

Expression d'une Nouvelle Voix

Revue périodique publiée par
l'Association québécoise des laryngectomisés

Volume 43, n° 1, Janvier – Février – Mars 2021

Patient partenaire pour la formation d'orthophonistes.

Jean-Pierre Boisvert, laryngectomisé, visiteur-accompagnateur
et patient partenaire

S'il y a un groupe de professionnels de la santé qui supportent énormément les laryngectomisés, ce sont les orthophonistes. Dès que l'on envisage une laryngectomie totale pour un patient, l'ORL demande à l'orthophoniste de rencontrer le patient pour lui expliquer comment les choses vont se passer et discuter des différents moyens de parler par la suite. Il est de plus en plus courant que l'orthophoniste organise une rencontre avec un patient laryngectomisé afin de répondre aux préoccupations du patient pour que celui-ci puisse prendre sa décision face à la chirurgie, le plus aisément possible.

Au début de l'automne, Andréanne Bergeron, chargée de cours avec 72 étudiants au niveau de la première année de Maîtrise en orthophonie à l'Université de Montréal, a fait appel à moi comme patient partenaire pour un cours qui vise à préparer l'étudiant notamment à transmettre des conclusions et des recommandations orthophoniques. Dans le cours, les étudiants sont amenés à considérer les enjeux de motivation, projets de vie et écoute du patient, pour réfléchir AVEC le patient aux objectifs et modalités d'intervention qui font du sens pour lui et auxquels il va adhérer. Comme ces étudiants sont jeunes et en bonne santé, ça peut être difficile pour eux d'essayer de voir les choses du point de vue du patient. J'ai partagé avec eux mon expérience, mes questionnements, mes craintes et l'impact que ça avait sur ma décision d'accepter ou non la laryngectomie. Nous avons discuté de l'importance pour le patient de bien comprendre le rôle de l'orthophoniste. Pour la plupart des patients, c'est la première fois que ce professionnel de la santé intervient auprès d'eux.

Il ne faut pas oublier que le patient fait face à l'inconnu et comme le dit Albert Brie, «La peur de l'inconnu, c'est l'appréhension du connu défiguré par l'imagination» et l'imagination a plus tendance à faire broyer du noir que de voir



M. Boisvert partage son expérience auprès des étudiants en orthophonie en mode virtuel

la vie en rose. Alors, il est inutile de parler de moyens d'élocution à un patient qui a de la difficulté à imaginer positivement son futur. C'est donc très important pour l'orthophoniste d'amener le patient à exprimer ses besoins et ses craintes AVANT de parler de moyen de communication. L'orthophoniste doit viser à développer un partenariat avec le patient pour lui permettre d'atteindre SES objectifs. C'est en exprimant ses besoins que le patient va trouver une source de motivation et s'investir dans l'acceptation de sa situation, son implication pour les soins de son stoma et la maîtrise de sa nouvelle voix. Cette étape est cruciale mais trop souvent sautée, ce qui rend plus difficile la tâche de l'orthophoniste, car les préoccupations du patient demeurent figées en lui si elles ne sont pas exprimées.

Andréanne a aussi organisé un atelier lors duquel nous avons mis l'emphase sur l'art de poser des questions qui aident le patient à exprimer ce qu'il retient en dedans. C'est un domaine que j'ai particulièrement développé lors de ma carrière professionnelle. Je me sens choyé d'avoir été invité à participer à cette formation. Il est évident que l'ensemble de ces discussions servira à ces étudiants autant lors de rencontres avec des enfants, des parents et des patients laryngectomisés. Rebecca Maftoul, orthophoniste coordonnatrice des stages et responsable du développement professionnel continu m'a par la suite demandé de préparer quelques courtes capsules vidéo sur les sujets que j'ai abordé, afin d'avoir accès facile à ce qui fut partagé. Ces capsules vidéo seront finalisées dans le prochain mois.



Mon compagnon a 4 pattes et il me fait du bien

Louise Allard, collaboratrice

Il s'appelle Tyson, il a 3 ans et il pèse 9 lbs. Oui oui, je vous vois sourire son nom en référence au boxer Mike Tyson. Et pourtant ça lui va bien car il a du caractère ce petit. Au parc à chien il ne s'en laisse pas imposer par les plus gros. Il veut faire partie de la meute.

