

Expression d'une Nouvelle Voix

Revue périodique publiée par la Fédération québécoise des laryngectomisés
avec l'appui de la Société canadienne du cancer

Volume 39, n° 1. Janvier-Février-Mars 2017

PASCAL REVISITÉ par Marcel Dubé, rescapé

NDLR: Merci à Marcel Dubé pour son émouvante et inspirante réflexion. Pour mieux connaître ce personnage hors du commun, lire l'encart en page 2.

Mercredi, journée faste. Je quitte l'UQTR pour me rendre au Centre Multiplus. Passer de la Mécanique Quantique¹ à l'atelier d'écriture c'est traverser mil et une galaxies. Je suis Pascal passant de l'infiniment petit à l'infiniment grand.

À l'atelier d'écriture, deux heures durant, nous habitons le carré supérieur droit d'un sudoku. Le moindre mouvement du congénère d'en face, d'à côté ou de l'autre bout de la table modifie notre organisation et, par conséquent, celui de l'univers tout entier.

L'atelier roule, le sudoku s'aligne. Moment de vérité. C'est l'heure de la lecture des travaux de la semaine: « La lettre d'amour ». On sourit, on partage, on soliloque. L'univers devient rose et bleu, doux-amer, de miel et de fiel, de soie et de fer. Comme l'amour.

Anne, l'animatrice, allait nous proposer un autre exercice, quand Hélène manifeste l'intention de nous lire un texte. Celui qu'elle recommence tous les ans, le 15 du mois d'octobre depuis la perte de sa petite fille. Un deuil orné de résilience palpable de l'autre bout de la table. Je la vois s'arrimer au document, elle s'accroche, se livre. Elle nous raconte le départ de sa petite fille, un rayon de soleil qui allait bientôt s'éteindre. Elle nous montre un oiseau, un papillon, une fleur. Puis, le deuil; de tous les mots, le plus lourd du dictionnaire. « *J'aurais voulu mourir avec elle, mais on ne meurt pas comme ça, dit-elle, même si on veut mourir. La vie nous prend malgré nous...* »

Le sudoku réagit. L'univers devient ce gigantesque trou noir où tout s'engloutit. Le Soleil, la Lune, les étoiles tout disparaît. Plus de lumière.

1. Théorie mathématique et physique décrivant la structure et l'évolution dans le temps et l'espace des phénomènes physiques à l'échelle de l'atome et en dessous.



**Marcel Dubé, le rescapé et
Frédérique son épouse.**

Dans le noir, je suis sidéré, bouleversé. Plus que troublé. Des souvenirs se superposent, s'entremêlent, s'enchevêtrent, se meuvent, m'agrippent et me font chuter. Peut-être à cause de Camille. La petite fille d'un ami dont nous avons souvent la garde. Un cancer nous l'a volé. Elle avait cinq ans. J'entends: « la mort », « vouloir mourir », « la vie », « la vie nous prend... »

Je suis là au bout de la table, et je suis ailleurs. La mémoire de rescapé, dont je suis, s'active. Il n'y a pas si longtemps, la mort me tenait à la gorge. Je revois la salle de réveil où le médecin-chef et ses étudiants passent de patient en patient, de moribond en moribond. Parvenu à ma civière, l'homme

**RAPPEL : C'EST LE TEMPS DE RENOUELER
VOTRE COTISATION POUR L'ANNÉE 2017!
UTILISEZ LE FORMULAIRE JOINT À LA REVUE
DE DÉCEMBRE 2016 OU COMMUNIQUEZ AVEC
LE SECRÉTARIAT AU (514) 259-5113 OU,
SANS FRAIS, 1-844-285-2335**

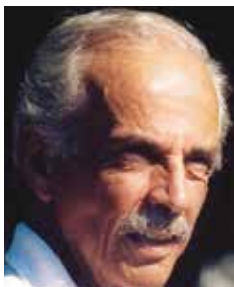
en blouse blanche appuie un instrument près de ma trachée. « *Récidive agressive, laryngectomie* », énonce-t-il. Puis, il applique un peu de pression.

Dans l'amplificateur qu'il porte en bandoulière, on entend un cœur battre, rebattre, et battre encore.

