



Trouver sa raison d'être après une laryngectomie... à 32 ans!

Nancy Quirion, laryngectomisée

savoir ce qui nous attendait.

Lors de mon bilan de santé annuel, mon médecin palpa un ganglion au niveau de mon cou. Il me prescrit alors des examens que j'ai fini par passer sept mois plus tard. Le 5 mai, j'avais une toux qui s'intensifiait, j'ai dû consulter à l'urgence. J'ai été très surprise lors de mon entretien avec l'urgentologue d'apprendre que si mon état se détériorait, il ne pouvait rien pour moi. Imaginez mon sentiment à ce moment. J'ai donc été transférée d'urgence à l'IUCPQ (Institut universitaire de cardiologie et de pneumologie de Québec). Admise aux soins intensifs, pour passer d'autres tests. Le diagnostic préliminaire tomba; j'avais enfin une réponse. Une tumeur maligne de stade 3. Je devais donc subir une biopsie pour avoir le pronostic final.

Le 29 mai j'allais enfin avoir ma biopsie. À mon arrivée, l'anesthésiste m'expliqua qu'elle allait m'intuber réveillée vu ma condition. Je ne pourrai jamais vous expliquer ce qui s'est passé entre le moment où ils m'ont endormie pour la biopsie et ce qui a suivi. Je me suis

réveillée, encore sur la table d'opération, étouffée par le tube dans ma gorge. Je n'arrivais plus à respirer et personne ne m'aidait. Je me donnai donc un élan pour l'arracher, mais au moment d'y parvenir, un médecin m'attrapa la main. Je lui serrai la main tant que j'ai pu. Puis, plus rien. Le noir total.

Après cette biopsie, j'ai été de nouveau admise aux soins intensifs en attente des résultats. On m'expliqua tous les scénarios possibles, étant donné que la tumeur pressait contre ma trachée et que j'étais en train de mourir étouffée. Les médecins devaient agir rapidement. Le 4 juin 2014, la journée de notre anniversaire de mariage, lorsque le médecin rentra dans ma chambre, je savais que le diagnostic allait être mauvais. Carcinome adénoïde kystique, un cancer des glandes salivaires. Je devais subir une laryngectomie totale. DR Camiré m'offrait de retarder l'opération pour que je puisse aller voir mes enfants. J'avais la chance de leur expliquer ce qui allait arriver.

Le 9 juin 2014, allongée sur ma civière, je regardais les gens présents ce matin-là, à mes côtés, en me disant que je devais être forte pour eux. Pour être honnête, je m'étais tellement accrochée au 1% de chance qu'il puisse sauver mes cordes vocales. Ce fut la première chose que je demandai à ma mère avec mes yeux à mon réveil. Je ne sais pas pourquoi, mais elle a su ce que je demandais. Lorsqu'elle me fit signe que non de la tête, j'ai senti des larmes couler sur mes joues. Toute leur



Notre président, Jean-Guy Gagnon, n'est plus...

Voyez l'hommage que l'Association lui a rendu lors de ses funérailles en page 5



Nancy Quirion et ses trois enfants

d'espoir venait de s'éteindre. J'étais à présent une laryngectomisée de 32 ans. Les jours qui ont suivi furent difficiles moralement. Tous les miroirs étaient recouverts d'une serviette et à chaque fois que je marchais devant une fenêtre, mes yeux fixaient le sol... Je ne voulais pas voir ce que j'étais devenue. Jusqu'au jour où une infirmière me fasse savoir que, si je voulais sortir de l'hôpital pour retrouver

mes enfants, je devais faire mes soins. Je devais donc me regarder dans la glace. Tous ceux qui me connaissent savent que mon cœur bat, encore aujourd'hui, pour mes 3 enfants. Dès cet instant, j'ai mis ma fierté de côté et je me suis mise à me regarder de nouveau et à apprendre tout ce que je devais savoir sur la laryngectomie totale.

