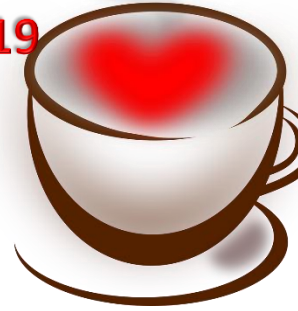




Février 2019



# Bulletin d'inf♥rmation

## Succès de la tournée annuelle de musique-thérapie

Du 17 au 20 décembre dernier, la Fondation André-Côté offrait, pour une quatrième année, des séances de musique- thérapie dans le cadre d'une tournée du temps des Fêtes. En tout, 18 séances ont été réalisées. Les réactions des participants et du personnel des établissements visités sont extrêmement positives.

La Fondation remercie l'École de musique Destroismaisons de La Pocatière pour la délicatesse de ses interventions et le professionnalisme de son personnel. Tout au long de l'année, ce service est également disponible pour les personnes que nous accompagnons.

### Concernant la musique-thérapie :

Certains l'apprécient en début de journée afin d'éveiller la motivation essentielle aux différentes activités qui les attendent ; d'autres l'apprécient en fin de journée pour son effet relaxant. D'autres encore ne peuvent s'en passer à aucun moment de la journée. En effet, la musique agit sur l'état physique et mental. Grâce aux vibrations qu'elle émet, elle participe à la production d'endorphine, protide sécrété par le cerveau, aux propriétés analgésiques.



## Défi Vélo André-Côté : Inscrivez-vous pour le 6 juillet 2019

Organisé annuellement depuis 2011, Le Défi Vélo est une activité de financement d'envergure organisée avec beaucoup de précision par une équipe de la Fondation André-Côté. Alliant passion et dévouement, nos courageux bénévoles s'affairent à vous présenter une activité sans cesse améliorée.

Encore cette année, nous vous proposons 4 parcours pittoresques de 50 à 135 km dans le beau Kamouraska. Vous avez aussi le choix entre diverses vitesses selon vos capacités physiques.

**Pour s'inscrire - [www.defiveloandrecote.ca](http://www.defiveloandrecote.ca)**



### Coût :

260 \$ pour les 18 ans et plus

160 \$ pour les 14 à 17 ans  
(frais d'inscription de 60 \$ inclus)

### Reçu d'impôt :

Vous recevrez un reçu aux fins d'impôt pour chaque don ou parrainage (excepté les frais d'inscription de 60 \$)

### Chaque inscription comprend :

- Authentique maillot de cycliste à l'image du Défi Vélo André-Côté et de ses partenaires
- Boisson hydratante et eau pour toute la journée
- Collations et dîner
- Encadrement professionnel, secouristes et mécanos (vous devez fournir vos chambres à air)
- Transport pour les cyclistes en difficulté
- Douches sur place (apportez vos serviettes)

## Mot du président d'honneur, le Dr Denis Pelletier

Prenons la route de l'entraide,

C'est avec plaisir et enthousiasme que je vous invite, à vous joindre à moi et l'équipe du Défi Vélo André-Côté, pour sa 9<sup>e</sup> édition, qui se tiendra le samedi 6 juillet 2019.

La Fondation André-Côté offre du soutien et du confort aux personnes qui souffrent d'une maladie incurable ou d'un cancer, dans toutes les étapes de la maladie, et ce, jusqu'en fin de vie. Les services de la Fondation font une différence quand on traverse une telle situation difficile à vivre, autant pour la personne que pour ses proches.

Souvent comme individu, on peut se sentir démuni, intimidé ou impuissant face à cet événement qu'ils ont à affronter. Heureusement des services peuvent leur être offerts, ici dans notre région, par une équipe de bénévoles et d'intervenants attentifs aux petits gestes qui comptent. Chacun, comme individu, nous pouvons transformer notre appréhension et notre soif d'aider ces gens en s'impliquant dans cette activité de financement qui est primordiale pour cet organisme qui ne reçoit pas d'argent du réseau de la Santé, mais qui y contribue avec cœur et compassion. Cela ajoute une présence et un réconfort qui viennent en complément aux bons soins déjà donnés avec fierté dans notre région que ce soit à l'hôpital ou dans les autres installations de santé du Kamouraska.

