



Association Générale des Insuffisants Rénaux

Bulletin **A.G.I.R.**

VOL. 44 No 4

OCTOBRE 2023

Répît-Vacances

*Un grand succès pour tous!
Voyez nos photos exclusives!
Un grand MERCI à nous tous!*



**C'est le temps de renouveler ou prendre votre
CARTE DE MEMBRE!**

**A.G.I.R. est en campagne d'abonnement pour l'année
2024. Le montant annuel est de 10\$. Vous trouverez le
formulaire au dos de la dernière page du bulletin.**



Les weekends et les semaines répit ont eu lieu aux hôtels et au chalet

**Lindbergh à Québec, Les Suites de
Laviolette à Trois-Rivières et Le 174 à
Baie-St-Paul**
grâce à la généreuse participation du
Centre d'hémodialyse de Baie-St-Paul



Sommaire

Le bulletin A.G.I.R. est l'organe officiel d'information de l'Association Générale des Insuffisants Rénaux, association sans but lucratif vouée au mieux-être des personnes souffrant de maladies rénales, étant en protections rénales, dialysées, greffées. L'organisme compte également sur les membres sympathisants, bienfaiteurs, annonceurs dans le bulletin et autres pour dispenser des services généraux et personnalisés à ses membres à travers la province.

Dotée d'une structure démocratique, l'association est reconnue officiellement par l'Office des Personnes Handicapées du Québec. Elle est, de plus, autorisée à émettre des reçus pour fins d'impôt aux donateurs.

Pour devenir membre d'A.G.I.R. ou lui venir en aide, il suffit de remplir le formulaire imprimé à la page 24 et le retourner à l'adresse indiquée. Les membres, les sympathisants et bienfaiteurs reçoivent automatiquement le « Bulletin A.G.I.R. ».

COLLABORATEURS

Membres de la profession médicale, membres et sympathisants.

DISTRIBUTION

A.G.I.R. paraît quatre fois par an. Il est distribué à tous les membres sympathisants, ainsi qu'aux professionnels de la santé. Ceux et celles qui désirent collaborer au bulletin n'ont qu'à faire parvenir leurs textes au secrétariat. La rédaction laisse aux auteurs l'entière responsabilité de leurs textes. Merci !

La rédaction peut, en tout temps, éliminer certaines phrases sans préjudice.

Il est permis de reproduire les textes, en tout ou en partie, à condition de nommer l'auteur et de citer la source.

Dépôt légal:

Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
ISSN: 1180-4939.

Infographie et impression:

Les Publicités A. Campeau Ltée.

Mot du président	4
Répît-Vacances.....	5
Mot du D.G.	6
Chronique Plus	7
Répît-Vacances Baie St-Paul	8-10
Répît-Vacances Trois-Rivières.....	11-12
Répît-Vacances Québec.....	13-16
Vaccination.....	17
Parcours d'insuffisants rénaux	18-19
Qu'est-ce qu'on mange	20
Transplant Québec	21
D'un centre à l'autre	22-23
Informations	24
Livre de recettes	25
Guichet Unique Échange/Déplacements.....	26
Agir en photos	27
Formulaire d'adhésion	28



Association Générale des Insuffisants Rénaux

4865, boulevard Gouin Est
Montréal-Nord (Québec) H1G 1A1
Tél. : 514 852-9297 ou 1 888 852-9297
Télé : 514 323-1231
Site web : www.agir.ca
Courriel : reins@agir.ca

**Déplacement Guichet Unique : 514 329-1178
ou 1 888 329-1178**

Heures de bureau : 9h00 à 16h00 du lundi au vendredi.

Mot du président



Luc Gendron
Président

Bonjour à vous tous et toutes,

Déjà rendu au mois d'octobre, l'automne arrive avec ses belles couleurs, ses températures plus fraîches et les habillements plus chauds que nous devons porter. Ça nous permet de sortir les grosses couvertures et les manteaux chauds pour les soirées où ça commence à sentir le bois qui brûle dans les cheminées quand on sort à l'extérieur. Ça me fait tout drôle de vous écrire ça alors que nous venons tout juste de sortir d'une canicule au début septembre. Mais si l'automne est comme l'été que nous venons d'avoir, il risque de nous réserver quelques surprises. Nous avons eu quelques semaines de vacances à Baie-Saint-Paul et des fins de semaines afin de permettre à bon nombre de nos membres de profiter d'un peu de répit. C'est le mandat qu'A.G.I.R. met de l'avant depuis sa fondation en 1979.

J'ai moi-même eu la chance de profiter d'une semaine à Baie-Saint-Paul au mois d'août, c'était vraiment charmant et le personnel à l'hôpital était vraiment très aimable. C'est tout petit mais très humain. Les paysages dans la région de Charlevoix sont à couper le souffle, pour moi le citadin qui n'a pas beaucoup voyagé.

Je me suis dévoué à la cause depuis le début des années 2000 et je suis toujours là. C'est une très belle cause et nous avons besoin de sang nouveau pour apporter AGIR dans une nouvelle vague, oui toi qui lis ce message, c'est à toi que je parle, tu aimerais donner un peu de ton temps pour une très bonne cause ? Nous avons besoin de toi, ça ne prend pas beaucoup de temps, on parle de quelques heures par mois et ça ne prend qu'une connexion internet et une caméra web pour faire partie du C.A. de l'association, donc tu peux être dans n'importe quelle région du Québec pour nous aider à bâtir l'AGIR de demain. Pensez-y 😊

Bon comment terminer cet article, l'inspiration n'est pas trop au rendez-vous, pas que je n'aime pas vous écrire un petit mot, mais j'ai trop de chose que je balance en même temps et que je vais finir par mettre de l'ordre, ça fait tellement de bien quand on se place les idées et de l'ordre dans la maison, et si vous avez besoin d'aide, il y a pleins de services qui sont offerts, n'hésitez pas à demander et questionner votre centre de soins. Il n'y a rien de mal à demander de l'aide, nous sommes tous humains avec nos limitations.

Votre président
Luc Gendron

Hello to you all!

Already in October, autumn is arriving with its beautiful colors, its cooler temperatures, and the warmer clothes that we will have to wear. It allows us to take out the big warm blankets and warm coats for the evenings when we start to smell like wood burning in the fireplaces when we go outside. It feels strange to write this to you when we have just come out of a heatwave at the beginning of September. But if fall is like the summer we just had, it may have some surprises in store for us. We had a few weeks of vacation in Baie-Saint-Paul and weekends to allow many of our members to enjoy a little respite. This is the mandate that A.G.I.R. has been putting forward since its founding in 1979.

I had the chance to enjoy a week in Baie-Saint-Paul in August, it was charming and the staff at the hospital were very friendly. It's very small but very human. The landscapes in the Charlevoix region are breathtaking, for me as a city dweller who hasn't traveled much.

I have been dedicated to the cause since the early 2000s and I am still here. It's a very good cause and we need new blood to bring AGIR in a new wave, yes you who read this message, it's you I'm talking to, you would like to give a little of your time for a very good cause? We need you, it doesn't take much time, we're talking about a few hours per month, and it only takes an internet connection and a webcam to be part of the association's board of directors, so you can be in any region of Quebec to help us build the AGIR of tomorrow. Think about it 😊

Well how to finish this article, the inspiration is not really there, not that I don't like to write you a little note, but I have too many things that I juggle at the same time and that I am going to finish putting things in order, it feels so good when you have ideas and order in the house, and if you need help, there are plenty of services offered, don't hesitate to ask and question your healthcare center. There is nothing wrong to ask for help, we are all humans after all with our own limitations.

Your president
Luc Gendron



Répit-Vacances

Répit-Vacances!

Dans le dernier bulletin, nous ne pouvions afficher les gagnants des fin-de-semaines (Québec et Trois-Rivières) et de la semaine (Baie St-Paul) car, vous comprendrez que certaines personnes avaient des réservations après la parution de notre dernier bulletin. Nous voulions montrer des photos et surtout des gens avec des beaux sourires! (Tous les noms qui figurent sont exacts – à moins que certains des derniers gagnants annulent pendant l'impression de ce bulletin).

Un Répit-Vacances est à des années lumières d'un traitement (ou d'une greffe) de la maladie rénale mais c'est un beau pansement. J'ai une approche, une pensée particulière de la santé – comme la Terre fonctionne en parallèle avec tous ses éléments, je crois que le corps fonctionne en parallèle avec tous ses éléments à lui. Vous devez prendre soin de tous VOS éléments. Votre esprit est un composant important de la « mécanique biologique humaine » (estime de soi, moral, et, à l'inverse, dépression, ennui, isolement et tant d'autres choses!). Il y a des gens avec beaucoup de problèmes de santé qui disent « bien aller », d'autres gens avec moins de problèmes de santé qui disent « mal aller ». Un dicton « ce n'est pas la nouvelle qui est bonne ou mauvaise, c'est comment nous la gérons ».

Je n'ai pas inventé Répit-Vacances mais, quand j'en ai eu connaissance, comme on dit – « j'ai sauté au plafond de joie! » Au plus sincère de ma pensée, je crois que c'est un magnifique projet qui aide le côté psychologique, la détresse morale et ainsi de suite. Dans le dernier bulletin/ sur Facebook – j'ai dit que nous en étions tous gagnants. Mais, je n'ai pas exploré avec vous cette pensée. Ainsi donc - si vous avez acheté des billets, que vous n'avez pas gagné un prix. Sachez que votre participation a aidé de façon très significative une personne qui souffre. La journée que NOUS TOUS, collectivement, participons à Répit-Vacances – nous

faisons un don de nous pour le bien-être d'une personne – même si nous n'avons pas de licence en médecine, mandat du gouvernement, études spécialisées et etc. Ce n'est pas donné à tous de pouvoir être un spécialiste en médecine, d'être mécanicien, d'être pilote d'avion – parfois – ce n'est pas notre intérêt, peut-être n'avons-nous pas le talent – il faut avoir l'humilité de reconnaître ses limites – aussi, il arrive que nous n'ayons pas eu les moyens financiers, le temps de faire les études pour en obtenir les compétences ou encore, nous avons mis le temps disponible sur la vie de famille. Mais, la gentillesse, elle, qui ne coûte rien, vaut un montant en or inestimable. C'est mon travail de vous remercier d'avoir participé à ce projet mais, c'est mon plaisir de vous en remercier pour l'avoir fait avec votre cœur.