De retour à la maison, le vrai combat allait bientôt commencer : la vie dans la société. L'été fut plutôt difficile psychologiquement. Devant les autres j'affichais un beau sourire, mais en réalité, je pleurais sans cesse. Un soir, alors que je pleurais encore, ma fille du haut de ses 6 ans, plongea ses yeux dans les miens et elle me lança avec tant d'émotion : « Maman, je suis tannée que tu pleures, je t'aime et j'ai besoin de toi. » J'ai besoin de toi, sans le savoir, elle venait de me sauver la vie. J'ai reçu la plus belle leçon. Nous étions maintenant en août 2014 et je commençais mes 28 traitements de radiothérapie. Ils furent pénibles. La trachée brûlée, une toux persistante, médicamentée pour essayer de calmer la toux lors des traitements et des brûlures au deuxième degré sont ce que j'ai vécu pendant des semaines. De plus, je devais porter ma canule en permanence, retardant mon apprentissage de la voix trachéo-œsophagienne. Un sentiment d'impuissance m'envahissait. Si j'étais incapable de m'occuper de mes enfants, à quoi j'allais être bonne ? Je sombrai alors dans une dépression qui me perturba pendant plus d'une année.

L'hiver 2015 a été épuisant, mais je m'accrochais toujours à mes enfants. En mars, je commençais mes cours pour apprendre la voix œsophagienne. Il me suffit d'une seule session pour apprendre à parler. Plus rien ne pouvait m'arrêter. Je retrouvais goût à communiquer avec les autres. En 2016, la vie était redevenue comme avant. Je travaillais comme technicienne comptable, j'étudiais à l'université et je m'impliquais dans la vie de mes enfants. Je m'étais donné comme mission d'être toujours présente pour eux. Ils m'ont donné un but dans la vie et je me devais d'être la meilleure version de moi-même pour eux. Depuis 2016, on peut dire que je n'ai fait que surmonter cette épreuve que la vie a mise sur ma route. J'ai appris à prendre soin de moi et à m'aimer. Je m'entraîne, je joue au dek hockey et j'accompagne mes enfants dans leur sport. Bref, je n'arrête pas un instant. Je profite de cette opportunité que la vie m'a offerte. D'avoir eu la chance de voir mes enfants grandir et bientôt mes petits-enfants, j'espère bien. **Si j'avais un message à lancer à un futur laryngectomisé, c'est que : ce ne sera pas facile, mais ça en vaut la peine. Il suffit de trouver sa raison d'exister.**

S O M M A I R E

- 1 Trouver sa raison d'être après une laryngectomie ...à 32 ans!
- 3 Trucs et astuces pour une escapade estivale réussie
- 4 Trucs et astuces d'une trachéotomisée
- 5 Notre président Jean-Guy Gagnon n'est plus...
In Memoriam
- 6 Des avancées oncologiques
Vous connaissez l'International Association of Laryngectomees ?
- 7 L'Association était au Cegep de Chicoutimi le 14 avril
Nouveaux membres
- 8 Rappel. Assemblée générale annuelle
Recours collectif contre les cigarettiers : suivi
Horaire du secrétariat de l'Association
Faire un don à l'Association via sa Fondation ?

Comité de la revue, planification et rédaction :

Sylvie Appleby,
Louise Charbonneau
France Fontaine,
Doris St-Pierre Lafond

Secrétariat provincial :

Chantal Blouet

Collaborateur à ce numéro :

Louise Boisvert, Céline Chahal,
Amélie Gagné, Nancy Quirion

Infographie : Louise Besner

Service d'infographie Point Virgule inc.

Correction : le comité de la revue

Tirage : 1000 copies

Association québécoise des laryngectomisés

5151 boul. de l'Assomption,
Montréal (Québec) H1T 4A9
Tél. : 514 259-5113

Tél. sans frais : 1 844 285-2335

info@aqjar.org

www.aqjar.org

© 2025 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.



Trucs et astuces pour une escapade estivale réussie

Amélie Gagné M.P.O., orthophoniste — Spécialiste clinique, InHealth Technologies Canada

En juin, les rayons du soleil se réchauffent et on commence à planifier la belle saison. Les occasions de sortir de chez soi sont souvent plus fréquentes en été: une invitation à visiter la famille en Gaspésie, un séjour dans un chalet, une escapade en moto ou même un voyage à la plage ou sur un autre continent! Partir en escapade quand on est laryngectomisé demande un peu plus de préparation que de mettre son costume de bain dans sa valise. Que vous pensiez partir en voiture, en avion, ou en autobus, voici quelques astuces pour que vous soyez prêt pour une escapade sans stress.