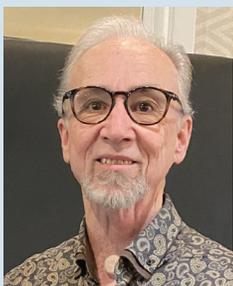
Posséder un chien vient avec des responsabilités mais les bienfaits compensent amplement. Je reste active. Alors qu'il est parfois difficile de se motiver pour aller marcher seul(e), promener pitou devient un «devoir» agréable. Et ce faisant, ma vie sociale s'est améliorée. Grâce à Tyson, je me suis mise à échanger avec mes voisins. C'est sans parler de la communauté qui existe au parc à chien. Mais un des bienfaits majeurs que me donne la présence de Tyson est d'éloigner les sentiments de solitude et de tristesse. Quand le matin à peine éveillée et que je me sens un peu déprimée, j'éclate de rire en le voyant assis à mes pieds avec sa petite face de «toutou en peluche» me regardant pisser. Ou quand il m'accueille avec enthousiasme après une journée moche au travail, je craque pour lui. Non Tyson n'a pas idée du bien qu'il me fait.

Un vieux proverbe dit que le chien nous renvoie l'amour multiplié par 10. Cependant, il faut réfléchir à tout avant de se précipiter pour adopter un chien. S'occuper d'un chien demande du travail et c'est un engagement à vie, car un chien sera dépendant de vous pour de nombreuses années.

S O M M A I R E

- 1 Patient partenaire pour la formation d'orthophonistes
- 2 Mon compagnon a 4 pattes et il me fait du bien
L'AQL a un nouveau vice-président
- 3 La nostalgie... des moments d'hiver
Nouveaux membres
- 4 Le Zéro déchet, c'est quoi?
- 5 Vivre avec une laryngectomie n'est pas la fin du monde...
- 7 Visiteurs-accompagnateurs auprès des laryngectomisés ... un rôle certain
Congrès virtuel du Programme québécois de cancérologie COVID oblige...
In Memoriam
- 8 Saviez-vous que ...
Horaire du secrétariat de l'Association
Faire un don à l'Association via sa Fondation

L'AQL a un nouveau vice-président



À sa réunion du CA du 8 décembre 2020, M. Jean-Pierre Boisvert est devenu le nouveau vice-président de l'Association. Laryngectomisé depuis 2017, il est devenu membre du CA en 2018. M. Boisvert est très impliqué comme visiteur-accompagnateur, patient-formateur, collaborateur à la revue et partenaire de la refonte de notre site Web. On lui souhaite le meilleur pour son nouveau mandat.

M. Boisvert remplace à ce poste, M. Louis-Benoit Michaud, qui nous quittera en juin prochain après avoir été très impliqué depuis plus d'une décennie au sein de l'Association comme membre du CA depuis 2012, vice-président en 2016, conférencier auprès des jeunes dans le cadre de la Semaine sans tabac et participant actif aux diverses activités sociales. Nous tenons à lui exprimer toute notre reconnaissance et lui souhaitons une bonne «retraite». (Doris St-Pierre Lafond)



Comité de la revue, planification et rédaction:

Sylvie Appleby, Noëlla Boily, France Fontaine,
Doris St-Pierre Lafond

Secrétariat provincial: Chantal Blouet

Collaborateur: Louise Allard, Jean-Pierre Boisvert,
Linda Séguin.

Infographie: Louise Besner

Service d'infographie Point Virgule inc.

Correction: le comité de la revue

Tirage: 1100 copies

Association québécoise des laryngectomisés

5565, rue Sherbrooke Est,

Montréal (Québec) H1N 1A2

Tél.: 514 259-5113

Tél. sans frais: 1 844 285-2335

Télééc: 514 259-8946

info@aqlar.org

www.aqlar.org

© 2021 Association québécoise des laryngectomisés

Expression d'une Nouvelle Voix est publiée

quatre fois par année.

Tous droits réservés, textes et photos.

Toute reproduction, en tout ou en partie, sous quelque forme et par quelque procédé que ce soit, est interdite sans l'autorisation de l'éditeur. Les articles qui paraissent dans ce bulletin sont publiés sous la responsabilité exclusive des auteurs.

Tanné de l'hiver ?

