiebusy* sur *Instagram*.

Juliette Mercier, illustratriste et auteure, publie ses illustrations sur Instagram. Elle a aussi publié quelques livres.



Elle s'est fait connaître en parlant de la maladie de Crohn. Elle informe en levant les tabous, dédramatise les épreuves du quotidien et surtout fait sourire grâce à des BD légères et humoristiques.

Sur son site web <u>stomiebusy.com</u>, elle produit des illustrations à partir de vos photos et demandes spéciales.

Vous avez accès à internet, vous voulez vous détendre et changez d'idée, de quoi rire un peu de vous-même, une solution, <u>s'inscrire sur Instagram</u> et visiter stomiebusy.

https://www.instagram.com/stomiebusy/

Cliquer sur l'image pour visualiser la vidéo



Page de Stomy-Busy sur notre site

Regroupement des stomisés Québec-Lévis Inc.	nc. Don In Memoriam
3632, rue des Opales, Lévis (Québec) G6W 8C2	
Nom du défunt :	
Type de don : Personnel □ Corporatif □	
Identification du donateur	
Prénom/Nom ou Corporation :	
.),,,,,	
Ville :	Prov. :
ostal :	Téléphone : (
Courriel:	
Désirez-vous aviser la famille de votre don? Oui □ Non □	Oui 🗆 Non 🗆
ol out, identinication de la personne a aviser Prénom :	. 80
Ville :	
Province :	_ Code postal :
Montant du don : \$ M	Mode de paiement : Argent □ Chèque □
Je désire recevoir un reçu ∶ Oui □ Non □	
No d'enregistrem	No d'enregistrement d'organisme de charité: 81062 6952 RR0001

DON IN MEMORIAM

Vous avez récemment vécu la perte d'une personne qui vous est chère. Toute l'équipe du *Regroupement des stomisés Québec-Lévis* désire vous exprimer ses plus sincères condoléances.

Lors du décès d'un proche, de nombreuses personnes choisissent de faire un don à un organisme de bienfaisance. Le don *In Memoriam* est une manière éloquente de rendre hommage à la personne regrettée. En posant ce geste, vous aidez le *Regroupement des stomisés Québec-Lévis* à favoriser le mieux-être des personnes stomisées et leurs proches en leur facilitant l'accès à l'information et leur offrant soutien et écoute.

Le don *In Memoriam* peut être fait de plusieurs façons par téléphone ou par courrier à l'aide du formulaire ci-joint. Faitesen la demande et nous ferons parvenir les quantités requises de formulaires à la maison funéraire de votre choix.

Afin d'inciter les membres de votre famille, vos amis ou vos collègues à faire un don *In Memoriam*, nous vous suggérons d'ajouter le texte suivant à la fin de l'avis de décès :

« Au lieu de fleurs, un don *In Memoriam* au *Regroupement des stomisés Québec-Lévis* serait grandement apprécié. Par la poste au 5455 ave De Gaulle Québec (Québec) G1H 4J3 ou par téléphone au 418-474-0220. »

Grâce à votre générosité, nous continuerons d'être porteur d'espoir auprès des personnes stomisées.



Nul ne peut atteindre l'aube sans passer par le chemin de la nuit.

- Khalil Gibran





1000, 127^e Rue, Local 103, Saint-Georges-de-Beauce (QC)

- •Incontinence et urologie
- Stomie
- •Soins des plaies et de peaux
- •Matériel Médical
- Orthopédie
- •Bas de compression
- Produits sanitaires



Votre expert en produits et équipements médicaux depuis 1997

Votre bien-être, Notre priorité!

Pour une ouverture de compte : Sans frais : 1 866 927-6918

WWW.ULTRA-MEDIC.CA

Livraison partout au Québec

À VENIR BIENTÔT

En décembre, nous débuterons une campagne de publicité dans les pharmacies des régions 03 et 12.

En janvier, une campagne pour remettre à jour les renseignements de notre base de données et demander l'autorisation de communiquer avec vous.

Remise à jour du site internet avec de nouveaux outils.

Dans les prochains mois, nous débuterons la préparation d'une formation pour proche aidant ou mentors.

Planifier quelques rencontres en régions.

L'envoi des reçus fiscaux dans la première semaine de janvier.