- 1. Les soins médicaux à destination:** Avant de partir, renseignez-vous sur les soins médicaux disponibles à votre destination (hôpitaux, ORL, cliniques). Vous pourrez ainsi vous y référer en cas de besoin.
- 2. Vérifier les assurances si vous changez de pays:** Si vous partez à l'étranger, assurez-vous que votre couverture médicale fonctionne dans le pays où vous allez et renseignez-vous sur les frais médicaux en cas d'urgence. Vérifiez aussi les détails: est-ce que votre assurance couvre les soins en lien avec la laryngectomie? Il est toujours préférable d'être bien informé pour ne pas avoir de mauvaise surprise!
- 3. Informations médicales personnelles:** Ayez sous la main les informations médicales nécessaires en cas d'urgence. Par exemple, apportez une fiche contenant: votre nom, votre date de naissance, la date de votre laryngectomie, ainsi que les coordonnées de votre hôpital, de votre ORL et de votre orthophoniste. Si vous utilisez une prothèse trachéo-oesophagienne, écrivez aussi le modèle et la longueur de prothèse que vous portez. En plus de cette fiche, il peut être utile de porter sur soi une carte ou un bracelet d'alerte médicale qui identifie que vous êtes laryngectomisé.
- 4. Faire sa valise:** Apportez avec vous tout le matériel nécessaire en lien avec votre laryngectomie.

La liste est personnelle à chacun mais voici quelques exemples d'indispensables: cotons-tiges, fioles d'eau saline, mouchoirs, miroir, source de lumière, pinces, protection pour la douche, canule et ses accessoires... Apportez aussi suffisamment de filtres pour couvrir votre stoma pendant le séjour, que ce soit des couvre-stoma en tissu, en mousse ou des HME. Pour tout le matériel jetable, il est bien d'en apporter un peu plus que nécessaire pour être certain de ne pas en manquer. Si vous prenez l'avion, tous ces produits doivent être placés dans votre bagage à main (carry-on) et non pas dans votre valise en enregistrée. On ne voudrait surtout pas qu'ils se perdent pendant le transport!

- 5. Pour les utilisateurs d'une prothèse trachéo-oesophagienne:** Ne partez pas sans votre kit de «survie»: une brosse pour le nettoyage de la prothèse, un bouchon (aussi appelé *plug*) pour colmater une fuite au besoin, une prothèse de rechange et un cathéter.
- 6. Communication - prévoir un plan B:** Il est utile de prévoir papier/crayon pour pouvoir communiquer si votre mode de communication habituel n'est pas accessible. Un larynx artificiel peut aussi être utile pour dépanner en cas de besoin.
- 7. Voyager en transport collectif (avion, bus, train):** Si vous prenez un transport en commun, il est conseillé de bien protéger votre stoma. L'utilisation d'un filtre en tissu ou en mousse peut aider à filtrer la poussière. L'air dans les avions et les lieux climatisés peut être très sec, ce qui peut irriter la trachée. Il est recommandé d'utiliser un HME pour humidifier et réchauffer l'air tout en offrant une bonne filtration pour la poussière et les virus.

En résumé, partir en vacances en tant que laryngectomisé demande un peu plus de préparation, mais avec de l'organisation, vous passerez un magnifique séjour. Bon été!



Trucs et astuces d'une trachéotomisée

Louise Boisvert, trachéotomisée**

Elle partage ses trucs acquis comme trachéotomisée avec vous. Voyageuse dans l'âme, elle vous donne son expérience récente.

Pour le confort...

Lors de mes 2 derniers voyages, j'ai testé les filtres HME dans l'avion relativement à l'humidité.

- Un voyage de 7 heures sans filtre m'a causé beaucoup de toux et de sécrétions ;
- Le retour avec un filtre HME a été beaucoup plus confortable, aucune toux, ni inconfort, ni sécrétions.

... l'apparence et le côté pratique

- Avec l'aide d'une bijoutière (FREITAG, 3762 boul. St-Laurent, 514 845-1788), j'ai créé un collier en argent, c'est vraiment confortable, beaucoup plus esthétique que le gros cordon traditionnel et surtout très pratique pour les soins d'hygiène ;
- J'ai également créé une chaînette en argent qui maintient en place la valve de parole.

Des petits trucs qui rendent la vie des trachéotomisés plus agréable.

J'appelle ça des petits bonheurs...!