Au moment où j'écris ce mot, je suis déjà à cogiter sur notre prochain projet de billets. Il devra être plus tôt cette année. La pandémie a ralenti et en même temps bousculé beaucoup de choses. Répit-Vacances en a souffert = vous en avez souffert. Je me croise les doigts, les bras, les orteils, les jambes, difficilement mes oreilles mais, facilement, mon long nez. J'espère ne pas me tromper en écrivant ceci : nous sommes maintenant au-delà de la pandémie. Nous avons réussi à améliorer notre système informatique pour faire un meilleur suivi et nous serons en mesure d'avoir plus de personnel pour communiquer avec vous. Il y a plus encore...

Notre équipe prend parfois un moment pour une réunion et nous désirons avoir une approche TRÈS humaine avec vous. Nous ne pouvons pas mettre en branle un projet humanitaire sans avoir une communication humaine avec vous. Oui, prenez des billets mais, dites-nous comment vous allez. Si notre mission était de vendre des billets – nous ouvririons un cinéma.

L'équipe A.G.I.R.

Mot du D.G.



Pierre Viau
Directeur général

Bonjour à nouveau!

On dit que la santé n'a pas de prix. C'est faux. Au Québec comme partout ailleurs au monde, la santé a un prix. L'environnement a un prix, ce qui veut dire que la planète a un prix. Ce n'est pas la faute d'une personne/organisation/palier gouvernemental. C'est la faute de tous. Nous le faisons nous-mêmes. Nous achetons des produits moins bons pour la santé à cause du prix.

Nous dépensons pour nous faire coiffer au lieu de dépenser sur de l'équipement sportif. Il nous est facile de dire que de toute façon, à cent ans, nous ne serons plus là, il faut en profiter. Mais, ce que nous oublions sont les années avant cent ans car la qualité de votre vie, elle, est SANS PRIX. La bonne nouvelle est que vous avez le choix. Enfin, beaucoup de vous.

Même si vous êtes atteint de la maladie rénale – vous avez un certain contrôle. En peu de temps, chez AGIR, j'ai rencontré beaucoup de gens et, à date, si nous ne pouvions pas aider, nous avons demandé à la personne de consulter son médecin, son travailleur social, et ainsi de suite - nous avons recherché la ressource nécessaire. Il ne nous a pas été possible d'aider tout le monde mais, nous avons fait du chemin et des choses se sont réglées. Parfois le plan « A » n'est pas disponible... et ni le plan « B » - éventuellement, rendu au plan « F » c'est moins intéressant. Peut-être que le problème que vous vivez est transitoire? Mais aussi, peut-être que ce n'est pas transitoire? Dans les deux cas – il faut faire quelque chose. Vous comprendrez qu'il me serait difficile de vous conseiller, chaque personne en est à sa propre étape. Mais, je parie que vous connaissez vos besoins beaucoup mieux que moi! Connaître vos besoins est une étape cruciale pour VOTRE plan « A ». Comme je répète souvent : la maladie rénale est plus grave que...la maladie rénale. La maladie rénale n'est pas une bête solitaire. Elle aime l'accompagnement d'autres problèmes (santé, psychologique, social, etc.). Beaucoup de gens ne pourront pas se trouver un emploi, une assurance et autre chose que beaucoup considèrent

normal. Pour ma part, c'est inacceptable qu'un humain ne puisse avoir le minimum et qu'en plus la raison en est son état de santé. Mais, il y a davantage. Beaucoup de gens sont seuls, leur réseau social est la personne qui leur donne des médicaments à la pharmacie. Vous seriez surpris du nombre de gens qui n'ont pas l'internet. Il y a le coût d'un ordinateur mais, aussi, pour certaines personnes les connaissances ne sont pas au rendez-vous. La maladie rénale entraîne la faillite, la rupture d'une famille – ce sont des choses qui peuvent arriver à n'importe qui, mais, la maladie accentue ces choses. La maladie rénale, ce n'est pas que les autres maladies ne sont pas graves – mais – la maladie rénale est haute dans le palmarès et ses conséquences sont mortelles si non-traitées sur une base régulière et répétitive.

Peut-être pensez-vous que Pierre Viau vous donne juste un autre message parce-ce que c'est un autre bulletin – oui et, un gros NON! Les messages de ceinture de sécurité automobile ont changé bien des comportements avec le temps et des vies ont été sauvées. S'il-vous-plait, portez votre « ceinture de sécurité rénale ». N'attendez pas d'avoir un accident = faites-vous expliquer vos résultats par votre médecin, demandez quoi faire, allez chercher l'aide pour le côté moral et mental si nécessaire. Si votre tuyau dans la salle de bain coule, il ne va pas se réparer seul – au contraire, vous aurez une inondation. Il nous arrive tous dans la vie d'avoir besoin d'aide. J'ai eu besoin d'aide dans ma vie...plus d'une fois! Alors, si jamais vous en êtes au plan « Z » et que ça ne fonctionne pas - contactez-moi je vous aiderai si cela m'est possible.

Je suis au 514.852.9297 ou sans frais le 1.888.852.9297 et mon courriel est reins@agir.ca. Je ne veux pas votre argent et je veux vous aider. Si vous trouvez une meilleure offre que ça, prenez-là!

Pierre Viau
Directeur général



Jean Lacroix

LA QUALITÉ DE VIE EN 2023

Quotidiennement, on entend sur tous les toits, et dans la bouche de tous et chacun, surtout des politiciens, qu'on veut améliorer la Qualité de Vie (QDV) d'un groupe de la société. Qu'en est-il de la QDV ?

En suppléance rénale, les méthodes utilisées depuis soixante ans nous assurent une survie très prolongée qui dépasse même les quarante ans de traitement.

Cependant, aucune suppléance rénale, même la greffe, ne permet de revenir à un état de santé similaire à celui des personnes exemptes de toute maladie chronique. La greffe demeure un traitement qui a une durée de vie.

Ainsi, la QDV se définit comme le résultat d'une interaction entre les conditions de vie d'une personne et la manière dont ces conditions sont ressenties ou perçues par elle.

Alors, les principaux facteurs qui interfèrent avec une qualité de vie satisfaisante et optimale chez les personnes sous suppléance rénale sont :

Les contraintes et complications causées par les méthodes de traitement comme tel.

Les effets nombreux d'une correction imparfaite des anomalies cliniques et biologiques en présence.

Les effets des pathologies extra-rénales associées à l'insuffisance rénale, comme les nombreux coûts et la morbidité.

Les effets liés à la situation familiale, professionnelle, économique, culturelle et psychologique, propre à chacune des personnes, ainsi que les nombreux effets secondaires associés à la prise de plusieurs médicaments.

Les facteurs médicaux qui interfèrent de façon significative la QDV des dialysés (eés) sont les contraintes d'horaires, et les limitations nutritionnelles et de déplacements à distance. De plus, la QDV est grandement influencée par les conséquences des pathologies éventuellement associées comme le diabète et l'insuffisance coronarienne. L'âge, les répercussions sur l'activité professionnelle et leurs conséquences économiques, la détérioration des relations

sociaux-familiales ont aussi un impact important sur la QDV des personnes dialysées.

Une amélioration très significative de la QDV par rapport à une période antérieure de traitement par dialyse est le plus souvent obtenue chez les personnes ayant bénéficié d'une transplantation rénale. En effet, la levée de certaines contraintes alimentaires et celles liées aux techniques de dialyse, la restauration d'une certaine liberté de déplacement et la correction de l'anémie sont toutes ressenties comme libératrices à souhait.

Toutefois, à l'euphorie des premiers mois succèdent les effets secondaires, parfois sévères, des traitements immunosuppresseurs, la nécessité d'une surveillance assidue, la préoccupation, voir l'angoisse grandissante d'une perte du greffon par rejet chronique, influent très négativement sur la QDV des personnes transplantées.

Les traitements médicaux, en particulier cortisonique, peuvent également influencer grandement sur le psychisme sans oublier que les risques de tumeurs sont plus élevés chez les patients et patientes immunodéprimés.

Comme on vient de le voir, tous ces facteurs influencent la QDV et se doivent d'être pris en compte pour en faire la mesure. Au-delà des promesses, nos politiciens ont le devoir de reconnaître le droit à l'accommodement, lequel devrait se traduire par la mise en place de mesures novatrices en biens et services pour justement améliorer la QDV et ainsi favoriser l'inclusion pleine et entière des personnes sous suppléance rénale.

En guise de conclusion, il faut que nos dirigeants comprennent que la vie d'une personne ayant des limitations fonctionnelles ne se limite pas à son état de santé, mais inclut comme pour tout citoyen, la vie quotidienne, l'éducation, le loisir, la culture, le travail, la Mobilité et le transport.



Répit-Vacances *Gagnants Chalet Baie St-Paul*

Séjour d'une semaine au Chalet le 174, Baie St-Paul

29 juil-5 août 2023
7-11 août 2023
14-18 août 2023
21-25 août 2023
28 août-1er sept 2023

M. Vaillancourt, Québec
L. Gendron, Trois-Rivières
M-Y. Viger, Sherbrooke
R. Marcoux, Sherbrooke
R. Gauthier-Tremblay, Val d'Or

4-8 sept. 2023
11-15 sept. 2023
18-22 sept. 2023
25-29 sept. 2023

M. Bahl, Drummondville
S. Morin, Sherbrooke
J. McGrath, Rosemère
C. Lapointe, Canton de Hatley



Les derniers mois ont été plus que difficiles. J'ai vécu l'échec d'une greffe de rein, des complications qui s'enchaînent et une chirurgie d'urgence qui aurait pu être fatale. Rien de reluisant pour amoindrir mes inquiétudes et celles de mon conjoint et de mes enfants. Après des aller-retours à l'hôpital totalisant

90 jours dont 40 consécutifs, je suis rentrée à la maison, le 21 juin affaiblie, épuisée et complètement démoralisée.

J'avais entre deux opérations vendues quelques billets pour agir, parce que je sais comment ils sont supportant, je ne m'attendais à rien, c'était pour la cause des insuffisants rénaux. J'avais peu d'énergie, mais j'y tenais. J'ai trouvé auprès de mes parents et amis des supporteurs pour l'achat des billets.

Je me souviens très bien, c'était le matin du 11 juillet. Je recevais l'appel de M. Viau pour me dire que je venais de gagner un séjour d'une semaine dans un chalet à Baie St-Paul. Je n'y croyais pas... J'ai pleuré, pleuré de reconnaissance, mais aussi parce que la vie n'est pas toujours sombre parce que je sais que malgré tout la vie fait bien les choses.

