

Expression d'une *Nouvelle Voix*

Revue périodique publiée par
l'Association québécoise des laryngectomisés

Volume 44, n° 4, Octobre – Novembre – Décembre 2022

Meilleurs Voeux

Une étoile dans les yeux
Et des chansons plein la tête
Une étoile dans les yeux
Une étoile fait la fête....
Que ce moment privilégié qui vous rapproche
des vôtres soit le prélude d'une année 2023
en santé et remplie de mille petits bonheurs!

Best Wishes

A star in the eyes
And songs in the head
A star in the eyes
A star celebrates....
May this moment that brings you closer
to yours be the prelude to a healthy 2023
filled with a thousand little happiness!

**C'est le temps de RENOUELER VOTRE COTISATION pour l'année qui vient.
Vous pouvez effectuer votre paiement à l'aide du formulaire inclus dans cet envoi
ou en ligne au www.aqlar.org/services/formulaires/. Merci de votre soutien!**

Merci aux membres du CA sortant

Plusieurs membres, après de nombreuses années de présences et de services au sein de l'Association, ont décidé de ne pas renouveler leur participation au CA cette année. Il s'agit de :



Yves Ouellet

Yves a été membre du CA à l'époque de l'Association de Montréal, de la Fédération, de la Fondation, et de l'actuelle AQL, où il a exercé également comme président. Il s'est impliqué activement comme visiteur-accompagnateur dans plusieurs hôpitaux de la région Est et Ouest du Québec, où lui et son épouse Noëlla ont établi un modèle d'approche à deux auprès des nouveaux opérés et de leurs conjoint(e)s.



Son épouse Noëlla Boily

Noëlla a très vite été impliquée elle aussi comme membre des divers regroupements et son approche d'accompagnement auprès des conjoint(e)s a été fort appréciée. Yves et Noëlla ont aussi rencontré à maintes reprises les étudiants en soins infirmiers de plusieurs cegeps pour leur permettre de se familiariser avec la problématique entourant la laryngectomie totale. Ils ont été des participants actifs de toutes les fêtes. Ils demeurent tous deux disponibles à l'hôpital de leur secteur pour rencontrer les nouveaux opérés.



Johanne Drainville est impliquée depuis 2016 au sein des regroupements, Associations, Fédération et Fondation où elle a occupé les postes de secrétaire. Elle a été, avec Yves et Noëlla, de l'organisation de bon nombre d'activités sociales, Dîner de reconnaissance, Party de Noël, Levées de fonds, ... Elle était de toutes les fêtes.



Michel Teasdale a été impliqué comme membre et trésorier des divers regroupements depuis 2013. Il est le grand maître-d'œuvre de la réorganisation administrative de ce qui était à l'époque l'Association des laryngectomisés de Québec, l'Association des laryngectomisés de Montréal et la Fédération des laryngectomisés du Québec, devenue l'Association québécoise des laryngectomisés: le nombre limité de laryngectomisés et de bénévoles exigeant une telle démarche. Il demeure un participant actif aux rencontres des étudiants de cegep et, avec son épouse Sylvie Appleby, poursuit les rencontres préopératoires des futurs opérés du larynx.

Un **immense merci** à chacun de vous: à votre façon, vous avez été, et demeurerez toujours, un maillon substantiel de l'évolution des services aux laryngectomisés du Québec.

Dans un numéro ultérieur, nous vous présenterons la nouvelle composition du CA.

S O M M A I R E

- 1 Meilleurs vœux
- 2 Merci aux membres du CA sortant
- 3 Gabriel Croze : « Il faut ce qu'il faut »
- 4 Ça y est, on reprend les Cafés-rencontres : visite à Sherbrooke... Nouveaux membres
- 5 Utilisation des protecteurs trachéaux: un aperçu des résultats du sondage
- 7 Inhealth Canada
Recours collectif VS
Compagnies de tabac
In memoriam
- 8 Saviez-vous que...
Horaire du secrétariat de l'Association
Faire un don à l'Association via sa Fondation ?

Comité de la revue, planification et rédaction :

*Sylvie Appleby,
France Fontaine,
Doris St-Pierre Lafond*

Secrétariat provincial :

Chantal Blouet

Collaborateur à ce numéro :

*ce numéro a été produit par
les membres du comité.*

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

Téléfax : 514 259-8946

info@aqjar.org

www.aqjar.org

© 2022 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.