Mon cœur. On entend aussi le souffle de mes poumons et de toute la mécanique qui l'entoure mêlé au glouglou d'un système d'irrigation en mutation. À l'intention de son auditoire, il lance : « Vous entendez ça, départ ou retour ? » J'entends aussi, mais sans savoir qu'il s'agit de « l'effet doppler ». J'apprendrai plus tard sommairement, que l'onde sonore émise par cet appareil a une forme particulière. Elle a la propriété d'annoncer si le patient est en « mode départ » ou en « mode retour ». Manifestement, « j'étais en mode retour. »

Ces images me restent collées dans la tête comme un fond d'écran permanent. Il y a en moi cette mécanique complètement indépendante de ma volonté. Une mécanique qui me prend et me ramène ou décide du chemin inverse et m'abandonne. La Vie ! La Vie nous prend malgré nous, et ce, indépendamment de notre race, de notre culture, de nos croyances, de nos idées... Elle appartient à la Nature. Nous appartenons d'être-chef à cette même Nature, et ce, malgré nos prétentions intellectuelles. La place que l'Homme occupe dans l'univers n'est pas celle qu'il croit. Pascal a raison d'être effrayé.

À la pause, le sudoku et l'univers reprennent leurs couleurs. Je ne peux m'empêcher d'avouer à Hélène à quel point elle m'a bouleversé.



MARCEL DUBÉ

Nil Auclair, laryngectomisé

Né à Montréal en 1942 il devient Trifluvien d'adoption en 2003. Monsieur Dubé y travaille comme vidéaste dans le domaine des arts et des organismes communautaires tandis que son épouse est peintre graveur et très présente à l'Atelier Presse-Papier de Trois-Rivières. Il n'a pas coupé ses liens d'avec sa région natale. Son fils unique demeure sur la Rive-Sud de Montréal.



Le 28 janvier 2014, il est opéré d'urgence à l'Hôtel-Dieu de Québec suite à une récidive du cancer. « Ma convalescence fut difficile. *J'ai dû tout réapprendre. J'avais même oublié les commandes de montage vidéo...* » Parlant de son épouse il déclare sans équivoque : « Sans elle, je ne m'en serais sûrement pas sorti. » Marcel s'exprime maintenant à l'aide d'une prothèse œsophagienne. « La vie nous porte malgré nous et nous laisse croire que tout est possible. » me confiera-t-il.

Merci à Marcel Dubé pour son **PASCAL REVISITÉ** que vous pouvez lire en page titre.

S O M M A I R E

- 1 Pascal revisité
- 2 Marcel Dubé
- 3 Party de Noël des laryngectomisés 2016
- 5 Portrait d'un visiteur accompagnateur :
M. Camille Malo
Portrait of a visitor-accompanist:
Mr. Camille Malo
- 6 Rencontre de nos « voyageurs »
- 7 Suite de l'événement
« Défi Ours polaire 2017 »
Nouveaux membres de la Fédération
- 8 La restructuration de la Fédération
et de ses associations est-elle terminée ?
Is the restructuring of the Federation
and its Associations finalized?
- 9 La Fédération des laryngectomisés
en visite à Gatineau
In memoriam
- 10 L.A.R.Y.N.G.E.C.T.O.M.I.S.É.
Autre temps, mêmes sentiments
- 11 Saviez-vous que...
Stratégies pour maximiser votre visite
chez le médecin
Bénévoles visiteurs-accompagnateurs
recherchés
- 12 À placer à votre agenda
Pour rejoindre le secrétariat

Comité de la revue, planification et rédaction :

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

Secrétariat provincial : Chantal Blouet

Collaborateurs : Nil Auclair, Réjean Clusiaux, Marcel Dubé,
Camille Malo, Michel Teasdale

Traduction : Ginette Grenier

Infographie : Louise Besner

Service d'infographie Point Virgule inc.
www.infographiepointvirgule.ca

Correction : le comité de la revue

Tirage : 1200 copies

Fédération 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

fqlar@fqlar.qc.ca

www.fqlar.qc.ca

Expression d'une Nouvelle Voix bénéficie de l'appui de la
Société canadienne du cancer.

© 2017 Fédération 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'auto-
risation de l'éditeur. Les articles qui paraissent dans ce bulletin
sont publiés sous la responsabilité exclusive des auteurs.