Il y a tant d'années que je n'avais pas pris de vacances avec les enfants et mon amoureux. Nous avons profité de ces journées pour nous retrouver, nous reposer, faire de petites activités et pour festoyer tant la vie que l'anniversaire de ma fille de 10 ans. Nous gardons de ces moments des souvenirs inoubliables.

Merci de m'avoir permis ce répit... Qui tombait à point dans ma recherche pour redonner un sens à ma vie.

La vie est belle,
M. Vaillancourt

PS : Soyez assuré de mon implication pour que les insuffisants rénaux soient reconnus à leur juste valeur.



Merci beaucoup à AGIR pour ce séjour à Baie St-Paul.

7 jours de beau temps avec chaleur. Un beau chalet le 174 très propre et bien équipé. Très belle vue sur la baie et le fleuve. Bel accueil à l'hôpital, cela a bien été pour les traitements; le personnel content de nous voir.

Cela fait beaucoup de bien de prendre des vacances et de visiter un beau site et les environs de Charlevoix dans Charlevoix.

Seulement du positif. Merci encore.

M. bahl



Je t'ai oublié encore une fois, je ne sais pas trop où j'ai la tête. Voici les photos prises du balcon car je n'ai même pas pensé en prendre à l'intérieur, le paysage était trop à couper le souffle.

L. Gendron

Répit-Vacances

Gagnants Chalet Baie St-Paul



The phone rang one late afternoon this past July.

"Yes, It's **J. McGrath** speaking"

"Mr. McGrath, I am calling from AGIR to inform you that you have won a free week at a chalet in Baie St. Paul"

Most importantly, the lady quickly explained, my dialysis treatments would be organized for me at Hopital Baie St. Paul. My wife Jill and I were totally surprised at the prospect of 'getting away' to the lovely Charlevoix region. We looked forward to our September change of scene and the natural beauty of the area.

The weeklong trip turned out wonderfully well. In addition to good weather there were visits to art galleries many with the vibrant colors often reflective of the region. The very engaging maker of pottery, Stephane Boucher in particular, was a joy to meet. The Baie St. Paul area is of great pride to our province. Our sincere thanks to AGIR for organizing the wonderful vacation and its tireless work on behalf of renal patients and their families. While I have this platform, it is important to me to express how lucky I am in life. Married for over 50 years to the same lovely woman, 2 very accomplished and handsome children, and 6 beautiful (of course) grandchildren, I am most fortunate to be able to watch the family members evolve.

Diagnosed with Glomerulonephritis in 2009, I was suddenly introduced to the world of Nephrology and the health professionals at Hopital Cite de la Sante and CHARL of Laval, Quebec. I began peritoneal dialysis at home in 2016 and after two infections over the years, I am now on hemodialysis permanently. The health system has worked well for me!! What is most remarkable in my estimation however, are the people who work in the health sector. That nursing assistant who remembers to bring that extra blanket I like to have. The nurse who sings poorly but makes his colleagues and patients laugh all the time with his sense of humour. The doctor that spends a little more time during the monthly visits to inquire about my family. Ah! The nurses - the bedside professionals who are always there, always positive, totally dedicated. Nurses are the people who make the system work and for that we owe our support and unwavering gratitude.

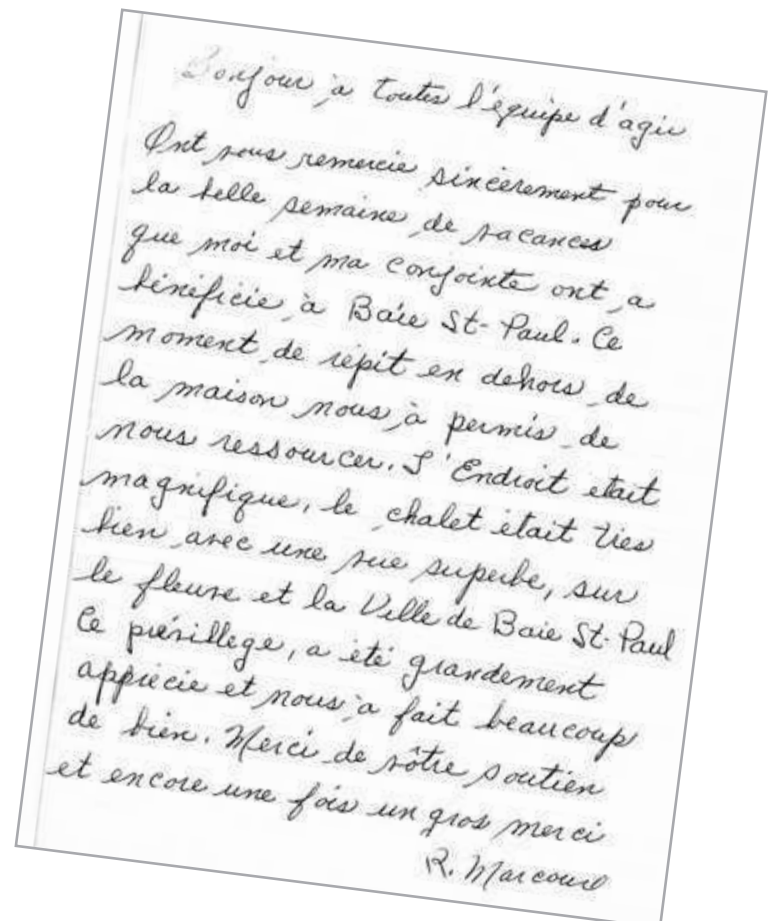
For sure – I Am a Lucky Guy!!



Bonjour Tout l'monde

Je viens vous raconter un peu notre séjour à Baie St Paul , une semaine où la Chance m'a sourit encore une fois , oui je suis chanceux malgré ma malchance insuffisance rénale qui m'occasionne de petits bobos de temps à autres, cette semaine que Agir nous a permis de réaliser nous a fait un grand bien , en nous sortant de la routine de dialyse aux 2 jours , je dialyse à la maison et c'est mon Ange qui me branche au 2 nuits. Un beau chalet avec une vue superbe sur Baie St-Paul MERCI !!! AGIR POUR CE TIRAGE

M. Y. Viger



Répit-Vacances *Gagnants Chalet Baie St-Paul*



Mon voyage-répit

Par R. Gauthier-Tremblay de Val-d'Or

Gagner ce séjour dans un chalet à Baie Saint-Paul en Charlevoix a été pour moi une agréable surprise. En effet, lors de la journée du tirage, ma mère m'a annoncé que j'avais remporté une semaine de vacances à BSP.

Bien heureux d'apprendre que j'aurais des dialyses à l'hôpital de Baie St-Paul, nous avons donc commencé à discuter de nos plans de voyages. Il faut d'abord comprendre que ma famille reste en majorité au Saguenay et cela faisait plus de cinq ans que je ne les avais pas vu. Après avoir fait des demandes de dialyses infructueuses à l'hôpital de Chicoutimi, nous nous étions donc résignés d'abandonner les plans de voyages dans ma région natale, jusqu'à la journée du tirage.

La bonne nouvelle a vite fait le tour de mon entourage et des plans de venir nous voir à Baie St-Paul se sont vite organisés.

Des cousins, des oncles et des tantes se sont déplacés pour venir dans la région pour y passer du bon temps avec nous. Le nous, dans ce témoignage, c'est moi et mes parents, André et Jacynthe. Eux aussi étaient heureux de mon sort.

Mes traitements de dialyse avaient été préalablement déterminés avec des appels de l'infirmière Véronique

Tremblay qui s'occupa très bien de moi à Baie St-Paul. Il y avait de la place les matins et les après-midis et j'ai choisi les avant-midis. Ce fut une sage décision car avec une dialyse au début d'une journée, cela me laissait le reste de la journée ouverte à toutes sortes d'aventures.

Contrairement à mes heures de dialyse à Val-d'Or, il a fallu que je me lève vers les 6 heures A.M., chose qui n'était plus habituelle pour moi. En plus de se lever avec le chant des oiseaux, et plus spécifiquement les corbeaux, j'ai apprécié le fait d'avoir eu le reste de mes journées libres.

Le chalet était vraiment très bien avec une vue exceptionnelle sur le fleuve et la baie. La grandeur d'une petite maison avec tous les services et accessoires nécessaires pour y passer du bon temps. J'aimerais bien remercier le groupe A.G.I.R. pour avoir offert ce cadeau exceptionnel car on s'y sentait comme chez nous.

Bien que je n'aie pas parlé de notre voyage avec plus de détails, ce fut très agréable et retourner à BSP ou dans la région de Charlevoix sera inscrit dans mon calendrier de 2024, si possible.

Milles Mercis à tout le monde dans la famille d'A.G.I.R.,
R. Gauthier-Tremblay

Merci à AGIR pour le beau voyage à Charlevoix de 1 semaine. étant dialysé depuis 2015 les vacances de 1 semaine n'existe pas.

Le chalet était parfait, tout est inclus et très belle vue du salon voir photo de la montagne.

Hôpital est neuf, et le personnel très accueillant, comme si nous serions leurs patients de toute les semaines.

Voyage à Ile aux Coudres, j'ai aussi pris le Train de Charlevoix jusqu'à La Malbaie. et pour finir une visite au Casino de Charlevoix et Manoir Richelieu.

Encore merci et continuer votre bon travail.

S.Morin



Répit-Vacances *Gagnants Suites Lavolette Trois-Rivières*

Week-ends répit Suites Lavolette à Trois-Rivières

28-30 juillet 2023
29-31 juillet 2023
4-6 août 2023
5-7 août 2023
11-13 août 2023

P. Lauzon, Montréal
M. Larocque, Laval
S. Vallières, Montréal
J. Beaudet, Laval
J. Bélanger, Brossard

12-14 août 2023
18-20 août 2023
19-21 août 2023
25-27 août 2023
26-28 août 2023

H. Marcotte, Laval
J-B. Larouche, Sorel-Tracy
F. Brochu, St-Eustache
J. Lacroix, St-Lambert
N. Perras, Montréal



Je prends quelques instants pour vous parler de notre fin de semaine gagnée à Trois-Rivières, à l'hôtel Les Suites de Lavolette. Malgré une température pluvieuse, ma conjointe et moi, nous sommes promenés dans Trois-Rivières. Nous avons visité les centres commerciaux. Nous avons pris de bons repas dans des différents restaurants.