Gabriel Croze : « il faut ce qu'il faut »

Doris St-Pierre Lafond, bénévole

Année 2010 : difficulté à avaler, gorge qui pique, visite au médecin de famille, transfert en ORL, biopsie : cancer du larynx. 36 traitements de radiothérapie et 3 de chimiothérapie : ça s'est bien passé, un peu de fatigue, sans plus. Mais...il y a un mais... le cancer n'est pas disparu. Gros fumeur pendant plus de 40 ans : « C'est un cancer de la cigarette M. Croze ! » de dire Dr Guertin à l'Hôpital Notre-Dame. M. Croze arrête de fumer sur le champ, comme ça, sans patch ni gomme ni bonbon. Sans regret, c'est ce qu'il peut faire pour contribuer à sa survie. Mais il a toujours son briquet en poche, même aujourd'hui, 12 ans après. « Ça peut servir quand même ! ». On lui dit que l'alcool ne fait pas bon ménage avec des tumeurs cancéreuses. Il ne buvait pas beaucoup mais décide d'arrêter net : pas une goutte depuis 2010 ! Ce sera donc une laryngectomie totale que devra subir M. Croze : il faut ce qu'il faut, rassuré du bon pronostic envisagé par son ORL. Mais madame réagit fort « Venez dans mon bureau, on va en discuter » de dire Dr Guertin. Madame est rassurée, ils ont confiance d'être entre très bonnes mains « C'est le meilleur ! ». Et, le couple de dire « On a pas le choix ». Il faut ce qu'il faut.

En postop, on lui remet un larynx artificiel mais il n'aime pas la sonorité : « Pourquoi n'y a-t-il encore rien d'inventé de mieux que ça ? ». De retour à la maison, il s'en servira auprès des petits enfants pour jouer au robot mais utilise plutôt un tableau blanc effaçable. Et parfois, il cogne sur la table pour que sa femme occupée à autre chose prenne connaissance qu'il veut lui parler : elle n'aime pas trop ! Il entre bientôt dans un groupe d'apprentissage de la voix œsophagienne mais après quelques mois, « il n'a pas assez d'air ». Il aura alors une fistule trachéo-oesophagienne suivi de l'installation d'une prothèse. Et là il peut parler et changer sa prothèse lui-même. Mais ça le fait tousser, ce qui inquiète madame à chaque fois. Puis, après un incident où il perd sa prothèse et se rend à l'urgence de l'hôpital le plus proche et doit enseigner quoi faire à la gentille infirmière qui le reçoit, son orthophoniste Émilie Royal-Lajeunesse lui installe une prothèse à port prolongé. « Quel beau cadeau que cette Émilie ! » de dire son épouse.

Et puis après... Propriétaire avec son épouse d'une ferme maraîchère, ils sont tous deux également chauffeur/e d'autobus scolaire, lui pendant 48 ans et elle 35 ans. Des enfants ? « Deux belles filles, 3 petits-enfants et 2 arrière-petits-enfants ». Après 18 mois de congé maladie, M. Croze questionne le propriétaire des autobus scolaires à savoir s'il peut retourner travailler « Viens-en, j'ai besoin de toi ! ». Et c'est ainsi qu'il reprend la route jusqu'à tout récemment. « Est-ce que les enfants vous posent des questions ? » Les petits oui, les ados non, ils pitonnent sur leurs cellulaires ! ». Madame le dit : « C'est un GRAND parleur ! » : ses restrictions, bien sûr, les repas, le bruit, quand il y a beaucoup de monde. Les invitations à souper à quelques personnes, là ça va.

La ferme est vendue depuis 2012 mais ils habitent toujours au même endroit lorsque, en 2021, une tornade s'abat sur leur maison, arrachant le toit et même la partie supérieure au-dessus des fenêtres. Ils ne sont heureusement pas à la maison. Découragés ? Non. « Ça nous donnerait quoi ? La vie c'est ça, on va le prendre ». Séjour à l'hôtel, maison temporaire, puis déménagement avec une de leur fille en « intergénérationnel ». Heureuse décision : « on se sent en sécurité ». Tout un exemple de résilience, cette capacité à s'adapter positivement devant l'adversité. Un couple qui, depuis 51 ans de vie commune, ont voyagé ensemble dans ce que la vie leur a apporté.