Quand mars arrive, plusieurs rêvent au printemps, jugeant que les journées froides, les pavés glacés et maintenant la « sloche » ont assez duré. Certains même fuient l'hiver dès novembre et n'en reviennent qu'en avril. Cette année, événement d'exception, bon nombre ont dû se résigner à rester dans La belle province Mais bien des gens, au contraire, adorent l'hiver, le soleil éblouissant sur la neige, les pentes et les pistes bien enneigées qui n'attendent que nous, jeunes et moins jeunes, chacun à son rythme. Linda Séguin est de ceux-là. Quand la maladie l'a frappée, elle a dû faire une pause. Mais la voilà qui reprend la plume pour nous faire savourer ces moments qu'elle apprécie d'autant plus maintenant. (D St-Pierre Lafond)

LA NOSTALGIE...des moments d'hiver

Linda Séguin, collaboratrice



Aussi loin que je me souviens, j'ai toujours aimé l'hiver ❄️ ❄️. Toute jeune, je m'amusais avec mes amis à construire des forteresses afin de faire des combats de balles de neige. J'adorais aussi aller patiner sur le fleuve, car nous y habitons tout à côté. J'aimais aussi apporter mon aide à mon grand-père en l'aidant à pelleter son entrée. Après une bonne journée au froid, on rentrait se réchauffer les pieds sur le bord de la vieille fournaise à l'huile ... que de beaux souvenirs.

De plus ayant été élevée par mes grands-parents avec ma sœur et mon frère, ce fut des années heureuses. Le temps des fêtes était festif, des partys et de la bonne bouffe.

Les jours de tempête, nous avions congé d'école et nous passions notre temps à jouer dehors avec nos amis. Nous enfiliions nos bottes qu'on appelait des « par-dessus » ... par dessus nos souliers. C'était difficile à enfiler, croyez-moi. Ensuite, on rentrait dans la maison au chaud, avaler un chocolat chaud avec des guimauves. Quelle belle récompense.

Aujourd'hui je me remémore encore de beaux moments soit faire du ski alpin et jouer dehors avec mes enfants. Pour profiter de ses moments, nous avons un chalet en bordure d'un lac à Notre-Dame-de-la-Merci qui est devenu un lieu de rassemblement en famille ainsi que d'amis. Nous y avons vécu des moments extraordinaires.

En conclusion, certains plaisirs d'autrefois séduisent encore aujourd'hui, il n'y a qu'à voir le succès d'un feu de cheminée. Alors prenez le temps de savourer le temps de l'hiver et gardez le moral.

Nouveaux membres

Madames

Chantal Denis (Drummondville) et Claire Ratelle (Lavaltrie).

Messieurs

John-Gareth Brisson (Chapeau), André Chouinard (Châteauguay), Lionel Dubois (Gatineau), Michel Dubois (Farnham), Claude Dumont (Chertsey), Raymond Filiatreault (Montréal), Michel Fleurant (Terrebonne), Christian Gagnon (Granby), Bernard Gendron (Ste-Marcelline-de-Kildare), Luc Groulx (Pointe-Calumet), Roger Murray (Cowansville), Michel Pellerin (Shawinigan), Raymond Paradis (St-Lin-Laurentides), Serge Poudrier (St-Gabriel-de-Brandon), André Rhéaume (Saint-Maxime-du-Mont-Louis), Michel Richard (Cap-Santé) et Serge Vallières (Magog).

Besoin d'un coup de pouce ?

L'Association est là pour vous et vos proches. N'hésitez pas à nous contacter.



Le ZÉRO DÉCHET, c'est quoi?

France Fontaine, laryngectomisée



Le mouvement est né à Genève en Suisse en 2002 et son instigateur est Richard Anthony. Une première réunion officielle fut tenue au Pays de Galles le 19 octobre 2003, l'objectif étant de former un groupe international d'experts. Plusieurs rencontres ont eu lieu à travers le monde au cours des années qui ont suivi. 2004 à San Francisco (USA), 2007 à Davos (Suisse), 2009 à Naples (Italie), 2010 à Santa Catarina (Brésil), 2013 à San Francisco (USA) et 2014 à Nanaimo (B.C. Canada). (zwia.org/zero)

Depuis 2015, le mouvement gagne en popularité au Québec: un nombre grandissant d'épicerie zéro déchet ont ouvert leurs portes à Montréal, mais aussi dans des villes comme Sherbrooke, Boucherville, Mont-Laurier, Arvida, Rouyn-Noranda, pour ne nommer que celles-ci. Le mouvement ZÉRO DÉCHET a pignon sur rue à Montréal, rue Wellington. (aqzd.ca)