Ce n'est pas tellement la distance mais plutôt le changement de décor qui nous a fait apprécier ce séjour. Ces moments de détente et de dépaysement nous ont procuré des moments de relaxation après un début d'année difficile. Au mois de mars, ils ont diagnostiqué un taux élevé d'enzymes dans le pancréas qui a nécessité des examens très spécifiques. Ensuite, j'ai eu la streptocoque A (mangeuse de chair), hospitalisation d'urgence, chirurgie pour ouvrir tout le cou afin d'extraire toute l'infection, intubation, coma artificiel, dix longues journées sur l'étage des soins intensifs pour ma conjointe Nicole et moi en sachant que ma vie tenait à un fil. Depuis le mois de mars, je ne suis plus sur la liste de Transplant Québec en attendant les rapports médicaux de tous les médecins. Bref, le séjour à l'hôtel nous a fait du bien. Je vous joins une photo à mon arrivée à l'hôtel.

J. Bélanger



Fin de semaine à Trois-Rivières les suites de Lavolette Hôtel accueillant et chambre ultra spacieuse. Belle température, plusieurs endroits à visiter Musée-Vieille prison, parc des forges de St-Maurice et de bons restos.

J. Baptiste Larouche



Merveilleux séjour aux Suites Lavolette à Trois-Rivières: belle chambre, bon déjeuner et belle piscine.

Ça nous a permis de découvrir le vieux Trois-Rivières et les forges du Saint-Maurice.



Merci pour tout! **S. Vallières et C. Robillard**

Bonjour à tous,

J'aimerais vous faire part de mon appréciation concernant le séjour à l'hôtel Lavolette de Trois-Rivières,

La beauté de cette ville fut fondée en 1634, elle est la plus ancienne ville du Québec. Elle a pu conserver des bâtiments architecturaux qui font maintenant partie d'un patrimoine historique très intéressant. Le charme des rues Des Ursulines, Lavolette ainsi que l'aménagement des berges du Vieux-Port sont des attraits touristiques à ne pas manquer.

Trois-Rivières, c'est aussi un endroit dynamique et animé. À ne pas manquer un spectacle à l'Amphithéâtre Cogeco. C'est aussi un plaisir de circuler sur la rue Des Forges avec ses nombreuses terrasses. Il y a une ambiance de fête et on a le goût d'y rester.

Bref, un hôtel très confortable, belles découvertes de cette ville que je connaissais peu.

Je suis enchanté de mon week-end. Merci à toute l'équipe A.G.I.R

H. Marcotte

Répit-Vacances *Gagnants Suites Lavolette Trois-Rivières*



Merci beaucoup à AGIR pour ce beau cadeau d'un week-end répit de 3 jours (du samedi 5 au lundi 7 août 2023) aux Suites Lavolette à Trois-Rivières.

J'ai beaucoup apprécié mon week-end. Mon fiancé et moi sommes partis de Montréal (du Terminus Berri) vers 17h30 le samedi et sommes arrivés à l'Hôtel vers 19h30. C'était la fin de semaine du Grand Prix. Mon fiancé était déjà familier avec cette ville puisqu'il y a déjà habité il y a quelques années. Après avoir laissé nos bagages à notre chambre, nous sommes ressortis pour aller au Centre-Ville (la rue Des Forges était piétonnière pour l'occasion) et aller voir les festivités. Tout se passait près du Port. Il y avait de la musique, beaucoup de restaurants et bars-terrasses. Vers les 22h, ils un feu d'artifice devait avoir lieu, mais ça a plutôt été un spectacle avec des drones. C'était très impressionnant et magnifique.

Le lendemain (dimanche) après avoir pris un très bon déjeuner continental (œufs, rôties, café,) nous sommes repartis au Centre-Ville. Nous avons visité une galerie d'art et le couvent des Ursulines (une guide nous a tout expliqué l'historique du couvent et de l'école adjacente). C'était très intéressant et instructif. La chapelle est maintenant utilisée pour les funérailles des religieuses et le couvent a été transformé en musée. Il n'y a plus de religieuses qui habitent là-bas malheureusement.

Ce qui m'a vraiment fait du bien, est de sortir de ma routine et de changer d'air; pouvoir me promener tranquillement sans but précis, découvrir de nouveaux endroits, de PRENDRE LE TEMPS. Nous n'avions aucune contrainte, aucun stress. Finalement, nous sommes repartis de Trois-Rivières le lundi (7 août) par l'autobus de 12h30 et sommes arrivés au terminus à Montréal vers 15h00.

J. Beaudet

Nous avons eu la chance de séjourner aux Suites Lavolette de Trois-Rivières. C'est un très bel hôtel, très propre, le personnel est courtois et attentionné, l'ambiance y est calme. Très bon choix.

Nous en avons profité pour visiter le Musée POP et admirer l'amphithéâtre Cogéco pour assister au spectacle Hommage à Guy Lafleur. Nous avons été charmés et remercions énormément AGIR pour l'organisation reliée à la réalisation du tirage annuel. Félicitations.

P. Lauzon



Répit-Vacances *Gagnants Hôtel Lindbergh Québec*

Weeks-ends répit Suites Hôtel Lindbergh à Québec

15-17 juillet 2023
21-23 juillet 2023
22-24 juillet 2023
28-30 juillet 2023
29-31 juillet 2023
4-6 août 2023
5-7 août 2023
11-13 août 2023
18-20 août 2023
25-27 août 2023

C. Lapointe, Canton de Hatley
F. Chabot, St-Théodore d'Acton
E. Tudor, Montréal
V. Jacob, Mirabel
C. Tessier, St-Lin
P. Rainville, St-Charles-Borromée
P. Savard, St-Charles-Richelieu
P. Lambert, Repentigny
F. Thériault, Québec
L. Bégin, Laval

26-28 août 2023
1-3 sept. 2023
2-4 sept. 2023
8-10 sept. 2023
9-11 sept. 2023
13-15 sept. 2023
15-17 sept. 2023
16-18 sept. 2023
16-18 sept. 2023

L. Sioui, Québec
S. Larochelle, Bromont
J. Noël, Longueuil
C. Gozzi, Terrebonne
M. Mark, St-Hubert
L. Gagnon, Guigues
M. Laforest, Bécancour
A-M. Benoît, St-Jérôme
N. Faille, St-Jean-Richelieu



Quelques mots pour vous faire part de notre reconnaissance pour notre weekend à Québec du 9 au 11 septembre dernier. Nous en avons profité pour visiter le château Frontenac, faire une belle promenade dans le vieux Québec et les alentours. Je vous joins 1 photo d'un beau moment de notre passage sur la terrasse Dufferin. Grand merci pour cette belle occasion, cela fut très apprécié. **M. Mark**

Bonjour, voici quelques photos de notre séjour à Québec. Nous avons profité de notre proximité pour aller faire une promenade à l'île d'Orléan. Nous avons visité une cidrerie, et nous avons mangé au restaurant de la plage. Restaurant spécialisé dans les fruits de mer. C'était délicieux et une superbe vue sur le fleuve.

Merci pour cette belle fin de semaine!
M. Laforest



Bonjour, je veux remercier toute l'équipe d'AGIR de m'avoir permis ce séjour à Québec. Une de mes amies et moi avons passé la journée à l'île d'Orléan, magnifique! M. Cassis et filles, crème glacée vanille et cassis! P.S. Je suis à droite de la photo merci encore!

N. Faille



Merci pour la belle fin de semaine car ces trois jours à Québec nous ont fait oublier la maladie rénale et nous ont donné un répit. La chambre à l'hôtel était merveilleuse voici quelques photos de notre visite dans le vieux Québec nous avons rencontré un pianiste qui nous a amenés dans un autre monde nous avons admiré une fresque quelle merveille une boutique un artiste qui travaille le bois. Le château Frontenac qui surplombe le paysage. Donc aussi petit soit le répit il faut en profiter au maximum. **P. Lambert**



Répit-Vacances *Gagnants Hôtel Lindbergh Québec*



Gagnante d'un week-end pour deux à Québec, un rêve se réalise!

Il fut un temps où j'aurais planifié une visite au Musée national des Beaux-Arts du Québec, une petite marche agréable dans le petit Champlain, un arrêt dans un café sympathique et pourquoi pas, la visite de quelques charmantes petites boutiques, mais dans mon cas, c'était plus sage de respecter ma réalité...

Je m'appelle L. Bégin et je suis une proche aidante depuis un peu plus de six ans. Mon mari souffre de la maladie d'Alzheimer alors j'ai décidé de partir seule pour mon week-end pour deux et j'ai pu le faire sans me sentir coupable. De mon côté, je suis hémodialysée depuis un peu plus de deux ans. Et depuis ce temps je tente de conjuguer au mieux nos deux vies. Ce week-end, c'est comme un véritable cadeau et j'en avais réellement besoin, croyez-moi.

Je suis partie tout de suite après mon hémodialyse du vendredi matin où l'on m'a également donné en même temps une autre transfusion. C'était ma deuxième cette semaine-là.

J'ai choisis de me rendre à Québec en train et pour quelques dollars de plus, on m'a surclassé en classe affaires... Breuvages chauds ou froids offerts dans le salon Affaires, puis apéritifs, vin pendant le repas, digestifs, etc. Évidemment, comme toute personne dialysée, j'ai dû faire des choix judicieux en tenant compte de la quantité quotidienne de liquide recommandée par nos néphrologues.

Dans le train, j'ai eu un petit malaise. Je ne me sentais pas bien et je craignais de perdre connaissance. J'ai donc décidé de me rendre aux toilettes afin de mettre de l'eau froide dans mon visage, question de me ressaisir. J'y suis retourner à quatre ou cinq reprises et je n'obtenais pas l'effet voulu. En sortant des toilettes, une femme m'a doucement interpellé et m'a demandé si j'allais bien et si j'avais besoin d'aide. Et elle m'a demandé : êtes-vous dialysée, je suis néphrologue. Entre vous et moi, quelles sont les probabilités qu'une néphrologue soit dans la même voiture que moi et à quelques sièges de moi? Elle m'a raccompagnée jusqu'à mon siège et quelques secondes plus tard, une employée du train est venue s'enquérir de ce qui se passait. Dr Alexandra lui a demandé de m'apporter de l'eau froide et avec ma permission lui a parlé de ma condition de santé. Et à peine quelques minutes plus tard, le chef du train est venu m'informer qu'il avait communiqué

avec son collègue à la gare de Sainte-Foy et que ce dernier, m'attendrait à la descente du train pour me conduire à une voiture taxi et qu'il s'occuperait de ma valise. Seulement de vous décrire cette saga, j'en ai les larmes aux yeux. Il y a des anges sur mon chemin... malgré ce que j'en pense parfois, je ne suis pas seule, des personnes bienveillantes veillent sur moi.