Le mot de la fin : « Si vous étiez invité à parler à des jeunes qui fument. Que leur diriez-vous ? » « À cette âge-là, si on donne un conseil, ils font le contraire. Je leur dirais plutôt « Fais ce que tu veux, mais regarde ce que ça donne ! ».

Grand merci M. Mme pour avoir accepté cette entrevue et pour votre générosité à transmettre votre expérience.



Ça y est, on reprend les Cafés-rencontres : visite à Sherbrooke ...

Doris St-Pierre Lafond, bénévole

C'est le 12 septembre dernier que s'est amorcé le retour des Cafés-rencontres après plus de 2 ans d'absence « forcée ». France Fontaine, Jean-Pierre Boisvert et son épouse Doris, se sont joints à moi, à l'équipe

des orthophonistes du CHUS, Mélanie Couture et Sara Gagné, et à Dominique Gillis de la compagnie ATOS Medical, pour accueillir les 16 personnes de la région qui sont venues nous rencontrer et « se » rencontrer. En effet, après les présentations d'usage, un bref résumé de l'état de situation du Recours collectif contre les cigarettiers, la discussion s'amorçait avec la grande question : comme laryngectomisé, qu'est-ce que vous aimeriez changer ou améliorer et, surtout, quelles solutions pour y arriver ? En un rien de temps, les mains se sont levées et les bonnes idées se sont déployées, peu importe le niveau de communication de chacun : les laryngectomisés présents étaient à l'aise de participer, sachant fort bien qu'ils étaient au bon endroit pour qu'on comprenne leur situation.

On a discuté quoi faire : face à l'annonce du diagnostic qui plonge dans « l'enfer », quand quelqu'un démontre



sa curiosité face à un laryngectomisé, quand les sécrétions abondantes perturbent les activités, quand on a de la difficulté à parler en se levant le matin, quand la crainte de l'invalidité nous assaille,

quand on est à table et que manger et parler ne vont pas de pair... ! Les personnes ont eu aussi beaucoup de temps pour jaser informellement entre eux. On a surtout bien ri : la déprime n'était pas au rendez-vous chez nos participants ! Après le lunch, c'est amorcé l'Atelier clinique avec la présentation de Dominique Gillis d'ATOS sur l'impact de la trachéotomie et de la perte de respiration nasale sur les voies respiratoires et comment l'utilisation d'un *Échangeur d'air et de chaleur* (HME) peut contribuer à améliorer les choses. Les laryngectomisés ont eu la chance de voir les produits et, pour certains patients du CHUS, d'en faire l'essai grâce à la participation de Mélanie et Sara.

Merci à ce beau groupe pour leur participation et à nos hôtes pour leur accueil. Surveillez nos invitations pour les prochains Cafés-rencontres.

Nouveaux membres

Mesdames

Laurence Beaudin (Sept-Iles), Francine Dionne (Ayer's Cliff), Lise Larue (Price) et Ellen Truax (Stanbridge Station).

Messieurs

Renaud Ayotte (Rivière-Beaudette), Guy Blouin (Yamachiche), Normand Bonhomme (Salaberry-de-Valleyfield), André Bonneville (Candiac), Steven Carrier (Sherbrooke), Rénaud Cossette (St-Etienne-des-Grès), Pierre Côté (Shawinigan), Jean Deschênes (St-Jean-de-Matha), André Dion (Sherbrooke), Léon Drapeau (St-Amable), Pierre Émond (Salaberry-de-Valleyfield), René Guillemette (Shawinigan), Danny Lemieux (St-Jérôme), Richard Lépine (Joliette), Valère Létourneau (Cap-Santé), Mauricio Pacheco Martinez (ND Île Perrot), Richard Mercier (Trois-Rivières), Luc Rhéaume (Salaberry-de-Valleyfield), Patrick St-Denis (Montréal) et Jean-Yves Vachon (Longueuil).

Besoin d'un coup de pouce ?

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



Utilisation des protecteurs trachéaux : un aperçu des résultats du sondage!

Doris St-Pierre Lafond, bénévole

En septembre dernier, en accompagnement de la revue, l'Association lançait un sondage sur l'utilisation des protecteurs trachéaux, le plus souvent appelé «filtres». Un sondage, c'est faire le portrait de la situation pour apprécier ce qu'il en est. Ce sont des appréciations qualitatives de nos patients. Vous avez été nombreux à répondre à l'appel: 181 laryngectomisés ont complété le sondage et même 100 parmi eux ont utilisé la case commentaire pour poser des questions, faire des suggestions, remercier ceux qui leur permettent de soutenir leur qualité de vie, etc. **GRAND MERCI À TOUS!** Au moment de la tombée pour cette revue de décembre (tombée: 25 octobre), l'étude des résultats suivait son cours mais on vous en donne un aperçu général, les résultats complets seront mis sur notre site Web lorsque complétés.