Depuis 2017 se tient un **Festival Zéro Déchet** à Montréal, normalement en fin octobre et rassemble des milliers de curieux et adeptes, pour assister à des conférences et ateliers enfin de s'inspirer. (festivalzerodechet.ca)

L'Association québécoise Zéro Déchet s'est donné pour mission de sensibiliser et d'inspirer les citoyens, gouvernements, entreprises et groupes régionaux aux nombreux bienfaits du mouvement Zéro déchet pour l'environnement, la santé et la société québécoise. Nous utilisons maintenant nos propres sacs pour emballer notre épicerie. Le **bac Bleu** fait partie de notre quotidien pour les matières recyclables. Le **bac BRUN** est maintenant offert dans certaines municipalités pour la cueillette de matières compostables en suivant certaines règles. Par conséquent nous remarquons que le **bac NOIR** a perdu du poids avec l'arrivée de ses cousins.



Le zéro déchet est un mouvement qui s'inspire du **principe des 5R** (Refuser, Réduire, Réutiliser, Recycler, Composter – *Rot* en anglais). L'Association québécoise Zéro Déchet (AQZD) a décidé **d'ajouter un 6e R** pour Réparer! Les 6R nous fournissent des pistes pour réduire nos déchets à la source, de questionner l'ensemble de nos habitudes actuelles et de les changer. En allant plus loin que la simple intégration du recyclage dans la gestion des déchets.

REFUSER: non à la publicité dans la boîte aux lettres, non aux échantillons, non au verre en carton, etc. ;

RÉDUIRE: avant chaque achat se poser la question: Est-ce nécessaire? En as-tu vraiment besoin?

RÉUTILISER: acheter des produits que l'on peut réutiliser à l'infini ;

RECYCLER: recycler les matières dans le but de la réinsertion dans le cycle de production de nouveau produit ; certains produits doivent être apportés dans des points de collectes spécifiques et non dans le bac Bleu ;

COMPOSTER (ROT): dans la mesure du possible ne pas jeter ses déchets organiques à la poubelle ;

RÉPARER: la réparation contribue à prolonger la vie d'un produit.

Partout dans la province, des citoyens se rassemblent par dizaines pour former des groupes, où chacun tente à sa

façon de sensibiliser à la réduction des déchets, à la déconsommation, etc. Des internautes mettent en ligne des **blogs documentant leurs démarches** et de nombreux influenceurs publient des photos de leur bilan mensuel de déchet. De **grandes chaînes d'épicerie** ont également démarré une transition et **acceptent maintenant les contenants réutilisables des consommateurs**.

Sur le site internet du Canada, vous pouvez consulter les cours d'éducation et de formation disponible, les informations sont disponibles en français. (zerowastecanada.ca)



La démarche individuelle, est en train de prendre une dimension collective. Le but étant d'éliminer tous les rejets vers la terre, la mer ou les airs pour améliorer la santé planétaire, humaine, animale et végétale.! Zéro déchet est un objectif visionnaire!



Vivre avec une laryngectomie n'est pas la fin du monde...

Jean-Pierre Boisvert, laryngectomisé

Le 7 novembre 2017, j'ai échangé mon larynx pour me défaire d'un cancer et ainsi prolonger ma survie, pour boire et manger tout ce que je veux, pour bien respirer et être capable de parler. Je ne regrette rien car l'échange était à mon avantage, n'est-ce pas!

De plus en plus les ORL et les orthophonistes font appel à nous, les visiteurs-accompagnateurs de l'Association québécoise des laryngectomisés (AQL) pour rencontrer les patients à qui une laryngectomie totale a été proposée afin de démystifier la vie après la laryngectomie.

Vivre avec une laryngectomie, ce n'est pas la fin du monde et comme me disait un patient, on a juste à incorporer dans nos habitudes de vie quelques gestes qui n'en faisaient pas partie. Depuis 3 ans, j'ai pris conscience de certaines actions que je devais modifier et j'ai pensé partager avec nos lecteurs certaines expériences plus ou moins agréables et comment les éviter.