Le vendredi soir a été consacré au repos. Le lendemain matin, mon frère est venu me chercher pour m'amener visiter la maison qu'ils avaient construits il y a trois ans. J'avais tellement envie de m'y rendre, mais ma santé ne me le permettait pas. Tout est harmonieux. Le jardin d'herbes biologiques côtoie le jardin de petits fruits et de légumes. Quatre poules se promènent en toute liberté. Et en face de la maison, le majestueux fleuve Saint-Laurent déploie toute sa splendeur. Et l'air pur qui nous enveloppe et qui se fraie un passage jusqu'à nos poumons... je ne cessais pas de prendre de grande respiration pour en garder le plus possible en moi.

Je me suis posée tout doucement dans cette quiétude. J'aurais voulu que ça ne s'arrête jamais. Mon frère m'a offert à quelques reprises d'aller me reposer, mais non, je voulais être pleinement consciente de cette magnifique vue et profiter de tout cet air pur. J'y ai passé toute la journée et le soir venu, nous sommes allés manger dans un bon restaurant de Québec, « La Gaspésienne 51 » avant qu'ils me ramènent à l'hôtel.

Et pour ma deuxième nuit, j'ai tellement bien dormi que je me suis réveillée à 9h50 le lendemain matin. Aucune inquiétude, aucune oreille en éveil à savoir est-ce que mon mari va se lever, a-t-il besoin d'aide? Rien, juste un sommeil profond et tellement bienfaiteur.

Le retour s'est bien déroulé. J'ai recroisé Dr Alexandra qui revenait d'un week-end chez sa Maman et j'étais heureuse qu'elle me revoie en meilleure forme que deux jours plus tôt.

Cette fin de semaine a été pour moi un véritable cadeau. Merci tellement à AGIR de permettre à des dialysés de pouvoir jouir de fins de semaines comme celle-là. AGIR, merci d'être dans nos vies!!!

L. Bégin



Répit-Vacances *Gagnants Hôtel Lindbergh Québec*

Bonjour Je voulais simplement que vous transmettez mes remerciements à la personne qui m'a appelé pour dire que j'ai gagné la fin de semaine à l'hôtel (encore merci !!!) j'étais à un rendez-vous donc j'ai dû raccrocher rapidement!! Mais je suis vraiment contente d'avoir gagné le fameux prix! Merciii je suis très reconnaissante

V. Jacob



Un gros merci à AGIR qui m'a permis cette pause agréable et ressourçante. J'ai bien aimé l'hôtel Lindbergh. Tout est bien propre, le lit très confortable et le déjeuner frugal me convient parfaitement. Au retour on a fait une pause à Neuville au bord du fleuve! J'ai rapporté deux roches ramassées sur la berge en souvenir. Il faut que je vous dise que je suis une grande fan du monde des pierres. Voici quelques photos souvenirs de ce beau voyage à Québec.

A.M. Benoit

Hémodialyse depuis octobre 2020



Merci à A.G.I.R. pour m'avoir donné la chance de passer une très belle fin de semaine au Lindbergh à Ste-Foy. Mon mari et moi avons aimé le décor tropical, la tranquillité et le service du personnel était super. Quand il ne pleuvait pas, on prenait des marches. Cette fin de semaine a été un cadeau pour nous car on a fêté nos 45 ans de mariage.

Nous vous remercions encore une fois et souhaitons que tous les gagnants en aient profité aussi.

L. Sioui et son mari Jacques

Bonjour,

J'aimerais remercier AGIR et leur commanditaire l'Hôtel Lindbergh pour ma fin de semaine à Québec, ce fût très agréable! J'ai bien apprécié le personnel qui sont très réactifs aux demandes ! Le déjeuner frugal était tout simplement parfait pour bien commencer la journée ! Nous en avons profité pour faire nos touristes dans la belle ville de Québec. Dont le Sanctuaire de Sainte-Anne-de-Beaupré, le Canyon Sainte-Anne pour les plus aguerris, et un restaurant que j'ai adoré c'est le restaurant Trattoria La Scala avec Pianiste. Merci **C. Gozzi**



Répit-Vacances *Gagnants Hôtel Lindbergh Québec*

J'ai passé 2 belles journées à Québec, des belles vacances avec mon conjoint. On a magasiné et souper au o Paris Grill juste en face de l'hôtel. Super belle place. Je vous laisse quelques photos.

L. & j. Bastien



Bonjour, un petit mot pour vous dire un « GROS MERCI » pour le week-end passé à l'hôtel Lindbergh de Québec, le 4,5 et 6 août. Nous avons passé un très beau moment à faire du vélo sur la piste cyclable qui longe le fleuve. Un plaisir retrouvé!

P. Rainville



Bonjour,

Merci beaucoup pour le beau week-end à l'hôtel Lindbergh à Québec du 21 au 23 juillet 2023! Ci-joint, quelques photos de moi et mon époux, lors de notre séjour.

F. Chabot & A. Martin



Au nom de AGIR, j'aimerais personnellement et, du cœur, remercier Jean Coutu à Varennes pour un don substantiel fait à notre association. Étant en poste depuis peu, j'ignore certaines réglementations sur les dons et aussi, comment Jean Coutu aimerait que l'on procède. J'ai tenté de rejoindre la personne qui s'est occupé de notre dossier mais, nous ne sommes pas sur le même « fuseau horaire » et le bulletin doit absolument sortir.

Mais, peut-être que dans le prochain bulletin, nous aurons l'opportunité d'avoir d'autres informations à vous donner.

Il en reste que j'aimerais dire quelques mots qui me viennent à l'esprit en ce moment. Nous sommes en très grande partie dans un monde « physique » et nous sommes ce que nous faisons – pas ce que l'on dit. De leur don, Jean Coutu aideront de façon DIRECTE des gens dans notre société qui sont en grave péril à cause de la maladie rénale. MERCI JEAN COUTU!

C'est mon souhait, en tant que Directeur-général de AGIR de développer de nombreux partenariat avec les entreprises, les gouvernements, les hôpitaux, et bien sur – VOUS TOUS. L'amélioration et même peut-être un jour, la guérison de la maladie rénale ne viendra pas de AGIR, ne viendra pas d'un hôpital ou d'un politicien – ou même d'un don aussi généreux soit-t-il. Venir à bout de la maladie rénale – j'en suis certain, viendra d'un effort collectif de la société. Nous sommes tous responsable de nous tous.

Merci



Jean Coutu

Vaccination contre les infections respiratoires (grippe, COVID-19 et pneumocoque)

Le risque de développer des complications de ces infections est plus grand pour les personnes plus âgées et celles immunodéprimées, dialysées ou vivant avec une maladie chronique.

Ces vaccins sont offerts gratuitement pour ces clientèles.

Informez-vous sur la vaccination contre les infections respiratoires et prenez rendez-vous.

Québec.ca/CampagneVaccination

Parcours d'une insuffisante rénale

Bonjour à tous,

C'est la deuxième fois que j'écris dans le bulletin. J'espère que mon histoire va pouvoir aider d'autres personnes souffrant d'insuffisance rénale.

Je m'appelle Josée et comme je l'ai déjà mentionné (dans le bulletin de juillet dernier), mon insuffisance rénale est due à une malformation de naissance (mes deux reins sont à gauche). J'ai commencé à faire des protéines dans mes urines vers l'âge de 40 ans, où j'ai commencé à être suivie en néphrologie au Centre Ambulatoire Régional de Laval (attaché à la Cité de la Santé). À cette époque, mes reins fonctionnaient à 38-40% de leur capacité.

Au début, j'avais un suivi aux 6 mois et quand mes reins ont commencé à descendre, c'était aux 3 mois.

Au mois d'avril dernier, j'ai fait une pyélonéphrite et mes reins étaient descendus à 12%. Ils sont remontés à 14% en juin. Le mardi 8 août dernier, je me rends au CARL pour des prises de sang, en prévision de mon rendez-vous de suivi avec la néphrologue le 22 août. L'infirmière de néphrologie me téléphone deux jours après, soit le 10 août pour me dire que je dois repasser mes prises de sang, que mes reins auraient baissé... elle me donne rendez-vous pour le mercredi 16 août. Le 17 elle me rappelle à savoir si j'ai des symptômes d'infection urinaire, si j'ai de l'appétit, de l'énergie, etc. Elle me dit que mes prises de sang sont restées pareil (elle pensait peut-être que j'étais plus déshydratée le 10 août...). Donc, c'est confirmé, mes reins ont baissé...

Finalement, le jour de mon rendez-vous avec la néphrologue (Dr Marie-Hélène Desjardins) arrive... Je n'ai pas un très bon feeling...

Elle m'annonce que mes reins sont maintenant à 10% et qu'il faut penser à faire poser le tube pour la dialyse péritonéale (il y a environ 3 ans, nous avons parlé des sortes de dialyses et je penchais vers la péritonéale). Elle m'a dit que ça prenait au moins six semaines une fois le tube posé pour que ça guérisse. La néphrologue et l'infirmière m'ont donné beaucoup d'informations ce matin-là, mais j'avoue que j'ai perdu un grand bout... Je sais que j'ai un rendez-vous au CARL le 11 septembre à 8h30 pour le marquage et la même journée à 10h30 à la Cité de la Santé avec le chirurgien pour le premier rendez-vous. La pose du tube va être faite plus tard et lorsque posé, ça prend 6 semaines à guérir. Ensuite, mon enseignement va commencer (apprendre à manipuler la machine, entretenir mon tube, etc.). À ce qu'on m'a dit, je devrai me déplacer 2 à 3 fois par semaine, à raison de 2 heures par fois. Ainsi, lorsqu'il faudra commencer la dialyse, tout sera prêt.



Josée Beaudet

Ça m'a donné une belle claque ce matin-là... Je suis venue travailler quand même, je savais que c'était ce que j'avais de mieux à faire, que je trouverais le soutien dont j'avais besoin au travail (ça fait maintenant un an que je travaille chez AGIR). Le même soir, j'ai téléphoné à ma sœur pour lui donner des nouvelles et ma belle-sœur (la femme de mon frère) était avec elle. On parlait de mes résultats, de greffe, etc. Ma belle-sœur écoutait elle aussi (ma sœur avait mis son téléphone sur main-libre).