Opéré depuis quand?		Le mode de communication habituel?	
Moins d'un an	13%	Prothèse trachéo-œsophagienne	37%
1 à 5 ans	30%	Voix œsophagienne	26%
6 à 10 ans	24%	Larynx artificiel	23%
11 à 20 ans	17%	Tablette	2%
Plus de 20 ans	14%	Chuchotement	10%
Inconnu	2%	Autre (écriture...)	9%



Filtre en coton ajouré



Filtre-mousse à cordons



Filtre-mousse à adhésif



HME avec bouton



HME Mains-libres



quand ils ont été opérés, puis quel mode de communication leur est habituel. 13 personnes ont mentionné utiliser plus d'un moyen de communication, d'où un résultat supérieur à 100% à ce tableau.

Quels filtres sont utilisés par nos répondants ?

On se doutait bien que plusieurs filtres étaient utilisés par bon nombre de laryngectomisés pour répondre à leurs différents besoins, par exemple selon la saison, la quantité de sécrétions, la sécheresse des lieux ou le niveau d'effort physique à réaliser. Aussi, avec les années depuis leur chirurgie, leurs besoins ont évolué, de dire plusieurs.

Quelles proportions de nos 181 répondants utilisent chacun des filtres, que ce soit régulièrement ou occasionnellement?

Le grand gagnant? Le filtre en coton ajouré, 74% l'utilisent, suivi du filtre-mousse à adhésif avec 49% d'utilisation, puis du filtre-mousse à cordons avec 35% d'utilisation. Le HME à bouton n'est utilisé que par 16% des répondants et le mains-libres que par 7%.

Est-ce que tous ces filtres sont connus de la clientèle?

À peine 2% disent ne pas connaître le filtre en coton ajouré, il en va de même avec 14% pour le filtre-mousse à cordons et 18% pour le filtre-mousse à adhésif. Pour les filtres HMEs, qui ont beaucoup moins d'utilisateurs, non seulement 42% à 45% des répondants (HME à bouton/HME mains-libres) ont coché ne pas le connaître mais un additionnel 18 à 27% n'ont pas répondu à cette question, ce qui peut laisser supposer que 60 à 76% de la clientèle n'ont pas de connaissance ou possiblement de souvenir de ces produits.

Ouf! Beaucoup de chiffres! Une analyse plus approfondie nous permettra de savoir si le temps écoulé depuis la laryngectomie influence à la fois le port de l'un ou l'autre filtre ou le fait qu'un certain pourcentage des répondants ne les connaît pas.

Voyons d'abord les résultats pour les filtres les plus utilisés, soit le filtre en coton ajouré, le filtre mousse à cordon et le filtre-mousse à adhésif.

Qui sont ces 181 répondants?

Les tableaux ci-dessus résument le statut de nos membres qui ont répondu au sondage. D'abord, depuis

On a regardé le pourcentage d'appréciation sur le plan esthétique chez les porteurs de chacun des filtres. Il est certain qu'il s'agit d'une fourniture à caractère médical et que la fonction protectrice est d'abord le premier critère. Tout de même, si on compare les résultats obtenus, c'est le filtre-mousse à adhésif qui a la palme avec 68% d'appréciation, des filtres en coton ajouré avec 42% et finalement 41% pour les filtres-mousse à cordons. En ce qui a trait au confort, c'est le filtre-mousse à cordons qui obtient la plus haute note avec 47%, suivi des filtres-mousse à adhésif avec 44%, puis du filtre en coton ajouré avec 40%. La plupart répondent que leur filtre tient bien en place dans des proportions allant de 61 à 75%. Toutefois, pour ces 3 filtres, certains ont ajouté qu'ils arrivent à les tenir en place grâce à des ajustements-maison comme des attaches Velcro, des épingles, un élastique ou un collant.