Party de Noël des laryngectomisés 2016

France Fontaine, laryngectomisée

PARTY DE NOËL, 26 novembre 2016, nous avons rendez-vous pour souligner la saison des Fêtes au bureau de la Fédération Québécoise des laryngectomisés du Québec rue Sherbrooke à Montréal dans la cafétéria de l'École Marguerite de la Jemmerais.

La participation des laryngectomisés et de leurs familles est impressionnante, 123 personnes présentes à notre rencontre de Noël. Cette année, parmi les 19 laryngectomisés présents, nous remarquons une participation féminine plus présente, 6 femmes y participent, nous n'étions que 2 l'année dernière. Bienvenue mesdames, c'est un plaisir de vous rencontrer et de partager des moments agréables en votre compagnie.

Noëlla Boily, avec la complicité de la disco mobile de Pascal Hébert, une première participation dans notre groupe, fait la démonstration de quelques pas de danse avec les participants, sous les yeux observateurs de notre



De nombreux laryngectomisés présents



Une participation féminine plus présente

maître de cérémonie André Healey. Celui-ci s'assure que notre nouveau disc-jockey est à la hauteur. **Merci André de ta précieuse collaboration.**



Quelques pas de danse avec Noëlla Boily

Fidèle au rendez-vous notre ami Michel Grenier participe à la fête encore cette année. Ce soir il ne fera pas la musique comme disc-jockey, cela lui donnera la chance de prendre une part entière à la fête. Nous le retrouvons sur le plancher de danse en compagnie de son épouse, ils semblent heureux. Quel beau couple!

Nous te remercions pour ton implication musicale au cours des dernières années!

Les enfants sont présents dans notre rencontre et il est intéressant de les voir se trémousser au son de la musique à un si jeune âge. D'autres ont même trouvé le temps de jouer à la cachette sous les tables déplacées pour faire place à la danse.



Michel Grenier et son épouse Ginette. Merci Michel et Ginette pour votre implication!



Les enfants à la danse....



...ou jouant à la cachette

Nous voulons aussi souligner la présence de Madame Émilie Royal-Lajeunesse, orthophoniste à l'hôpital Notre-Dame, qui est une collaboratrice précieuse auprès des laryngectomisés et Madame Prud'homme, orthophoniste retraitée. En compagnie de 3 femmes laryngectomisées.

Durant la soirée, il y a eu remise de prix de présence grâce à la générosité de nombreux commanditaires pour le grand plaisir de nos invités. Nous devons remercier Noëlla Boily et Yves Ouellet pour la récolte des prix.

Nous avons aussi un échange de cadeau pour ceux qui le désiraient. La règle étant pour chaque participant apportant un cadeau et on te remet un coupon et tu participes à l'échange. Une table pour les hommes et une table pour les femmes. Cela a permis à plusieurs participants des découvertes.

Merci au Comité organisateur de la Fête et aux membres du Conseil d'administration pour leur implication à la préparation de la salle pour l'évènement. **Merci à tous les participants et à leurs familles pour le succès de la soirée 2016!**

Nous souhaitons accroître le nombre de personnes présentes pour la rencontre de Noël prévue le 18 novembre 2017...! Réservez déjà la date dans vos agendas, nous vous attendons en grand nombre!



Émilie Royal-Lajeunesse et Louise Prud'homme en compagnie de 3 dames laryngectomisées



De la musique...



... un bon repas...



...et des cadeaux.



Portrait d'un visiteur accompagnateur: M. Camille Malo

Sylvie Appleby

À l'automne dernier à Gatineau, je rencontre ce monsieur à un Café-rencontre sûr de lui et avec une bonne voix, il me raconte que son métier d'origine était camionneur et que ses principales livraisons étaient aux États-Unis. Des fois des voyages de 14-16 jours donc 20 heures par jour dans le camion et fumais trois paquets de cigarettes par jour. En avril 2008, je reviens de la Floride avec une bonne grippe, et ma voix est de plus en plus basse. Même mes « chums » me font répéter plusieurs fois au CB.