C'est alors que ma belle-sœur m'a demandé si j'avais les coordonnées d'où il fallait qu'elle téléphone, elle voulait passer les tests de compatibilité. Elle me dit qu'elle est en bonne santé, pas de diabète, pas de cholestérol etc. Je suis restée tellement surprise... je ne m'attendais pas du tout à ça; elle me dit aussi que son groupe sanguin est A+ (le même que moi). Naturellement, je lui ai envoyé les coordonnées et toutes les autres informations que j'avais (que le CHUM m'avait déjà fait parvenir). Ça me donne une lueur d'espoir... j'espère de tout cœur qu'elle sera compatible et que les tests diront qu'elle est en assez bonne santé pour pouvoir me faire don d'un rein.

J'essaie de ne pas avoir de trop grandes attentes, mais ça me donne une bouée à laquelle m'arrocher. Si ça marchait, ce cadeau n'aurait pas de prix; un lien spécial nous unirait toutes les deux.

Mais d'une façon ou d'une autre, je ne pourrai que la remercier de tout cœur juste d'avoir PENSÉ à m'offrir ce don de vie.

JE REMERCIE DE TOUT MON CŒUR TOUTE L'ÉQUIPE D'A.G.I.R. DE M'AVOIR SOUTENUE DANS CES MOMENTS DIFFICILES.

Josée Beaudet



Dany Cormier

Parcours d'un insuffisant rénal

Je souffre de maladie rénale, suis-je assurable?

À l'époque, j'avais de bonnes protections en assurance. Plutôt que d'être prévoyant et de conserver mes protections, j'ai décidé de les annuler afin de pouvoir profiter de la vie. Au moment où mes problèmes de santé ont commencé, je me suis fait dire que je n'étais plus assurable, qu'il serait pour moi impossible d'obtenir une assurance vie.

Y a-t-il quelqu'un de plus sensible aux besoins d'assurances qu'une personne malade? Malheureusement, bon nombre de personnes réalisent sur le tard qu'ils auraient dû prendre une assurance vie, hypothécaire, maladie grave ou salaire avant de se retrouver avec des problèmes de santé. Nous ne pouvons pas prédire l'avenir mais, heureusement aujourd'hui il y a des solutions pour la majorité des gens maintenant.

Évidemment, contrairement à une personne en parfaite santé, assurer une personne malade est un risque plus élevé pour la compagnie d'assurance. Donc il peut y avoir certaines restrictions et limitations, un coût plus élevé ou les deux. Tout dépendra de la maladie ou du problème de santé de la personne.

Heureusement, les compagnies d'assurance ont su créer différents produits adaptés à une partie de la population ayant des problèmes de santé. Elles ont créé chacune un questionnaire santé ciblé sur les besoins de leurs clients et leur offrir la meilleure protection qui soit.

Chaque dossier est différent, il est important de savoir que deux personnes ayant deux problèmes différents ne seront peut-être pas assurées avec la même compagnie d'assurance. Plusieurs mythes persistent encore à ce jour face à l'accessibilité de l'assurance vie pour les personnes atteintes d'un problème de santé. Que ce soit pour une assurance vie, maladie grave, hypothécaire ou bien de l'assurance salaire, vous pouvez consulter un conseiller en sécurité financière qui a accès à toutes ces compagnies. Vous pouvez également communiquer avec moi et cela me fera plaisir de vous aider. Sachez que ce service est complètement gratuit et pourrait vous diriger vers les meilleures solutions possibles.

N'oubliez pas que vous n'êtes pas seul!

Au plaisir de pouvoir répondre à vos questions.
Sur ce, je vous souhaite un magnifique automne à tous.

Dany Cormier

Conseiller en sécurité financière, dévoué
et fervent soutien d'AGIR
dcormier@enmission.ca
514-436-7565



**ASSEMBLÉE
NATIONALE
DU QUÉBEC**

Hôtel du Parlement
1045, rue des Parlementaires, bureau 2.53
Québec (Québec) G1A 1A4

Bureau de circonscription
5879, boulevard Henri-Bourassa Est
Bureau 305
Montréal-Nord (Québec) H1G 2V1
Tél. 514 328-6006
Madwa-Nika.Cadet.BOSA@assnat.qc.ca

Madwa-Nika Cadet
Députée de Bourassa-Sauvé
Porte-parole de l'opposition officielle
en matière d'emploi, de langue française,
de travail et pour la jeunesse



**Les Publicités
A. Campeau** Lévesque

Imprimerie offset et numérique
Articles promotionnels
Vêtements corporatifs

Alain Campeau
Président
alain@pubcampeau.com

5160, rue Saint-Patrick
Montréal (Québec) H4E 4N5
514 768-2424
www.pubcampeau.com

Qu'est-ce qu'on mange ?

Chronique nutrition

PIZZA PEPPERITA

Préparation : 10 minutes

Cuisson : 15 minutes

Portions : 4

Référence : **Osez les saveurs! Ajoutez du piquant à votre régime rénal.** Série publiée par Elke Henneberg, Communication ebmed Inc., Cowansville (Québec) Été 2017.

INGRÉDIENTS

Sauce au poivrons rouges rôtis

½ tasse de poivrons rouges rôtis, égouttés

1 gousse d'ail

¼ c. thé de basilic séché

Pizza

4 pains pita (8 pouces de diamètre)

½ tasse de sauce aux poivrons rôtis

1 tasse mozzarella râpée

1 tasse poulet cuit (poitrine) en dés de ½ pouce

4 c. thé de basilic frais émincé

PRÉPARATION

1. Préchauffer le four à 400 F.
2. Sauce aux poivrons rouges rôtis : réduire les poivrons, l'ail et le basilic en purée au robot culinaire ou au mélangeur.
3. Étaler 2 c. soupe de sauce sur chaque pain pita, puis y répartir ¼ tasse de mozzarella et ¼ tasse de dés de poulet.
4. Disposer les 4 pizzas sur une tôle à biscuits.
5. Cuire de 10 à 15 minutes ou jusqu'à ce que la croûte soit croustillante.
6. Garnir chaque pizza de 1 c. à thé de basilic émincé. Servir immédiatement.

Remarque : vous pourriez remplacer les pains pita par des pains naan.

Valeur nutritive par portion : 1 pizza

Équivalences rénales :

2 éq. féculents + 3 éq. protéines

Calories : 297 Kcal

Protéines : 25 g

Glucides : 31 g

Fibres : 1,5 g

Lipides : 7 g

Gras saturés : 4 g

Cholestérol : 48 mg

Sodium : 453 mg

Potassium : 234 mg

Phosphore : 246 mg



FONDATION
FMSQ

*Fière d'avoir apporté son soutien financier
pour donner du répit aux aidants naturels*



Jean Coutu

Heng-Mui Chang
Pharmacienne propriétaire

PJC #057 5333, Henri-Bourassa Est, Montréal-Nord (Québec) H1G 2T1
Tél.: (514) 322-7000 • Fax: (514) 940-0260

PJC #225 6075, Henri-Bourassa Est, Montréal-Nord (Québec) H1G 2V2
Tél.: (514) 324-0700 • Fax: (514) 940-1910

Jean-Pierre Émond
Gérant de succursale
Store Manager

300 avenue Saint-Charles
Vaudreuil-Dorion (Québec)
Canada J7V 2L9

T 450 218-9399, poste 232

jean-pierre.emond@palason.ca

www.palason.ca

Palason

JEUX • BILLARD • DÉCOR

depuis 1975



**TRANSPLANT
QUÉBEC**

Ensemble pour
le don d'organes,
pour la vie
depuis **50** ans

TRANSPLANT QUÉBEC : COCRÉONS LE DON ET LA TRANSPLANTATION DE DEMAIN

Transplant Québec a publié en septembre son rapport annuel 2022-2023 faisant état de la synthèse de ses grandes réalisations durant cette période. Bien qu'il soit orienté vers l'avenir, le focus est porté sur la collaboration et la cocréation. La parole est ainsi donnée aux différents acteurs qui sont parties prenantes de l'organisation et de l'écosystème du don et de la transplantation d'organes.



Vivant de grands changements, dont notamment l'arrivée de Martine Bouchard en tant que nouvelle directrice générale de l'organisation, il était important de marquer le ton et d'énoncer clairement les ambitions de l'organisation pour les années à venir.

« À l'image de la province, Transplant Québec se situe à un tournant décisif en matière de don et de transplantation d'organes. Nous vivons une transformation majeure et accélérée » relate Martine Bouchard.

« Un profond changement de culture au sein de notre population est en voie de se réaliser. Cela se concrétise avec l'intention du Québec de revoir en profondeur l'encadrement du don d'organes dans son plan santé. C'est en soit une excellente nouvelle. Une loi qui serait éventuellement votée à l'Assemblée nationale devrait néanmoins être le reflet de notre réalité et tenir compte de tous les aspects d'une question infiniment plus complexe que la simple notion de consentement.

Transplant Québec a développé une expertise unique basée sur un demi-siècle de dons et de transplantations d'organes, et par le fait même jouit d'une grande crédibilité aux yeux de tous. Il est essentiel que notre organisme continue de jouer un rôle de premier plan pour les années à venir afin que nos élus et la population soient informés de tous les aspects entourant le don et la transplantation, incluant,

entre autres, l'éthique, la dignité humaine et les besoins de la famille à la perte d'un proche.

Notre mission première est de sauver des vies. Nos équipes sont fières d'œuvrer pour cette cause et c'est ce qui les motive chaque jour à faire avancer l'organisation. C'est aussi grâce à cette mission que les Québécois appuient fortement le don d'organes. Pour toutes ces personnes qui travaillent chaque jour pour améliorer l'existence de centaines d'autres et pour tous ces Québécois qui croient en ce que nous faisons, il est capital de réaliser que notre système nécessite des ressources et un cadre législatif à la hauteur de ces ambitions et des espérances de tous ces individus.

Après plus de cinquante années d'activité, Transplant Québec se doit d'être un pilier incontournable des décisions qui se prennent, qui se prendront, et qui auront un impact dans la vie des gens. Notre organisme et notre personnel ont un vécu et un patrimoine de connaissance. C'est ensemble que nous arriverons à nous positionner favorablement au Québec, au Canada et dans le monde entier. C'est résolument à cette cohésion que nous allons travailler ces prochaines années. »

Pour en connaître plus sur les orientations stratégiques et le bilan de la dernière année, consulter le Rapport annuel 2022-2023 ici : <https://www.transplantquebec.ca/rapports-annuels>

D'un centre à l'autre

THERTORD MINES

Bonjour,

Je me prénomme Jérémy, je suis PAB depuis peu au sein du CISSSCA (bientôt 6 mois), j'ai commencé depuis peu dans le département de l'hémodialyse et j'adore mon expérience jusqu'à maintenant. Je suis née avec un syndrome que l'on surnomme le Gille Latourette et rajouter à cela un TDAH + de l'impulsivité cela vous donne une bonne idée de l'énergie que je peux dégager en tant qu'être humain. Je vous laisse donc devinez que tant bien que mal l'hémodialyse n'est pas nécessairement la place pour quelqu'un avec autant d'énergie que moi, du moins c'est ce que je croyais avant d'arriver sur le département. J'ai été agréablement surpris de la bienveillance des gens autour de moi, autant le personnel que les patients qui viennent régulièrement pour leur dialyse.