Il y a différentes façons de s'impliquer : soit comme bénévole pour la journée, soit comme cycliste, et en convainquant une autre personne de venir avec soi. Une autre façon est d'encourager les participants qui feront l'un des 4 parcours prévus en faisant un don à la Fondation pour les soutenir dans leur participation ou encore de venir au souper qui se tiendra à la fin de la journée de l'activité.

La participation comme cycliste n'est pas une compétition, mais un moment de dépassement personnel en compagnie d'autres adeptes de ce sport. Ce défi nous permet aussi de sillonner les pittoresques routes de la région et de constater la beauté de celles-ci. C'est un moment d'échange dans un but commun d'appuyer ces gens qui ont besoin de notre support.

C'est donc un rendez-vous à prendre la route de l'entraide, et de vivre un moment de plaisir en s'impliquant dans notre milieu que je vous propose.

Au plaisir de vous y croiser!

*Dr Denis Pelletier*

Médecin de famille, convaincu de l'importance des soins de proximité dans notre région du Kamouraska.



DÉVOILEMENT DES NOUVEAUTÉS ET OBJECTIFS

---

DÉFI VÉLO ANDRÉ-CÔTÉ 9<sup>e</sup> édition

# Cocktail

## DE LANCEMENT

24 avril 2019 • 17 h

Centre Bombardier de La Pocatière - Salle Desjardins

Coût : 20 \$ - Apéro et bouchées chaudes et froides

Kamouraska

LA VIRÉE DU Kamouraska À VÉLO

## Bilan des services du 1<sup>er</sup> avril 2018 au 31 janvier 2019

L'équipe des bénévoles accompagnateurs offre du soutien par des échanges téléphoniques ou des rencontres dans le milieu de vie des personnes malades pour permettre un certain répit aux proches ou encore pour contribuer à trouver d'autres ressources pour des besoins particuliers de la personne accompagnée. Mis à part l'accompagnement, la Fondation offre de nombreux services pour répondre aux besoins des personnes malades et leur famille : massothérapie, aide financière, musique-thérapie, conférences, prêt de matériel didactique et aide financière.

Il nous fait plaisir de vous transmettre les statistiques des services que nous offrons.

**Pour la période du 1<sup>er</sup> avril 2018 au 31 janvier 2019**

Nombre de nouvelles demandes	Musique-thérapie	Accompagnements	Massothérapie	Paniers-réconfort remis	Demandes d'aide financière
66	19	27 en suivi	11	31	7

## Nancy Pelletier, bénévole accompagnatrice

Il nous fait plaisir de vous présenter nos bénévoles qui font des accompagnements exceptionnels auprès des personnes malades. Découvrez ces visages qui font la différence pour ces personnes et pour leurs proches au Kamouraska.

Bénévole depuis plus de deux ans, Nancy est une femme toujours souriante et ayant un très bon sens de l'humour. Le cœur sur la main, elle est toujours là pour aider et soutenir moralement les personnes qu'elle accompagne dans la maladie. De plus, son oreille attentive est très appréciée. L'équipe de la Fondation est très heureuse de la compter parmi ses bénévoles accompagnateurs.

Nous tenons à la remercier sincèrement pour tout le temps et l'énergie consacrés à notre cause.



Madame Nancy Pelletier

## Bénévoles accompagnateurs recherchés



La Fondation André-Côté est en période de recrutement de bénévoles. Les bénévoles apportent soutien et réconfort aux personnes malades et aux proches qui en font la demande. Ils cheminent avec eux dans un climat de respect et de confidentialité, en apportant un complément à l'action de la famille et des amis.

Vous serez sous la supervision de la coordonnatrice des services de la Fondation André-Côté, Mme Élise Gausseran, dont le mandat est de vous offrir un appui constant dans la pratique de votre bénévolat. Les personnes intéressées recevront une formation en entraide et accompagnement. Elles seront par la suite invitées à rejoindre l'équipe déjà en place.