Ma fille me dit « papa consulte, ça pas d'allure ». Alors s'enchaîne, les rendez-vous, avec mon médecin de famille, ensuite l'ORL, ensuite tous les tests appropriés. L'attente est longue, donc je retourne faire un tour en Floride. Oups.....l'appel du docteur: c'est urgent tu reviens tout de suite, cancer au stade 4, on opère tout de suite. Nous sommes le 24 mars 2009.

Ensuite débute les 30 séances de radiothérapie. Je suis sauvé. Lorsque le visiteur-accompagnateur M. Marcel Richard, me visite, cela rassure beaucoup plus ma femme et cela lui fait du bien. Pour ma part je ne me suis jamais posé la question « pourquoi cela arrive à moi » j'étais très serein en regard de ma situation. De

façon générale, je vis bien avec ma situation à l'exception de rencontre avec un grand nombre de personnes. Il faut se le dire les gens ont de la difficulté à écouter; difficile pour moi de me faire comprendre.

Début décembre, on installe la prothèse et je pratique tout un mois avec mon orthophoniste, Madame Martyne Gobeil. À partir de ce moment, M. Richard me propose le rôle de visiteur-accompagnateur que j'endosse depuis janvier 2010 pour l'hôpital de Gatineau. Depuis ce temps, j'ai rencontré une vingtaine de personnes. « Je suis resté serein dans cette épreuve et je continue à vivre ma vie ».

Si vous désirez communiquer avec ce visiteur-accompagnateur de votre région, contactez Mme Chantal Blouet, de la Fédération québécoise des laryngectomisés.

Bravo M. Malo, votre soutien est important.



Portrait of a visitor-accompanist: Mr. Camille Malo

Last fall, I met this man in Gatineau at one of our coffee gatherings, very sure of himself and with a good voice he started telling me that his original job was as a trucker and that his main deliveries were in the United States. Some trips could be 14-16 days, 20 hours a day in the truck and he was smoking 3-4 packs of cigarettes a day. In April 2008, he came back from Florida with a huge cold and a very low voice. "Even my buddies made me repeat a lot on the CB".

My daughter told me «dad, please see a doctor, it can't go on like this». Then starts all the appointments with my general practitioner, then ENT and all the appropriate tests. The waiting was long, so I went back to Florida. Oups...finally the doctor called: you must come back, it's urgent it's a stage 4 cancer and we must operate immediately. We are now March 24th 2009.

Then started the 30 sessions of radiotherapy. I am saved. When Mr. Marcel Richard visitor-accompanist

came to see me, it reassured my wife and it made her feel better. For my part I never even thought to ask myself “why is this happening to me?” I was serene regarding my situation. In general, I live well with my condition except for big crowds. It must be said that a lot of people don't listen therefore it's hard for me to be understood.

Beginning of December, they installed my prosthesis and I practiced a whole month with my speech therapist Mrs. Martyne Gobeil. After this, Mr. Richard offered me to become a visitor-accompanist which I

happily endorse since January 2010 for the Gatineau hospital. Since then, I met with about 20 people. “I maintained my serenity in all this ordeal and I continue living my life.”

If you would like to communicate with this visitor-accompanist of your region, please contact Mrs. Chantal Blouet of the Quebec Federation of Laryngectomees.

Congratulations Mr. Malo, your support is very important.



Rencontre de nos « voyageurs »

AVEC LES ÉTUDIANTS(E)S EN SOINS INFIRMIERS DU CÉGEP DE SOREL-TRACY

Michel Teasdale, laryngectomisé

C'est mardi 13 décembre 2016 que l'équipe des voyageurs de la Fédération québécoise des laryngectomisés s'est rendue au Cégep de Sorel-Tracy pour une quatrième année consécutive afin de rencontrer les étudiant(e)s finissants en Soins infirmiers.

Comme toujours, l'accueil a été chaleureux et les étudiants ont été attentifs et intéressés par la présentation de chacun des voyageurs. Dès le début, les thèmes cancer, larynx, laryngectomie et traitements associés sont abordés et plusieurs témoignages suivent. Certains font état de leur cheminement tout au long du processus avant (symptômes, diagnostic, traitement) et après leur laryngectomie (séjour à l'hôpital, soutien, retour à la maison). D'autres commentent leur apprentissage des divers moyens de communication (voix œsophagienne, prothèse trachéo-œsophagienne, servox, Cooper-rand). Également, la conjointe d'un laryngectomisé témoigne de son expérience comme accompagnatrice et personne aidante auprès de son époux. Tous ces témoignages ayant pour but de sensibiliser les étudiant(e)s à la laryngectomie et aux divers problèmes (physiques et humains) qui l'entourent.