Nouvelle carte de membres avec renseignements pour accès aux toilettes et code QR.

Mise sur pied d'un comité de bénévoles pour s'occuper des déjeuners-rencontres et des conférenciers.



Si le temps le permet, nous aimerions, avec l'aide de bénévoles, faire un colloque pour la journée de l'AGA avec un conférencier, des kiosques de fournisseurs.

Nous aurons besoin de réponses de bénévoles avant le 6 janvier 2024 pour prendre une décision au conseil d'administration dans la semaine suivante.

Écrire votre intérêt ou question à info@rsql.org ou me téléphoner au 418-474-0220.



Associations de personnes stomisées au Québec

Association Québécoise des

Personnes Stomisées (AQPS)

8530, Chemin des Portageurs, Laterrière (Québec) G7N 2A3

418 815-7723

info@aqps.org

agps.org

Association D'iléostomie et De

Colostomie De Montréal (AICM)

5151, boul. de l'Assomption

Montréal (Québec)

H1T 4A9

514 255-3041

<u>dlapointe@hotmail.fr</u> aicm-montreal.org/

Association des Personnes

Stomisées du

Saguenay-Lac-St-Jean (APS)

305, St-Vallier #23 Chicoutimi (Québec)

G7H 5H6

418 549-2501 alainlebrun553@gmail.com

Association des Personnes

stomisées Mauricie Centre-Du-

Québec (APSMCQ)

819 293-8340

apsmcg@gmail.com

Association des Stomisés Du

Grand-Portage

C.P. 1622 Rivière-du-Loup (Québec)

G5R 4M2

418 862-1697 poste 133 gagne fernand@videotron.ca

Association des Stomisés Richelieu-

Yamaska (ASRY)

Jacques Beaudreault

C.P. 183 St-Hyacinthe (Québec)

J2S 7B4

450 230-1795

<u>iacques.inspiration@gmail.com</u>

stomisesry.com/

Montreal Ostomy Social Support

Group

Montréal (Québec)

514 489-1900

arthur.fineberg@gmail.com

Regroupement des Stomisés

Québec-Lévis Inc. (RSQL)

5455, Ave De Gaulle, Québec (Québec)

G1H 4J3

418 474-0220 info@rsql.org

rsql.org

FORMULAIRE D'ADHÉSION

Pour recevoir votre carte de membre, remplir et retourner ce coupon à l'adresse suivante : Regroupement des stomisés Québec-Lévis Inc. 5455 ave De Gaulle Ouébec OC G1H 4J3 Nom: _____ Adresse: Ville : _____ Province: Code postal : Téléphone : Courriel: À DES FINS STATISTIQUES Date de naissance : Année : Mois : Jour : Je suis stomisé(e) : Non □ Oui □ Iléostomie □ Colostomie Urostomie □ Permanent ☐ Temporaire ☐ Année de la stomie : \square Je désire recevoir le *Clin d'œil* par : la poste \square courriel \square ☐ (Facultatif) Ci-joint un chèque à l'ordre du Regroupement des stomisés Québec-Lévis Inc. au montant de : _____\$ Aucun renseignement, aucune information relativement aux identités des membres ne sont divulqués auprès de quelque organisation que ce soit. Ces informations sont réservées à l'usage exclusif du Regroupement des Stomisés Québec-Lévis et rien ne peut être utilisé à des fins

commerciales ou autres.

Cet hiver (janvier et février) Rencontre et déjeuner

LE GALOPIN Hôtel SÉPIA 3135 chemin Saint-Louis Québec, QC G1W 1R9

QUAND?

13 janvier 2024 à 9h00

Conférencier : ARC—Agence Revenu Canada

Aidants naturels et CIPH

10 février 2022 à 9h00 Conférencier : À confirmer

LIEU À CONFIRMER

16 mars 2024 à 9h00

Assemblée Générale annuelle—AGA 2024

R.S.V.P.

Par courriel : info@rsql.org Par téléphone : 418-474-0220 Sur le site web : rsql.org

Pour nous faire part de vos questions, commentaires et suggestions, nous transmettre votre courrier à :



Regroupement des stomisés Ouébec-Lévis Inc.

5455 ave De Gaulle Québec QC G1H 4J3

OU par courriel à : info@rsql.org