Faites connaître votre intérêt à devenir bénévole accompagnateur en communiquant avec Mme Gausseran, au 418 856-4066 poste 2 ou au 418 714-2155 (cellulaire).

## Départ de Maryse Pelletier à la direction générale



Il y a un mois, j'annonçais mon départ de la direction générale afin de débiter un nouveau défi professionnel. Sachez que c'est avec beaucoup de fierté que j'ai dirigé cette belle organisation qu'est la Fondation André-Côté et c'est avec beaucoup de nostalgie que je la quitte. Je remercie chaleureusement tous les bénévoles, administrateurs, collaborateurs et partenaires financiers pour votre confiance. Vous m'avez, chacun à votre façon, appris quelque chose. J'ai eu la chance de collaborer avec des personnes de cœur et dévouées pour la cause de la Fondation André-Côté. J'en sors grandie et confiante pour ce que l'avenir me réserve.

Mère Térèsa a dit « *La vie est un défi à relever, un bonheur à mériter, une aventure à tenter* » et cette philosophie me suit depuis longtemps. J'aime le sens de l'aventure et les apprentissages qu'on peut y faire. Je suis heureuse de partir en sachant que la Fondation est entre bonnes mains avec des administrateurs solides, une excellente coordonnatrice des services en la personne d'Élise Gausseran et sous peu, une nouvelle direction générale qui apportera sa couleur et ses idées pour continuer de faire grandir la Fondation André-Côté. En terminant, sachez que ce sera toujours un plaisir pour moi de vous croiser et de vous jaser.

## Lancement de la loterie annuelle au profit de la Fondation André-Côté

Les membres du conseil d'administration de la Fondation André-Côté annoncent avec enthousiasme le retour de sa loterie annuelle qui offre la chance de gagner l'un des trois prix offerts en tirage. Tenue pour la première fois en 2015, cette collecte de fonds constitue un financement populaire orchestré par l'organisme.

### Près de 4 000 \$ en prix

Le Défi Vélo André-Côté se clôturera, le 6 juillet prochain, par le tirage des trois prix de cette loterie. Le premier prix est un vélo de route Miele Svelto CR d'une valeur de 2 644 \$, le deuxième est un refroidisseur à vin incluant 25 bouteilles de vin d'une valeur de 950 \$ et le troisième prix est un forfait pour deux personnes à l'Auberge des 21 de La Baie d'une valeur de 400 \$. Les billets sont en vente dès maintenant au coût de 5 \$ chacun au bureau de la Fondation, auprès des bénévoles et du personnel de l'organisme, ainsi qu'au IGA Coop de La Pocatière.



### Assurer la poursuite de services

Les profits générés permettent de soutenir financièrement trois services offerts par la Fondation André-Côté auprès de sa clientèle : les services de massothérapie et de musique-thérapie à domicile, ainsi que les paniers-réconfort offerts aux familles qui vivent la fin de vie d'un proche. « *Les gens sont toujours ouverts à soutenir la Fondation et de notre côté, nous avons besoin de la communauté kamouraskoise afin de poursuivre nos projets pour répondre à notre mission. J'invite donc les gens à se procurer leur billet.* » de dire Mme Josée Soucy, présidente.

La Fondation André-Côté remercie chaleureusement les partenaires de sa loterie 2019 : Tibo Bicyc de L'Islet, Ameublements Tanguay et L'Association Hôtellerie Québec.

## Offrez une carte de St-Valentin au profit de la Fondation

La Fondation vous propose trois modèles pour offrir une carte de Saint-Valentin. Que ce soit pour un ami, une personne de sa famille, son amoureux ou son amoureuse. C'est l'occasion idéale pour exprimer son amour à ceux que l'on aime.



Coût : 2,50 \$ par carte ou 10 \$ pour 5 cartes. Nous proposons également des modèles pour les anniversaires, les naissances, les vœux de sympathie, etc.

Les cartes sont en vente au bureau de la Fondation, chez Uniprix et à la librairie L'Option de La Pocatière, ainsi qu'à la pharmacie Familiprix et Fleuriste Beau Site de Saint-Pascal.