En plus d'être sensibilisé au vécu quotidien et aux différents modes de communication possible pour une personne laryngectomisée, il y a eu discussion et présentation des différents ennuis reliés à la trachéotomie et des moyens utilisés pour les atténuer. Les bienfaits moraux engendrés par l'équipe des visiteurs-accompagnateurs ont aussi été soulignés et la rencontre s'est terminée par la présentation des divers services offerts par la Fédération québécoise des laryngectomisés.

Un merci particulier à Mme Véronique Moreau, enseignante en soins infirmiers, pour l'invitation au Cégep Sorel-Tracy, ainsi qu'à toute l'équipe des voyageurs pour son dévouement habituel et apprécié des étudiant(e)s.



Merci à tous nos donateurs.



Suite de l'événement « Défi Ours polaire 2017 »

Sylvie Appleby



Merci Dr François Thuot et le comité organisateur

Voilà, la première édition du Défi Ours polaire 2017, dont on vous parlait dans le numéro de décembre dernier, a eu lieu et les organisateurs, monsieur Réjean Clusiaux, laryngectomisé et son partenaire monsieur Yves Patry sont très heureux de la réception de cet événement.

Un chèque de 400\$ a été remis à la Fédération des laryngectomisés par la présence de M. Yvan Noël, le 5 février dernier. Quelle belle initiative. Nous vous en remercions grandement.

Le comité organisateur tient à remercier également les bénévoles qui ont apporté leur soutien pour la réussite de cette activité. Bravo chers bénévoles !

« Le bonheur est la seule chose qui se multiplie quand on le partage » (Albert Schweitzer)



Les 3 petits fils de M. Clusiaux: on joue dehors!



L'équipe championne chez les adultes



Remise du chèque à M. Yvan Noël (au centre)

Nouveaux membres de la Fédération

Mesdames

Cécile Després (Ile d'Orléans), Fernande Lemire (St-Basile-le-Grand), Marjolaine L'Espérance (Sherbrooke), Kathleen O'Connell (Montréal), Guylaine Robert (Québec), France Séguin (Châteauguay).

Messieurs

Jean-Claude Boisvert (Montréal), Maurice Brassard (Québec), Maurice Cloutier (Barraute), Joseph Collard (Saguenay), Gilles D'Amour (Vaudreuil-Dorion), Gaston Daoust (Mercier), Glenn David (Rouyn-Noranda), Mario Desjardins (Montréal), John Dunn (Stoneham), Jean-Marc Fortier (Québec), Sylvain Gaumond (Montréal), Serge Giguère (Québec), Michel Joubert (Montmagny), Denis Lefebvre (St-Hyacinthe), René Lefebvre (St-Jérôme), Claude Pagé (St-Jean Baptiste), Daniel Philipps (Forestville), Carl Plourde (Québec), Laurent Proteau (Québec), Normand Robichaud (Calixa-Lavallée), Bernard Vaugois (Trois-Rivières), Pierre Vigneault (Repentigny).



La restructuration de la Fédération et de ses associations est-elle terminée ?

Michel Teasdale, laryngectomisé

Dans un premier temps, il nous faut rappeler que l'unification (fusion) de nos deux (2) Associations à notre Fédération a pour principal objectif d'alléger la gouvernance actuelle, de simplifier la bureaucratie, et de diminuer les dépenses; le tout sans aucun impact sur les services dont bénéficient actuellement les membres.

À ce jour, et contrairement à l'échéance prévue et mentionnée dans notre dernier article paru dans la revue de juin 2016, les différentes étapes de la restructuration de la Fédération et de ses Associations ne sont toujours pas terminées, à notre grand regret!!!