La respiration

J'utilise un filtre HME et par temps froid, la respiration est plus difficile. La raison est simple : l'humidité de mes poumons se condense dans le filtre HME au contact de l'air froid. Comme solution, j'utilise soit le filtre blanc fourni par le soutien aux laryngectomisés ou encore un cache-cou que je me suis procuré auprès de l'AQL. Même s'il se fait de la condensation juste devant le stoma, l'air

peut entrer dans mes voies respiratoires car le filtre n'obstrue pas le stoma. J'ai essayé le Laryngofoam avec plus ou moins de succès car celui-ci retient beaucoup l'humidité et peut même se décoller. Un ami me dit qu'il utilise le Laryngofoam et que celui-ci se sature d'humidité et dégoutte dans le stoma, ce qui le fait tousser. Il garde sur lui quelque chose pour éponger son Laryngofoam quand ceci se produit. Comme on peut le voir, il y a toujours moyen de s'en sortir.



Le même phénomène se produit lors d'une activité physique importante. On respire rapidement et par le fait même, plus d'humidité passe par notre stoma. Le filtre HME a été créé justement pour retenir l'humidité, alors il fait son travail et la respiration peut devenir plus difficile. La solution mentionnée ci-haut s'applique aussi bien dans cette situation.

Pour rester avec le filtre HME, si on doit travailler penché comme pour jardiner par exemple, il faut penser que nos sécrétions ont de la mémoire. Hé oui, on leur a appris que lorsqu'on se penche vers l'avant, c'est pour les faire sortir!!! Si on utilise un filtre HME dans cette situation,

*Pensée : « Si je ne prends pas de temps pour **ma santé**, je serai forcé à prendre du temps pour **ma maladie** ».*

surtout si on n'a pas évacué nos sécrétions avant d'aller travailler, elles vont tout simplement vouloir sortir et venir bloquer le filtre HME. Avec les mains dans la terre, ce n'est pas idéal de retirer le filtre HME afin de respirer. Alors en utilisant tout autre filtre, si la situation se produit, l'évacuation se fera sans vous empêcher de respirer, et il ne vous restera qu'à nettoyer ce filtre quand vous serez de retour dans la maison.

Le nez qui coule

Ayant été opéré par temps froid, j'ai découvert rapidement que mon nez réagit exactement comme avant : il coule par temps froid. Ça m'a surpris car en principe, comme je ne respire pas par le nez, il ne devrait pas réagir au froid. Mon ORL m'a expliqué que moi je sais que je ne respire pas par le nez, mais mon cerveau ne le sait pas et comme il ne sent pas d'air qui passe par le nez, il considère que celui-ci est bloqué et il envoie de l'eau pour aider à le dégager. Je suis bien content de savoir que mon cerveau fonctionne bien mais je n'ai pas d'autre solution à proposer que de se procurer un bon mouchoir de coton. Il est bien utile aussi pour se débarrasser des sécrétions. Est-ce possible de se moucher comme avant ? Oui pour les patients ayant une prothèse, car un porteur de prothèse peut bloquer la sortie d'air par le stoma et, en gardant la bouche fermée, une bonne expiration va aider à expulser le contenu du nez dans le mouchoir. Non pour les autres car le niveau de circulation d'air est insuffisant pour donner un résultat aussi satisfaisant qu'avant.

Vous aimez manger épicé ou encore une bonne soupe chaude. Dans les deux cas, cela produit plus d'humidité dans votre œsophage et ces vapeurs vont se rendre jusqu'à votre nez. C'est pourquoi vous aurez envie de vous moucher en appréciant cette nourriture.

Les éternuements

Avant la laryngectomie, j'étais de ceux qui ont des problèmes d'allergies saisonnières, la fameuse fièvre des foins. Un des avantages de la laryngectomie est de ne plus respirer par le nez et en conséquence, mes allergies saisonnières ont grandement diminué. Youppi ! Pourquoi je parle de la fièvre des foins, c'est à cause des éternuements. À ma grande surprise il m'arrive encore d'éternuer, moi qui croyais que c'était quelque chose qui ne pourrait pas se produire avec la laryngectomie. Ça fait 3 ans que je me demande comment il se fait que mon nez chatouille avec un envie d'éternuer. Quand ça part, ça me rappelle mes crises d'allergies saisonnières. Il arrive aussi que le chatouillement se produise dans ma trachée, probablement causé par des sécrétions séchées qui se

seraient détachées. Je peux éternuer sans arrêt pendant un bout de temps.