**Trachéotomisée (sans laryngectomie)



Exemple d'agencement d'une canule avec valve de phonation et HME



Attache en mousse traditionnelle



Louise porte sa chaînette en argent



Attache pour valve de parole

INHEALTH
CANADA



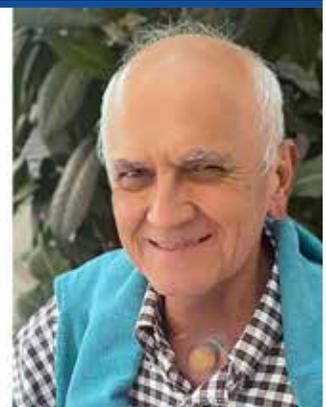
Day&Night® HME

Avantages:

- Se porte jour et nuit
- Deux choix de respirabilité - ClassicFlow® ou EasyFlow®
- Près de la moitié du prix des produits similaires sur le marché

Essai gratuit!

Avec le programme **FIRST STEP** de InHealth



Pour en savoir plus, visitez le site www.inhealth.com/canada ou appelez nous au 1-888-437-4123

« J'ai appris que le courage n'est pas l'absence de peur mais
la capacité de la vaincre »

— Nelson Mandela



Notre président, Jean-Guy Gagnon, n'est plus...

Nous vous transmettons ici l'hommage qui a été rendu à notre président lors de ses funérailles qui ont eu lieu le 13 avril dernier

Doris St-Pierre Lafond, bénévole

Jean-Guy Gagnon, notre président nous a quitté le 7 mars dernier à l'âge de 80 ans. Le battant qu'il était a finalement dû concéder la victoire à la maladie. Mais ce n'est pas sans lui avoir fait des pieds de nez pendant 15 ans par sa force de caractère, sa grande résilience, sa confiance envers ceux qui l'ont accompagné, que ce soit médicalement ou autrement. Cette force était assortie d'un esprit positif, aimant la vie, et doté d'un sens de l'humour indéniable. Il n'a d'ailleurs pas tardé à le démontrer alors que, quelques jours après son opération, il se baladait dans le couloir de l'hôpital et allait raconter des blagues aux infirmières avec le larynx artificiel qu'on venait de lui remettre.

Jean-Guy s'est rapidement imposé pour venir en aide aux personnes laryngectomisées en multipliant les activités de bénévolat à leur égard. Il s'est joint à notre Association comme administrateur et a été élu finalement président : un gestionnaire présent, à l'écoute mais aussi dans l'action. Sa patience de gestionnaire s'est d'autant plus manifestée lorsque la Fédération que nous étions à l'époque a dû se transformer en Association, avec toutes les démarches que ça impliquait. Il a tôt fait de s'inscrire comme visiteur-accompagnateur auprès des futurs et nouveaux opérés dans plusieurs hôpitaux, du CHUM jusqu'à l'Hôtel-Dieu de St-Jérôme : son but, leur montrer que la vie continue après la laryngectomie et qu'elle peut être, différente, mais tout aussi belle. Il avait lui-même reçu la visite d'un visiteur-accompagnateur et voulait « donner au suivant ». On le retrouve aussi à donner des séances d'utilisation de larynx artificiel, à animer des Cafés-rencontres, à rencontrer des étudiants aux Académie d'été du CHUM, à participer aux ateliers de formation des étudiants à

la Maîtrise en orthophonie à l'Université de Montréal, à rencontrer des étudiants en soins infirmiers de Cegep, et même à organiser un souper-spaghetti à Ste-Anne-des-Plaines, etc. Il se montrait disponible, généreux de sa personne dans ces rencontres, à l'aise de parler de son cas, et même prêt à montrer son stoma « de proche » aux étudiants tout en leur racontant, bien sûr, une petite histoire drôle « en passant ».

Notre Jean-Guy, toujours prêt à donner un coup de main, sympathique, drôle, va beaucoup nous manquer. Il a tiré sa révérence, comme il le faisait à chaque rencontre du CA en se levant debout et déclarant la levée de l'assemblée, petit sourire coquin aux lèvres. À chaque fois ! C'était le classique qui nous faisait sourire !

Nous offrons au nom de notre Association et de l'ensemble de ses administrateurs, nos plus sincères condoléances à la famille et aux proches de Jean-Guy.

Notre Jean-Guy, on est pas prêt de l'oublier !



Jean-Guy au moment où il recevait
le Prix de reconnaissance de l'Association
en mai 2023

In memoriam

MADAME

A. Lacombe.

MESSIEURS

D. Arsenault, N. Bonhomme, M. Davis, P. Déry, J.G. Gagnon, C. Grosleau, LP Harvey, R. Hébert, G. Holland, C. Larochelle, A. Mireault, C. Parent et J. Sauriol.