Je ne vous cacherai pas que dans les premiers jours où j'ai mis les pieds dans le département de l'hémodialyse, il y avait un stress immense qui m'entourait face au nouveau travail que j'avais à accomplir, l'inconnue, les nouveaux visages, les nouveaux patients, peur de faire une erreur et j'en cite... Cependant, j'ai été étonné de voir que les employées sont conscientes des nouveaux PAB formés et sont très compréhensives. Ils m'ont aidé à prendre confiance en moi et à prendre de nouveaux "trucs" afin de faciliter mon entrée dans le département, puisque je suis en remplacement avant de prendre mon poste d'équipe volante le 10 septembre je touche à beaucoup de département depuis 5 mois.

Plus les jours avancent plus je découvre un département plein de couleurs et de fierté car je ne vous cacherai pas que beaucoup de départements disent que l'hémodialyse c'est un département "facile" et que nous ne faisons rien mais à mes yeux nous sommes tout aussi important que n'importe quel autre département, Mais surtout ce qui me frappe le plus c'est de voir les patients à tous les dialyses qui doivent : Se déplacer, calculer leur liquide s'asseoir pendant 3-4 heures et ce 2 à 3 fois semaine, je leur lève mon chapeau.

En sommes, je réalise que je ne connaissais vraiment pas l'hémodialyse de long en large et que chaque quart de travail me fait réfléchir sur la condition des patients, le pourquoi du comment et me fait réaliser que notre travail est important à leur aux yeux autant que le mien à leurs yeux aussi.

Jérémy Paradis

SEPT-ILES

À Sept-Îles les infirmières ont à cœur la santé rénale de leurs patients .

Nadine l'infirmière au pouce vert vert vert a instauré un jardin « communautaire » où elle cultive de la salade des tomates du céleri et plusieurs fines herbes pour démontrer au hémodialysé qu'il est possible de cuisiner avec beaucoup de saveurs sans sel !!

Encore cette année ce fut une récolte très généreuse pour le plus grand bonheur de nos dialysés !



HÔPITAL DE BAIE-ST-PAUL

Retour sur le Projet Répit vacances-

Bonjour à tous,

Pour la première fois cet été, l'unité satellite d'hémodialyse de Baie-St-Paul, a collaboré avec l'organisme AGIR, afin d'accueillir les heureux gagnants d'un séjour d'une semaine dans un chalet haut de gamme, dans la belle région de Charlevoix.

C'est exactement 9 gagnants du concours Répit-Vacances en plus de 3 autres personnes ayant fait une demande spontanée, qui auront pu recevoir leurs dialyses à l'unité satellite de l'hôpital de Baie-St-Paul entre juin et fin septembre.

Pour l'équipe de professionnel, cela a nécessité de la coordination et beaucoup de planification afin d'ajouter à l'horaire des patients réguliers des traitements de dialyses des vacanciers, et ce, pendant une période de vacances estivales du personnel infirmier. Cependant, tous s'entendent pour dire qu'ils sont fiers d'avoir pu contribuer à ce que des personnes malades puissent vivre elles aussi des moments de répit et de petit bonheur.

Pour les personnes gagnantes, qui ont été dialysées pendant une semaine à l'unité satellite de Baie-St-Paul, elles ont grandement apprécié leur séjour, ainsi que l'environnement adapté, neuf et convivial dans lequel elles ont reçues leur dialyse. La petite équipe de travail leur a permis de développer rapidement une relation de confiance avec le personnel et ont reconnu le professionnalisme et la compétence des intervenants qui les ont pris en charge. Plusieurs pensent même répéter l'expérience de revenir par leur propre moyen dans la région une autre année, selon les disponibilités de l'unité satellite.

En terminant, cette première collaboration avec AGIR, pour accueillir les personnes gagnantes du concours Répit Vacances a été une belle réussite. J'en profite d'ailleurs pour remercier l'équipe de professionnels de l'unité satellite de Baie-St-Paul du Ciusss de la Capitale Nationale, ainsi que ceux de L'hôtel-Dieu de Québec qui sont toujours là pour nous supporter Si besoin. Finalement, Un grand MERCI à AGIR, qui permet de rendre possible de si beaux projets pour les dialysés.

L'équipe de l'unité d'hémodialyse de Baie-St-Paul



De gauche à droite; Élise Boizard, infirmière clinicienne, Maxime tremblay, infirmier Clinicien, Caroline Lavoie, assistante inf.chef de l'hémodialyse, Véronique Tremblay, infirmière clinicienne et Claudie Lafont Boquel, infirmière clinicienne.

Caroline Lavoie, inf clin.

Assistante du Supérieur Immédiat
Unités des soins ambulatoires et d'hémodialyse
Hôpital de Baie-St-Paul
CIUSSS de la Capitale-Nationale

Informations

GROUPE DE SOUTIEN!

À tous les premiers vendredis du mois

Chers membres,

Je vous avoue que la participation au Groupe de Soutien est moindre et j'en suis surpris en partie. Le Groupe de Soutien peut VRAIMENT VOUS AIDER. Nous sommes à quelques touches de votre ordinateur (ou en personne). En même temps, je comprends que la maladie érode, le covid favorise l'individualisation mais, il reste que le Groupe de Soutien est un élément important pour vous aider. BRISER VOTRE ISOLEMENT, AIDONS-NOUS!

Voici les dates pour les prochains premiers vendredis du mois :

03 novembre 2023

01 décembre 2023

05 janvier 2024

À quelle heure? De 13h15 à 15h15

Où, comment

➤ Par visioconférence. Selon votre désir, nous vous enverrons le lien pour vous brancher à la conférence. En présence, la rencontre aura lieu au bureau de AGIR – 4865, boulevard Gouin Est (à noter, il y a escalier à monter).

Merci de confirmer votre présence soit par téléphone, télécopieur ou courriel : Tél. : 514-852-9297

Télec. : 514-323-1231 Courriel : reins@agir.ca

On vous attend, vous êtes tous les bienvenus!

L'équipe d'A.G.I.R.

SAVIEZ-VOUS QUE...

Vous pourriez être éligible à un CRÉDIT D'IMPÔT ?

Vous recevez des traitements de dialyse et vous payez des impôts? Vous avez peut-être droit au crédit d'impôt pour personnes handicapées. Informez-vous auprès de votre travailleur social. Pour recevoir le formulaire, contactez-nous au : 514 852-9297 / 1 888 852-9207

SAVIEZ-VOUS QUE...

Suite à un décès

Vous pouvez faire un don ou un legs à l'Association Générale des Insuffisants Rénaux. Ces dons ou legs nous aident à poursuivre notre mission, car A.G.I.R. c'est par vous, avec vous et pour vous! Toutefois, si vous avez des dons à offrir, nous avons des cartes de don de décès à vous fournir à la quantité que vous demandez ou bien, les faire parvenir au salon funéraire concerné.

N.B. : Sachez que l'Association Générale des Insuffisants Rénaux, peut vous donner un reçu pour fins d'impôt sur la valeur du don.

SAVIEZ-VOUS QUE...

A.G.I.R. est sur Facebook. Nous vous invitons à devenir membre de notre page (Facebook : A.G.I.R. Association Générale des Insuffisants Rénaux). Cependant, pour toutes questions personnelles, nous vous invitons à nous contacter directement au bureau. Tél. : 514-852-9297 ou sans frais 1-888-852-9297 ou par courriel : reins@agir.ca

Déplacements avec le Guichet Unique : Tel : 514-329-1178
Numéro sans frais : 1-888-329-1178

www.facebook.com/groups/assoagir

SAVIEZ-VOUS QUE...

Tous les membres qui désirent recevoir le bulletin par courriel n'ont qu'à téléphoner au bureau pour nous donner leur adresse courriel. Ainsi, la prochaine parution sera envoyée par voie électronique! Sauvons les arbres !!! Vous devez quand même payer votre cotisation annuelle pour recevoir le bulletin!

SAVIEZ-VOUS QUE...

Renouvellement des cotisations d'A.G.I.R.

Votre carte de membre est valide du 1er janvier au 31 décembre de l'année 2023. Vous pouvez devenir membre ou renouveler votre carte de membre pour l'année 2023. Le formulaire de renouvellement et d'adhésion se trouve à la dernière page de ce bulletin.

SINCÈRES CONDOLÉANCES

Chez A.G.I.R. vous trouverez une oreille sincère à votre écoute si vous avez perdu une personne chère. Nous devons fonctionner comme une « business » envers les paliers gouvernementaux car il en est ainsi de la loi. Mais, à l'interne, je vous promets du plus profond de mon cœur que notre « business » c'est VOUS et votre bien-être. S'il-vous-plaît, ne portez pas le poids de la planète sur votre dos. Donnez-nous un coup de fil – nous sommes là pour vous.

CHANGEMENT D'ADRESSE

Afin d'éviter des frais de postes et surtout de vous éviter la frustration de ne pas recevoir nos communications ou le Bulletin, avisez-nous de tout changement d'adresse.

LE DON D'ORGANES

N'oubliez pas de signer votre carte de dons d'organes et d'aviser votre famille de votre décision. C'est indispensable. Aussi, le don d'organe vivant existe, tout en restant une décision personnelle au receveur et au donneur. Un simple geste qui sauve des vies.



Veillez remplir ce formulaire pour commander le livre de recettes en français au coût de 20\$ pour les membres ou 25\$ pour les non membres.

Nom : _____

Adresse : _____

Ville : _____

Code postal : _____

Téléphone : _____



Je joins à ma demande un chèque ou un mandat poste de _____ \$

Envoyer à : **A.G.I.R.**

4865, boulevard Gouin Est, Montréal-Nord (Québec) H1G 1A1

Tél. : 514 852-9297 • Sans frais 1 888 852-9297 • reins@agir.ca

Vous pouvez aussi passer le prendre à nos bureau au coût de 20\$ pour les membres ou 25\$ pour les non membres. La manutention par poste est incluse.