Je crois avoir compris le pourquoi. C'est à cause de quelques irritants qui se sont logés dans mon nez ou encore dans ma trachée, peu importe la source. En fait, le réflexe d'éternuement demeure intact après la laryngectomie mais l'éternuement n'est pas aussi puissant puisque l'air n'a plus la pression qu'elle avait avant la laryngectomie. D'où possiblement les éternuements multiples. Donc pour stopper la crise d'éternuement, on fait le ménage stoma-prothèse-nez. Pour moi, ça fonctionne et j'espère que ces explications qui n'ont rien de « prouvé scientifiquement » vous aideront.

Taux d'humidité dans la maison

Les écrits et la norme recommandent un taux de 50% d'humidité. Cela ne pose pas de problème pour le printemps, l'été et l'automne. Mais, une fois l'hiver venu c'est tout un autre problème. Avec le chauffage, le taux d'humidité baisse souvent autour de 30%. On peut toujours utiliser un humidificateur, mais il faut accepter d'avoir de la condensation et un écoulement d'eau dans les vitres de la maison. Un ami me dit qu'au lieu d'utiliser un humidificateur, car il aime avoir les vitres claires, « Lorsque je sens l'air trop sec, je porte un foulard humide autour du cou (surtout la nuit en me couchant), cela permet de garder la trachée plus humide et éviter ainsi un assèchement qui peut provoquer, occasionnellement, des saignements ».

La Covid !

On sait que les voies respiratoires sont très attirantes pour la Covid-19. Alors il faut bien protéger son stoma avec un filtre. Mais encore plus important, si on est porteur d'une prothèse trachéo-oesophagienne, il faut éviter de parler si nous ne sommes pas certains à 100% que nos mains sont très, très propres. Imaginez une main contaminée qui s'approche du stoma..., moi je ne veux pas l'imaginer. Je m'assure d'avoir bien désinfecté ma main droite, celle avec laquelle je ferme mon stoma, et je garde cette main dans ma poche. Ainsi je ne lui permets pas de se contaminer et je ne parle que lorsque c'est nécessaire, toujours en gardant mes distances.

Bon, je crois qu'on a fait le tour des principales actions à intégrer dans nos habitudes. J'espère que ces quelques lignes vont vous aider à mieux comprendre ce qui se produit et surtout à profiter de la vie sans encombre. Je vous reviens dans **le numéro de juin 2021 où je vous entretiendrai de mon expérience avec les liquides et la nourriture.**



Visiteur-accompagnateur auprès des laryngectomisés... un rôle certain

Les visiteurs-accompagnateurs se donnent sans compter pour aider les futurs opérés dans leur quête de comprendre « l'après laryngectomie ». Et ces derniers manifestent ouvertement leur reconnaissance. Certains même écrivent un mot à leur visiteur, comme cette dame après la rencontre du visiteur avec son époux qui doit être opéré quelques jours plus tard.

« Un petit mot pour vous remercier de votre intervention positive ce matin. Vous n'avez pas idée à quel point Charlotte et vous avez mis un baume sur nos écorchures nous étions atterrés, apeurés en pensant qu'il serait presque invalide à sa sortie ... une chose est certaine nous sommes très heureux d'avoir terminé nos rencontres avec vous. Nous avons quitté plus léger et relativement confiant. Félicitations pour votre bénévolat, c'est très grand. »

Les visiteurs, ayant vécu eux-mêmes ces moments difficiles, choisissent consciemment de « donner au suivant ». Si **devenir visiteur** vous intéresse, communiquez avec l'Association. On pourra vous informer davantage.

Merci à nos visiteurs! (D. St-Pierre Lafond)

P.S. : Chantal Blouet et Sylvie Appleby sont à mettre à jour le **BOTTIN DES VISITEURS-ACCOMPAGNATEURS**. Elles communiquent avec l'ensemble des visiteurs et font la tournée des services d'orthophonie qui reçoivent ces clientèles.

PROGRAMME
QUÉBÉCOIS
DE CANCÉROLOGIE

Congrès virtuel du Programme Québécois de Cancérologie

Les présentations PowerPoint du congrès 2020 du programme québécois de cancérologie des 12 et 19 novembre derniers ont été mises en ligne (www.msss.gouv.qc.ca/ministere/lutte-contre-le-cancer/congres-2020/). Parmi celles-ci on retrouve des témoignages de patients devenus formateurs, le virage engendré par la Covid-19 (bulle de soins, Télésanté, détresse, infirmières praticiennes, ...), les ressources d'aide en oncologie, l'aide au diagnostic, à la prescription et le développement technologique en oncologie, les ressources spéciales pour les jeunes atteints de cancer, les thérapies ciblées, ... et bien d'autres. (Doris St-Pierre Lafond)

COVID OBLIGE...