Sur le plan respiratoire, le filtre qui est identifié comme permettant une respiration la plus aisée est le filtre en coton ajouré avec 83%, suivi du filtre-mousse à cordon avec 76% et 75% pour le filtre-mousse à adhésif. Est-ce que ces filtres réchauffent l'air? À cette question, le filtre-mousse à cordon recueille 67%, celui à adhésif 57% et 51% pour le filtre en coton ajouré. Pour ce dernier, plusieurs mentionnent qu'ils doivent ajouter une protection pour le froid. Est-ce que les filtres permettent de réduire la sécheresse des voies respiratoires? Oui dans 37% seulement des cas pour le filtre en coton ajouré, 45 % pour le filtre mousse à cordons et 55% pour le filtre-mousse à adhésif.

Que retirer de ce court aperçu? Les répondants trouvent que le filtre ajouré permet de bien respirer mais est moins performant à réchauffer l'air et à réduire la sécheresse. Côté confort, les 3 filtres sont similaires mais demandent chacun parfois des ajustements maison pour satisfaire pleinement. Le filtre-mousse à cordons est apprécié pour un certain confort, pour son apport à réchauffer l'air, et pour sa contribution à réduire la

sécheresse des voies respiratoires. Finalement, le filtre-mousse à adhésif domine au chapitre esthétique et pour sa capacité à réduire la sécheresse au niveau respiratoire: il suit de près le filtre-mousse à cordon pour son confort et une certaine capacité à réchauffer l'air.

Et que dire des HME

Comparé aux autres filtres, peu de laryngectomisés utilisent des HME malgré qu'ils soient disponibles de longue date et que les études se multiplient sur les bienfaits potentiels sur le plan respiratoire. À l'item « Quand je parle avec un HME, ma voix est bonne », 91 % des répondants disent que oui. Pour les autres items, certains ont répondu, d'autres non, d'autres partiellement. Vu le nombre restreint d'utilisateurs, la représentativité est plus faible. Mais, la plupart ont remplacé leur réponse à certaines questions par des commentaires décrivant leur satisfaction à l'égard de ces produits comme celui-ci: « Je paye de ma poche mais c'est une belle qualité de vie. J'adore les HME, je retrouve pas mal ma vie d'avant ». Parmi les items davantage cochés, soit au moins par la moitié des répondants: « il me permet de respirer aisément », « il tient bien en place » « il réchauffe l'air de mes poumons » et « il réduit la sécheresse de mes voies respiratoires ». Comme les autres filtres, il exige adaptation et flexibilité selon les activités ou l'environnement. C'est le coût de ces dispositifs qui gêne: 70% ont répondu qu'ils trouvaient leur usage dispendieux comme ce répondant: « Je crois que les HME devraient être gratuits. Ce n'est pas un luxe surtout que je n'ai pas un gros revenu depuis ma maladie ».

Chacun des filtres a démontré son utilité, soit pour un usage régulier ou occasionnel. Tous les filtres ne sont pas utiles pour tout le monde, ni pour toutes les circonstances ni pour toutes les étapes dans le vie d'une personne laryngectomisée. Les professionnels, avec leur patient, déterminent le(s) choix le(s) plus judicieux. Mais, hors programme de gratuité, les HMEs ne sont pas actuellement universellement accessibles.

Pour remercier les participants, nous avons procédé ce mercredi 12 septembre au tirage d'une carte-cadeau d'une valeur de 100\$, au choix du gagnant. C'est madame Estelle Larocque qui a eu l'honneur d'y procéder en présence des membres du Comité du sondage.

ET LE GAGANT EST... Jean-Marie Lapointe, de Montréal.

Félicitations et merci de tout cœur pour votre participation.





INHEALTH TECHNOLOGIES, fabricant de produits de restauration de la voix et des systèmes de réadaptation pulmonaire BLOM-SINGER, en plus de produits d'oto-rhino-laryngologie, annonce l'installation de sa nouvelle compagnie canadienne Inhealth Canada depuis le 1er août 2022, se rapprochant ainsi de sa clientèle canadienne. Ils produisent entre autres des prothèses trachéo-oesophagiennes et leurs accessoires et des Échangeurs d'air et de chaleur souvent connus par leur acronyme anglais HME. Pour en savoir plus : <https://inhealth.com/canada>



Recours collectifs VS Compagnies de tabac

Imperial Tobacco – Rothmans – Benson & Hedges – JTI MacDonald

Depuis le dépôt de la demande de Recours collectif le 10 septembre 1998,

Mars 2022 : **8^e report** : Suspension des procédures. Les Compagnies obtiennent un sursis jusqu'au 30 septembre 2022

28 sept 2022 : **9^e report** : Les compagnies de tabac demandent une suspension des procédures de 6 mois devant le juge McEwen de la cour supérieur de l'Ontario.