Les virements Interacs sont acceptés avec : reins@agir.ca

(Veillez indiquer la ou les raisons, le montant, vos coordonnées et mot de passe)




Emmanuel Dubourg FCPA, EMBA
Député fédéral de Bourassa – MP for Bourassa

5835 Boulevard Léger, Bureau 203
Montréal-Nord, Québec
H1G 6E1

1-514-323-1212
Emmanuel.Dubourg@parl.gc.ca

Avèw Map Maché
À vos côtés – At your side – A su lado – Al vostro fianco – Ana Manawon

f t i in

PHARMACIEN (NE)

12675, rue Sherbrooke
Pointe-aux-Trembles (Qc) H1A 3W7
Tél. : (514) 642-2251
Fax : (514) 642-4871

Pharmacie Catherine Bertrand & Jonathan Rouisse
Affiliée à

 **Jean Coutu**



Sangita Patel

450 917-0236
Courtier immobilier résidentiel

EQUIPEPARADIS.CA
sangita@equipeparadis.ca

 **EFFICACE**
ÉQUIPE PARADIS

 **Proprio Direct**



Chantal Jutras et Gaétan Couillard
Pharmaciens-propriétaires

490, Boul. Sainte-Anne
Sainte-Anne-des-Plaines, QC J0N 1H0
T 450 478-1693
F 450 478-3626

Lun. au vend. :	9h à 21h
Samedi :	9h à 17h
Dimanche :	10h à 16h

LIVRAISON GRATUITE

membre affilié à  **Proxim**

GUICHET UNIQUE - 514 329-1178 ou sans frais 1 888 329-1178

DEMANDE D'ÉCHANGE ET DÉPLACEMENT DE SERVICES EN HÉMODIALYSE

Veuillez noter que vous devez avoir un bilan de santé stable depuis 3 mois.

Remplissez et retournez ou soumettez ce formulaire à:
guichet.unique@agir.ca ou par télécopie au (514) 323-1231

Heures de bureau : 9h00 à 16h00 du lundi au vendredi.

Vous voulez visiter le Québec cette année?

Remplissez ce formulaire ci-joint.

Veuillez noter que l'hébergement, le transport et
les repas sont à vos frais.

REQUEST FOR EXCHANGE AND DISPLACEMENT OF HEMODIALYSIS SERVICES

Please note that you must have a stable health check for 3 months.

Complete and return or submit this form to:
guichet.unique@agir.ca or by fax at (514) 323-1231
Office hours: 9:00 AM to 4:00 PM Monday to Friday.

You want to visit Quebec this year?

Fill out this form.

Please note that accommodation, transportation and
meals are at your own expense.

À REMPLIR EN LETTRES CARRÉES SVP / PLEASE WRITE IN CAPITAL LETTERS

Prénom / First Name _____ Nom / Family name (surname) _____

Date de Naissance / Date of Birth ____/____/____
J / D M / M A / Y

Adresse / Address _____

Appart. / Appart. _____ Ville / City _____ Prov. / Prov. _____ C.P. / P.C. _____

Tél. / Phone. _____ 2ème Tél. (Requis) / 2nd Phone Number (Required) _____

Courriel / Email _____

Nombre de Traitements / Number of Treatments _____ Première date de dialyse / First date of dialysis _____

Deuxième date de dialyse / Second date of dialysis _____ Troisième date de dialyse / Third date of dialysis _____

Hôpital Centre Demandeur / Hospital Requesting center _____

Hôpital Centre Receveur / Hospital Receiving center _____

Aviser Néphrologue / Notify Nephrologist : ☐ Oui / Yes ☐ Non / No

Nom de l'infirmière / Name of nurse : _____

Courriel de l'infirmière / Nurse's Email : _____ Fax : _____

Horaire de vos traitements / Schedule of your treatments : ☐ Matin / Morning ☐ Après-midi / Afternoon ☐ Soir / Night

Technique de traitement utilisée / Treatment technique used :

☐ Cathéter / Catheter ☐ Fistule / Fistula ☐ Autre particularité / Other particularity : _____

Date ____/____/____ Signature _____
J / D M / M A / Y

Centre d'hémodialyse receveur visé / Receiving hemodialysis center :

- | | | |
|---|--|--|
| ☐ 1 Hôpital de Val-d'Or | ☐ 23 CSSS de Sept-Îles | ☐ 45 Hôpital du Sacré-Cœur-de-Montréal |
| ☐ 2 CH de Rouyn-Noranda | ☐ 24 Hôpital Baie Comeau | ☐ 46 Clinique de Dialyse Bois de Boulogne |
| ☐ 3 C.S. La Sarre (CISSS des Aurores Boréales) | ☐ 25 Hôpital de L'Archipel | ☐ 47 CH Hôtel-Dieu-de-Sorel |
| ☐ 4 Pavillon Ste-Famille (CSSS du Lac-Témiscamingue) | ☐ 26 Hôpital de Chicoutimi | ☐ 48 Hôpital Anna-Laberge |
| ☐ 5 Hôpital Régional de Rimouski | ☐ 27 Hôpital de Dolbeau-Mistassini | ☐ 49 Hôpital du Suroît |
| ☐ 6 Hôpital Rivière du Loup | ☐ 28 Centre de Santé de Chibougamau | ☐ 50 Hôpital Charles-Le Moyne |
| ☐ 7 Hôpital Sainte-Anne-des-Monts | ☐ 29 Hôpital de Chisasibi | ☐ 51 Clinique Greenfield Park |
| ☐ 8 Hôpital de Chandler | ☐ 30 Hôpital de Mistissini | ☐ 52 Clinique St-Lambert |
| ☐ 9 Hôpital de Gaspé | ☐ 31 Hôpital de la Cité-de-la-Santé | ☐ 53 Hôpital du Haut-Richelieu |
| ☐ 10 Hôpital de Maria | ☐ 32 CHARL | ☐ 54 Hôpital Honoré-Mercier |
| ☐ 11 Hôtel-Dieu de St-Jérôme | ☐ 33 CHUM | ☐ 55 Hôpital Fleurimont (Sherbrooke) |
| ☐ 12 Centre externe de dialyse rénale de St Eustache | ☐ 34 Centre ambulatoire de dialyse de Gaspé (Mtl) | ☐ 56 CSSS Memphrémagog |
| ☐ 13 Hôpital de Rivière Rouge | ☐ 35 CHU Sainte-Justine | ☐ 57 CH de Granby |
| ☐ 14 CHRDL de Lanaudière | ☐ 36 Hôpital Général de Montréal | ☐ 58 CSSS Montmagny-l'Islet |
| ☐ 15 Hôpital Pierre-Le Gardeur | ☐ 37 Hôpital de Lachine | ☐ 59 Hôpital Hôtel-Dieu de Lévis |
| ☐ 16 CHAUR de Trois-Rivières | ☐ 38 Hôpital Royal Victoria | ☐ 60 Hôpital de Saint-Georges |
| ☐ 17 Centre de services du Haut St Maurice | ☐ 39 Hôpital de Montréal pour enfants | ☐ 61 Hôpital de Thetford Mines |
| ☐ 18 Hôtel-Dieu d'Arthabaska | ☐ 40 Hôpital de Verdun | ☐ 62 Hôpital de Hull |
| ☐ 19 Hôpital Sainte-Croix | ☐ 41 Hôpital Générale Juif | ☐ 63 Hôpital de Pontiac à Shanville |
| ☐ 20 Hôtel-Dieu de Québec (CHUQ) | ☐ 42 CH de St. Mary | ☐ 64 Hôpital de Papineau |
| ☐ 21 Hôpital Régional de Portneuf | ☐ 43 Hôpital Maisonneuve-Rosemont | ☐ 65 Hôpital de Maniwaki |
| ☐ 22 Hôpital de Baie-Saint-Paul | ☐ 44 Hôpital Général du Lakeshore | ☐ 66 Si autres, spécifier / If other, specify |

A.G.I.R. 4865, boul. Guin Est, Montréal Nord (Québec) H1G 1A1

514 329-1178 ou sans frais 1 888 329-1178 Site Web : www.agir.ca • Adresse courriel : guichet.unique@agir.ca



Association Générale des Insuffisants Rénaux





ASSOCIATION GÉNÉRALE DES INSUFFISANTS RÉNAUX
Retournez au : 4865, boul. Gouin Est, Montréal-Nord (Québec) H1G 1A1
Tél. : 514 852-9297 • 1 888 852-9297 • Courriel : reins@agir.ca

ADHÉSION

Je soussigné(e) désire devenir membre de l'**Association Générale des Insuffisants Rénaux**. Je joins à ma demande un **chèque ou mandat à l'ordre de ladite association**, au montant de **DIX dollars (10 \$)** en paiement de la cotisation annuelle. **Les virements Interac sont acceptés, vous devez utiliser l'adresse courriel suivante : reins@agir.ca** COCHEZ S.V.P. (✓)

- ☐ Protection rénale ☐ Dialyse péritonéale ☐ Hémodialyse hospitalière ☐ Hémodialyse à domicile
☐ Greffé ☐ Donneur cadavérique ☐ Donneur vivant ☐ Sympatisant ☐ Renouvellement Autre, précisez _____

Veuillez S.V.P. compléter cette partie en lettres carrés

Quel est votre centre hospitalier : _____

Protection rénale/DPAC/Hémo/Greffé depuis le : _____

Greffé depuis quelle année : _____

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____
No Rue Ville Province

Code postal _____ Téléphone résidence _____ Téléphone travail _____

Cellulaire : _____ Courriel : _____

Date de naissance _____ Occupation _____

* Les membres reçoivent automatiquement le bulletin

Je désire recevoir le bulletin A.G.I.R.* Oui ☐ Non ☐ À la maison ☐ par courriel ☐ (Cochez une seule case)

Date _____ Signature _____

A.G.I.R. 4865, boul. Gouin Est, Montréal-Nord (Québec) H1G 1A1
Heures de bureau : 9h00 à 16h00 du lundi au vendredi.

Chèque ou mandat à l'ordre de l'association.
Les virements Interac sont acceptés, vous devez
utiliser l'adresse courriel suivante : reins@agir.ca



**Je désire faire un don à l'Association
Générale des Insuffisants Rénaux au montant de**

\$

S.V.P. me faire parvenir un reçu pour fins d'impôts (pour les dons de 10\$ et plus.) ☐

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____
No Rue Ville Province

Code postal _____ Téléphone résidence _____ Téléphone travail _____ Cellulaire _____