L'Association a dû déménager ses pénates pour permettre de respecter les règles de distanciation pour son CA de décembre, question de poursuivre son mandat malgré la pandémie et assurer le meilleur service dans les circonstances.

Vous êtes intéressés à assister virtuellement au Conseil d'administration de l'Association? L'association s'est maintenant équipée pour vous accueillir par ZOOM. Vous n'avez qu'à contacter Chantal Blouet au secrétariat pour connaître comment vous relier.



In memoriam

MADAMES: Anita Ballabey (Longueuil), Monique Pinard (Brossard) et Annie St-Yves (Longueuil).

MESSIEURS: Denis Audet (Dolbeau), Jean-Marie Baril (Ste-Marthe sur le Lac), Alain Choinière (Granby), Gervais Ducas (Montréal), Gaétan Gadoua (Châteauguay), Sylvain Gagnon (Longueuil), Gustave Painchaud (Québec) et Michel Parent (St-Cyrille de Wendover).

Nous offrons nos plus sincères condoléances aux familles éprouvées.

Nous vous sommes reconnaissants de nous aviser lors de la perte d'un être cher. (Chantal Blouet)

Saviez-vous que...



DISTRIBUTION GRATUITE DE COLLETS DE DOUCHE

L'Association distribue gratuitement le premier collet de douche depuis maintenant 9 ans. Les premiers ont été remis le 16 novembre 2011. Au total, 1209 collets de douche ont été donnés. Merci M. Lafortune pour cette belle initiative! (Chantal Blouet, secrétaire)

PRODUITS VENDUS À L'ASSOCIATION

L'Association vend aussi les collets de douche suivants, des cols de tricots, des couvre-stoma légers ADDvox, des bracelets d'alerte médicale classiques et des bandes de fixation à usage unique en Velcro pour canule trachéale, et ce au prix coûtant. Pour info, rendez-vous sur notre site web au www.aqlar.org



Statistiques sur les laryngectomies totales au Québec en 2019-2020

Entre le 1^{er} avril 2019 et le 31 mars 2020, il y a eu 61 laryngectomies totales au Québec tel que compilé par le MSSS. Selon leurs données, le nombre de laryngectomies totales est en décroissance au Québec comme en témoigne ce tableau:

2009-10	2010-11	2011-12	2012-13	2013-14	2014-15	2015-16	2016-17	2017-18	2018-19
126	145	122	110	122	107	109	105	76	69

HORAIRE DU SÉCRÉTARIAT DE L'ASSOCIATION

Le bureau de l'Association est ouvert DU LUNDI AU VENDREDI, sauf les jours fériés, de 9h30 à 16h00.

**En raison de l'accès restreint dû à la COVID-19, vous devez téléphoner avant de vous rendre*.*



Secrétaire administrative: Chantal Blouet
Adresse: Association québécoise des laryngectomisés
5565, rue Sherbrooke Est, Montréal, Qc H1N 1A2
Téléphone: Montréal et environs: 514 259-5113
Ailleurs, sans frais **1 844 285-2335**
Courriel: info@aqlar.org
Site Internet: www.aqlar.org
Pour vos achats en ligne (collets de douche, cols de tricots):
<https://aqlar.org/services/formulaires/>

Faire un don à l'Association via sa Fondation?



Par chèque adressé à Fondation de l'Association québécoise des laryngectomisés, 5565 rue Sherbrooke Est, Montréal H1N 1A2. Vous trouverez le formulaire au <https://aqlar.org/wp-content/uploads/2019/05/FAQL-Formulaire-Don.pdf>



Via Canadon. Rendez-vous sur notre site web au <https://aqlar.org/donnez/>.



Par une collecte de fonds que vous pouvez effectuer sur Facebook à l'intention de l'Association. Voyez la procédure sur notre site Web <https://aqlar.org/donnez/>. Si vous n'avez pas d'internet ou de Facebook, demandez à quelqu'un de votre famille ou de votre entourage de créer cet événement pour vous.