Pour ce qui est de l'Association des laryngectomisés de Montréal (ALM), l'acte de dissolution a été obtenu et le dépôt au registre des entreprises est effectif depuis le 29 juillet 2016. Quant à l'Association des laryngectomisés de Québec (ALQ), les démarches sont toujours en cours. Bien que le bureau de Québec soit fermé et que les affaires et les actifs de l'ALQ soient transférés à la Fédération depuis plusieurs mois déjà, le compte bancaire doit demeurer actif et, de ce

fait, la dissolution n'a pu être effectuée à ce jour. Cette problématique découle d'une contrainte administrative entre le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de Québec et le Ministère de la santé et des services sociaux (MSSS), **due à un changement de région** pour le versement d'une aide financière octroyée par le CIUSSS au compte bancaire de l'ALQ.

Le Comité de restructuration continue donc ses rencontres et ses démarches auprès des divers intervenants pour mener à terme le projet d'unification (fusion) de l'ALM et de l'ALQ à la Fédération québécoise des laryngectomisés (FQL).

Pour terminer, je n'ose encore me prononcer sur une date précise pour la finalisation de ce projet, mais nous espérons que celui-ci se terminera au cours de l'année 2017, et que le nouveau nom « Association québécoise des laryngectomisés (AQL) » pourra enfin être officialisé. La Fédération se restructure, mais les services qu'elle offre demeurent inchangés et notez que vous pouvez désormais rejoindre la Fédération à son nouveau **numéro sans frais**: 1 844 285-2335.

Is the restructuring of the Federation and its Associations finalized?

First, we must recall that the unification (fusion) of our (2) Associations with the Federation has as main goal to alleviate the actual governance, to simplify the bureaucracy and reduce expenses; without any impact on services that members are already entitled to.

As of today, and contrary to the expected deadline that was mentioned in our last article of June 2016 of the Revue, the various steps of the restructuring of the Federation and its Associations is still not finalized...much to our regrets!!!

As for the Association of laryngectomees of Montreal (ALM), the act of dissolution has been obtained and filed to the "Régistrare des Entreprises" effective July, 29th 2016. Regarding the Association of laryngectomees of Quebec (ALQ), the procedures are still in process. Although the office of Quebec is closed and the business and the assets of the ALQ were transferred to the Federation since several months already but the bank account must stay active, therefore the dissolution could not be done. This problema-

tic arises from an administrative constraint between the Integrated University Health and Social Services Center (CIUSSS) of Quebec and the Ministry of health and social services (MSSS) **due to a change of the region** for the allocation of financial aid granted by the (CIUSSS) to the ALQ's bank account.

To carry out the project of unification (fusion) of the ALM and the ALQ to the Quebec Federation of laryngectomees (FQL), the restructuring committee maintain their meetings and approaches to various players.



La Fédération des laryngectomisés en visite à Gatineau

France Fontaine, laryngectomisée

Le 17 novembre 2016, le Café-rencontre se déplace à Gatineau. Grâce à la collaboration de Martyne Gobeil, orthophoniste à l'Hôpital de Gatineau et aux bénévoles de la Fédération Michel Teasdale, Sylvie Appleby, Doris St-Pierre Lafond et France Fontaine, nous avons rencontré les laryngectomisés et leurs proches de la région.

Ce que nous remarquons dans le groupe de laryngectomisés présents, tous ont un moyen de communication et la majorité sont opérés depuis plus de cinq ans. Chaque personne présente a partagé ainsi que les bénévoles de la Fédération leurs expériences de vie et certaines difficultés dans leur cheminement et comment ils sont parvenus à les surmonter. Le visiteur accompagnateur Camille Malo, laryngectomisé participe aussi à la rencontre. Nous avons eu droit à une déclaration surprenante de la part d'un laryngectomisé, ce dernier pratique toujours la natation et se permet quelques plongées sous l'œil réticent de sa

Finally, I do not dare pronounce myself on an exact date that this project will be finalized but, let's hope that we will be able to get it completed by the end of 2017 and that the new name "Quebec Association of laryngectomees (AQL)" can be officialized. The Federation is restructuring, but the services that they render remain unchanged and please take note that you can now reach the Federation at their **new toll-free number 1 844 285-2335**.



Martyne Gobeil, orthophoniste à l'Hôpital de Gatineau

conjointe. Après la rencontre des discussions amicales se sont poursuivies et des adresses courriel se sont échangées.

Nous remercions tous les participants pour leurs présences et l'accueil fait aux membres de la Fédération. Un grand MERCI à Martyne Gobeil, orthophoniste pour sa collaboration. Cette rencontre fût un grand succès.