*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)



Des avancées oncologiques

Par Céline Chalal, bénévole

Des avancées prometteuses dans la lutte contre le cancer, entre anticorps, vaccins et immunothérapie

Une équipe de chercheurs dirigée par le docteur André Veillette de l'Institut de recherches cliniques de Montréal (IRCM), ont développé Z10, un anti-

corps innovant, capable de rendre les cellules cancéreuses plus sensibles aux macrophages, des cellules du système immunitaire. Cet anticorps est combiné à des inhibiteurs de point de contrôle permet l'élimination quasi complète de tumeurs chez la souris. Le Dr Veillette illustre cette percée ainsi: «*On a trouvé une espèce de réveille-matin [...] ça réveille le système immunitaire.*»

► **Lire l'article sur La Tribune:** <https://www.latribune.ca/actualites/sante/2023/11/09/rendre-le-cancer-vulnerable-au-systeme-immunitaire-QYQPWFR3LFELNJ43JWG-G7O2YTM/>, La Presse, 9 novembre 2023

► **Lire aussi sur le Journal de Montréal:** <https://www.journaldemontreal.com/2024/02/12/un-espoir-quebecois-pour-guerir-certains-cancers> Journal de Montréal, 12 février 2024

Toujours à Montréal, l'équipe du Dr Claude Perreault à l'Université de Montréal a mis au point un vaccin à ARN destiné à reprogrammer le système immunitaire pour qu'il identifie et détruit les cellules tumorales. Les essais sur des souris ont montré des résultats très encourageants, mais le chercheur appelle à la prudence avant les essais humains: «*Chez les humains, ça va être différent, car on est tous différents*», souligne-t-il.

► **Lire l'article de La Presse:** <https://www.lapresse.ca/actualites/sante/un-examen-a-2500-qui-seme-le-doute/2024-02-10/des-innovations-quebecoises.php>, La Presse, 10 février 2024

À l'échelle internationale, notamment dans sept pays, dont le Royaume-Uni, les États-Unis et l'Allemagne, la société BioNTech expérimente actuellement un vaccin contre le cancer du poumon le «**BNT116**». Ce vaccin cible les cellules cancéreuses responsables des formes les plus courantes de cancer du poumon en stimulant la réponse immunitaire et en épargnant ainsi les cellules saines. Présenté comme «*révolutionnaire*», ce genre de technologie s'impose comme un levier majeur pour sauver des milliers de vies chaque année. Le premier patient britannique, Janusz Racz, s'est dit fier de participer à l'avancée de la science: «*Plus vite elle sera appliquée à travers le monde, plus de personnes seront sauvées.*»



PHOTO OLIVIER JEAN, ARCHIVES LA PRESSE

► **Lire l'article complet sur le Journal de Montréal:** <https://www.journaldemontreal.com/2024/08/23/revolutionnaire-un-premier-vaccin-contre-le-cancer-des-poumons-a-lessai-dans-sept-pays>, Journal de Montréal, 23 août 2024



Vous connaissez l'International Association of Laryngectomees ?

Cette association, basée aux États-Unis, publie un ou deux numéros par an appelés «*Newsletters*», dans lesquels on retrouve des articles susceptibles de vous intéresser: dans ses deux derniers numéros, on y parle de 1) production de mucus et d'humidité dans la maison et 2) comment prévenir la formation de bactéries ou champignons à l'intérieur de la prothèse (en anglais seulement). <https://www.theialvoice.org/ialnewsletters.html>

Optimiser la santé pulmonaire en utilisant l'HME avec l'humidification la plus élevée possible - Tout au long de la journée!

Atos

Breathing - Speaking - Living
atosmedical.ca



L'Association était au Cegep de Chicoutimi le 14 avril

Doris St-Pierre Lafond, bénévole

L'équipe des « voyageurs » de l'Association est allée à la rencontre d'un groupe de 40 étudiant(e)s en soins infirmiers du Cegep de Chicoutimi pour leur faire connaître la laryngectomie, à l'invitation de leur professeur, Valérie Tremblay-Lavoie.