Les Compagnies obtiennent un nouveau sursis de 6 mois (28 MARS 2023).

Rappelons les critères pour s'inscrire :

1. Avoir fumé, avant le 20 novembre 1998, au minimum 12 paquets/année
2. Avoir été diagnostiqué avant le 12 mars 2012
3. Voici l'adresse pour s'inscrire pour ceux qui sont admissibles <https://recourstabac.com>
(France Fontaine, laryngectomisée)



Nous déplorons le décès de M. Denis Goineau survenu le 21 octobre 2022, que l'on aperçoit ici avec sa famille au moment où il recevait le prix Hommage de l'Association lors du Dîner de reconnaissance le 27 mai 2018. Laryngectomisé en 2008, M. Goineau retournait au travail seulement 2 semaines après sa chirurgie, alors qu'il occupait deux emplois. Rapidement, il devient un visiteur-accompagnateur fort apprécié auprès de plusieurs hôpitaux, Verdun, Maisonneuve-Rosemont, Anna Laberge, CHUM, et se concentrant sur Pierre-Boucher et Charles-Lemoyne. Il a également été membre du CA de l'AQL comme directeur de 2018 à 2022.

« Quand la vie n'est plus vivable, la mort met fin à la souffrance. Mais elle laisse ceux qui restent dans une profonde douleur. C'est par amour qu'on accepte leur départ, on ne peut pas les retenir.

Soyons reconnaissants pour les moments partagés »

In memoriam

MADAME

Cécile Destrempe (St-Cuthbert).

MESSIEURS

Gérard Angers (Longueuil), Paul Beaulieu (Trois-Rivières), Salim Charestan (Laval), Roger Côté (Québec), Maurice Gagnon (Québec), Gilles Langlois (Plaisance), Jacques Mainguy (St-Alphonse-Rodriguez), Yves Marinier (Gatineau), Rodier Ouellet (Matane), Paul Pomerleau (St-Léonard) et Michel Rouleau (Québec).

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...

- ➔ Vous êtes invités à vous inscrire à notre première SESSION D'INFORMATION ET D'ÉCHANGE EN VIRTUEL (WEBINAIRE) qui aura lieu le **jeudi 26 janvier 2023** et aura pour thème **LES PROTECTEURS TRACHÉAUX**. Un projet conjoint CHU de Québec - Université Laval, CHUM, Hôpital général juif (HGJ) et AQL. Voir les détails pour vous inscrire dans l'encart accompagnant cette revue et dans notre Infolettre de décembre. Une première expérience pour vous? Une fois inscrit, on vous enverra le lien pour vous «brancher».
- ➔ Nous avons malheureusement dû annuler le **Café-rencontre de Gatineau**, faute de participants. Des Cafés-rencontres auront lieu dans d'autres régions en 2023.
- ➔ Le **PARTY DE NOËL** n'aura pas lieu cette année contrairement à ce qui était annoncé. Plusieurs éléments, dont la difficulté d'obtenir une salle à coût raisonnable et l'incertitude quant à l'évolution de la pandémie, ont joué dans la balance.
- ➔ **SITE WEB**: depuis le numéro de septembre de la revue, en moyenne 188 personnes ont visité le site Web de l'Association à chaque semaine, une augmentation de 50 personnes par semaine depuis juillet. Les sujets d'intérêt demeurent: en premier lieu, «Le Recours collectif contre les cigarettiers», en second lieu, «Les moyens de communication après une laryngectomie», puis «Faire face au cancer, aider son conjoint» et, finalement, les «Actualités».

HORAIRE DU SÉCRÉTARIAT DE L'ASSOCIATION



HORAIRE DE FÊTES

En raison du congé des fêtes, le bureau de l'Association sera fermé les semaines du 26 décembre 2022 et du 2 janvier 2023. Retour à l'horaire habituel le 9 janvier 2023, soit du lundi au vendredi, de 9h30 à 16h00*. **Prévoyez à l'avance vos achats de fournitures!**



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 de **fournitures** (collet de douche, cols de tricot, couvres-stoma, bracelet d'alerte médicale et bandes de fixation en Velcro pour canule trachéale): <https://aqlar.org/services/formulaires/>

***Il est recommandé de téléphoner avant de vous rendre.**

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.