In memoriam

Madame Cécile Godin-Sauvageau (Montréal)

Messieurs

Donald Beerworth (St-Hubert), Lawrence Guilbert (Sherbrooke), Arthur Houde (Trois-Rivières), Daniel Lussier (Lachute), Robert Robinson (Montréal).

L.A.R.Y.N.G.E.C.T.O.M.I.S.É.

Autre temps, mêmes sentiments

Un beau jour, Réginald Guérin, fidèle éditeur et rédacteur à la revue de la Fédération québécoise des laryngectomisés dès son origine en 1979, avait transmis cet acrostiche composé par un laryngectomisé, auteur malheureusement inconnu de nos jours, un hymne à la pensée positive sur l'après-laryngectomie qui demeure encore d'actualité aujourd'hui. Il est affiché depuis toutes ces années au tableau du local de la Fédération, visible à tous ceux qui s'y présentent. À vous maintenant d'en puiser les bons sentiments.

Le matin, à ton réveil, remercie Dieu profondément.

Avant de débiter cette journée sereinement,

Regardes-toi bien dans le miroir et trouves-toi beau.

Ya-t-il un meilleur moyen pour se sentir bien dans sa peau ?

Non, ne penses pas à hier ; car ce n'est plus qu'un rêve.

Gardes ton sourire et ne penses qu'à aujourd'hui dorénavant.

Et alors, après t'être lavé, habillé proprement,

C'est ainsi que tu pourras passer cette journée pleinement.

Travailleur ou retraité, que tu sois célibataire ou marié,

Oublies ta personne et penses à ceux ou celles que tu peux aider.

Motivé, ainsi tu sauras rendre heureux les autres semblables à toi.

Ils te le rendront bien, par leurs sourires et remerciements spontanés,

Satisfait de pouvoir communiquer à nouveau, d'être réadapté,

Et alors, tu pourras te dire, j'ai retrouvé plus que jamais, la joie et le goût de vivre.

*L'inquiétude, c'est comme marcher dans la rue avec un parapluie ouvert en attendant qu'il pleuve.
(Franck Nicolas)*



Des laryngectomisés à la fête de Noël



On se taquine



Danser, pourquoi pas ?



Les petits enfants: le bonheur!

SAVIEZ-VOUS QUE....

... CRÉDIT D'IMPÔTS

La période des impôts est à nos portes. En tant que personne laryngectomisée **vous pourriez avoir droit à un crédit d'impôt**, tant au Fédéral qu'au Provincial. Si vous pensez que ce crédit d'impôt vous serait utile pour réduire votre revenu imposable, reportez-vous à la revue de mars 2015 (page 5) présente sur notre site internet (www.fqlar.qc.ca) pour plus d'informations sur les formulaires, les procédures, et les coûts associés aux attestations professionnelles requises.

... SUPPLÉMENT DE REVENU GARANTI

Si vous avez plus de 65 ans et que vos gains annuels sont inférieurs à 17 544\$ pour un célibataire et 23 184\$ pour une personne mariée, vous êtes peut-être admissible au Supplément de revenu garanti du gouvernement fédéral. Pour 2017, vous devez en faire la demande et remplir le formulaire. A partir de 2018, l'inscription se fera automatiquement. Pour plus d'information consulter le site internet suivant <https://www.canada.ca/.../supplement-revenu-garanti/admissibilite.html>

Stratégies pour maximiser votre visite chez le médecin

Avec leur horaire chargé, les médecins ont peu de temps à accorder à chaque patient. Alors voici quelques suggestions :

- 1)** Établissez le contact en le saluant mais allez ensuite droit au but
- 2)** Pratiquez-vous avant si vous n'êtes pas à l'aise avec certains sujets, trouvez les mots qui conviennent
- 3)** Dites tout ce qui vous préoccupe.
- 4)** Soyez spécifiques à décrire les changements ou symptômes. Ne mettez pas tout sur le dos de l'âge
- 5)** Ne gardez pas toutes vos questions pour la fin, parlez-en dès que possible
- 6)** Il est parfois préférable de ne pas aller seul à votre rendez-vous pour ne rien oublier et vous aider à vous souvenir des recommandations.