Les étudiant(e)s étaient tout ouïe pour entendre nos laryngectomisés, Michel Teasdale et Laval Frigon. Ce dernier est devenu nouvellement personne-ressource pour les orthophonistes de la région auprès de leur clientèle laryngectomisée qui désire un contact avec un laryngectomisé. Nos messieurs ont fait part l'un et l'autre de leur cheminement pré et post opératoire. Les accompagnait leur épouse respectives, Sylvie Appleby et Lynda Coulombe, qui se sont elles aussi mêlées aux étudiants pour répondre à leurs questions et leur permettre de réaliser que les proches sont également touchés par la maladie de leur conjoint et constituent un élément important au soutien tout au long de leur période d'adaptation.

Une belle rencontre qui a démontré la grande ouverture des étudiants à leur égard, un premier contact pour la plupart d'entre eux qui, on l'espère, en facilitera l'approche lorsqu'ils deviendront des intervenants à part entière.

Merci de cette invitation !



Valérie Tremblay-Lavoie (assise au milieu), son groupe d'étudiants, nos deux laryngectomisés et leur conjointe



Papy, comment on perd la vie ?

« La vie se perd de tant de façons...

On la perd quand on veut vivre celle des autres et pas la sienne.

On la perd en critiquant les erreurs des autres sans voir les siennes.

On la perd quand on se plaint à chaque instant pour avoir échoué sans chercher une solution pour y remédier.

On la perd quand on la passe à jalouser les autres sans chercher à s'améliorer soi-même.

On la perd quand on se concentre seulement sur les choses négatives et en cessant de profiter des belles choses.

La vie ne se perd pas quand on cesse de respirer, mais quand on cesse d'être heureux... »

Facebook

Nouveaux membres

Mesdames

M. Francoeur, P. Plourde et M. Poirier.

Messieurs

G. Archambault, M. Beauséjour, G. Evearts, S. Gagnon, E. Gingras, J. Hernandez, A. Mercier, Y. Rochette et G. Savard.

Besoin d'un coup de pouce ?

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

RAPPEL

Vous êtes invités à l'ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE de l'Association

Mercredi le 18 juin 2025, de 10h30 à 12h00

Hôtel Universel, 5000 rue Sherbrooke est, Montréal, salle SR-R0.

Stationnement gratuit

Vous aimeriez connaître les produits disponibles pour faciliter vos soins et votre confort ? Les compagnies ATOS et INHEALTH seront toutes deux présentes pour vous démontrer leurs nouveautés et répondre à vos questions. Pour information, voir l'encart à cette revue.

Recours collectif contre les cigarettiers: suivi



Les géants du tabac indemniseront finalement les provinces et les victimes de la cigarette pour plus de 32,5 milliards de dollars, dans un plan historique rendu public le 17 octobre dernier. Ce Plan prévoit qu'Imperial Tobacco, Rothmans, Benson & Hedges et JTI MacDonald devront notamment verser 6,65 milliards au gouvernement du Québec et 4,25 milliards aux bénéficiaires des actions collectives intentées au Québec. La firme d'avocats Trudel, Johnston & Lespérance prépare le terrain pour éventuellement procéder à indemniser les victimes du tabac. Elle invite les personnes concernées à se préparer à la réclamation puisqu'elle demandera bientôt des informations sur leur consommation tabagique. Soyez prêts. Les personnes déjà inscrites ont reçu une infolettre de leur part pour les préparer à cet exercice. Pour tous les détails, critères d'admissibilité et procédures rendez-vous au <https://recourstabac.com> ou sur notre site <https://aqlar.org/recours-collectif-contre-les-cigarettiers-mise-a-jour-3-avril-2025/>.

HORAIRE DU SECRÉTARIAT DE L'ASSOCIATION



Secrétaire administrative: Chantal Blouet
Adresse: **5151 boulevard de l'Assomption, Montréal, Québec, H1T 4A9**
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: <https://aqlar.org/services/formulaires/>
Pour faire un don: <https://aqlar.org/donnez/>

Il est **préférable de prendre rendez-vous avant de vous présenter**, pour que l'on puisse vous accueillir à l'entrée de l'édifice auprès de la réception nouvellement installée.

Horaire régulier: du lundi au jeudi, de 9h00 à 17h00, jusqu'au 19 juin, et à partir du 2 septembre

Horaire d'été: Ouvert du mardi au jeudi, de 9h00 à 17h00, du 23 juin au 29 août à l'exception du 21 juillet au 7 août où nos locaux seront fermés pour vacances.

Faire un don à l'Association via sa Fondation ?



Par chèque adressé à Fondation de l'Association québécoise des laryngectomisés à l'adresse suivante:
5151 boul. de l'Assomption, Montréal H1T 4A9.

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.