(AARP, vol 58 no 1, p. 28)

« Le bonheur est souvent la seule chose qu'on puisse donner sans l'avoir et c'est en le donnant qu'on l'acquiert... » (Voltaire)

« Lorsque vous parlez, vous ne faites que répéter ce que vous savez déjà, alors que lorsque vous écoutez, vous pourriez apprendre quelque chose de nouveau » (Le Dalai Lama)

BÉNÉVOLES VISITEURS-ACCOMPAGNATEURS RECHERCHÉS

... la Fédération a grand besoin de bénévoles laryngectomisés comme visiteurs-accompagnateurs pour effectuer des rencontres pré et postopératoires auprès des nouveaux opérés et ce dans plusieurs régions du Québec, dont la région de la ville de Québec en particulier. Vous et vos proches avez apprécié d'avoir cette rencontre au moment de votre opération? Vous hésitez? Venez nous rencontrer. Vous serez formé et accompagné par un visiteur-accompagnateur d'expérience pour vous initier.

Contactez le secrétariat au 1 844 285-2335.

À PLACER À VOTRE AGENDA...

› Vous habitez la région de Québec? Invitation à un Café-rencontre !

Vous êtes cordialement invité à un CAFÉ-RENCONTRE organisé conjointement par votre Fédération québécoise des laryngectomisés et le service d'orthophonie du Centre hospitalier universitaire de Québec (Hôtel-Dieu de Québec, Service aux laryngectomisés). Les laryngectomisés et leurs proches sont les bienvenus.



ENDROIT: CRCEO (centre de recherche), juste en face de Hôtel-Dieu de Québec, salle 3899-3

DATE: 30 mars 2017

HEURE: 10h00 à 12h00

Venez rencontrer des laryngectomisés, des visiteurs-accompagnateurs, des orthophonistes, connaître les services de la Fédération, les dernières nouvelles et ressources qui vous concernent, poser vos questions ou tout simplement échanger autour d'un café. Une invitation vous parviendra par la poste.

Veillez confirmer votre présence au secrétariat de la Fédération au 1 844 285-2335 (sans frais).

Le prochain Café-rencontre aura lieu dans la région de Sherbrooke. Surveillez les invitations qui vous parviendront par la poste.

› SOUPER SPAGHETTI: une invitation à tous

Monsieur Jean-Guy Gagnon, laryngectomisé, et le comité des activités sociales de la Fédération vous convient à un SOUPER SPAGHETTI qui aura lieu :



DATE: le 30 avril 2017

HEURES: il y aura deux services, un à 17h00 et l'autre à 19h00

ENDROIT: Café Bistro L'Ancestral, 153 boul. Sainte-Anne, Sainte-Anne-des-Plaines (à côté de la SAQ).

POUR VOUS RENDRE: se rendre à l'autoroute 640 et emprunter la sortie de la route 335N.

AU MENU: spaghetti, dessert et café

COÛT: 15 \$ par personne, taxes incluses

Vous devez vous procurer vos billets à l'avance en téléphonant au secrétariat de la Fédération au (514) 259-5113 ou au 1 844 285-2335 (sans frais).

Ce souper est organisé dans le cadre des activités de financement de la Fédération. Pour chaque billet vendu, 8\$ seront versés à la Fédération. Soyez-y en grand nombre !

› Le DÎNER DE RECONNAISSANCE aura lieu cette année le 28 mai 2017.

Surveillez notre invitation.

POUR REJOINDRE LE SECRÉTARIAT

- › vous changez d'adresse ou de numéro de téléphone? vous avez une nouvelle adresse courriel?
- › vous désirez payer votre cotisation?

Depuis le 1er juin 2016, le bureau de Québec est fermé. Toutes les communications téléphoniques sont regroupées à Montréal:



Qui? Chantal Blouet, secrétaire
Fédération québécoise des laryngectomisés,
5565, rue Sherbrooke Est, Montréal, Qc H1N 1A2
Courriel: fqlar@fqlar.qc.ca

Tél.: 514 259-5113, sans frais **1 844 285-2335**

Quand? Du lundi au jeudi, de 9h30 à 15h00.

Il est FORTEMENT RECOMMANDÉ de téléphoner avant de vous présenter au local.