

BULLETTIN

Volume 37 - été 2015

ÉDITORIAL de la directrice générale



Dominique Massie
Directrice générale

L'arrivée de la saison chaude rime toujours avec une année de plus qui se termine pour l'Association pulmonaire du Québec. 2014-2015 fut marqué par l'aboutissement de deux grands projets que nous avons entamé depuis un certain moment. Tout d'abord, après un travail de longue haleine pour la traduction et le déploiement du programme de cessation tabagique Freedom from smoking, que nous avons acheté l'an dernier de notre homologue américain, l'American Lung Association, nous sommes fiers de vous annoncer que l'entente a officiellement été signée et que nous commencerons à l'offrir dès septembre à tous ceux qui souhaitent écraser la cigarette pour de bon. Utilisé aux États-Unis depuis 1981, ce programme de séances de groupe est reconnu pour son efficacité et ses assises scientifiques. Son taux de réussite serait en effet supérieur à tous les autres programmes de cessation tabagique actuellement offerts au Québec. Le programme pourra être suivi directement dans nos bureaux de l'APQ, ainsi que partout à travers la province via les diverses agences de santé.

Également, nous avons élaboré le processus de mise en place de la Fondation Québécoise en santé respiratoire qui amènera l'an prochain une importante tournée nationale afin de connaître tous les enjeux et besoins liés à la recherche dans le domaine de la santé respiratoire au Québec. Puisque la mission de cette nouvelle entité sera de découvrir de nouvelles façons d'amasser des fonds qui serviront à financer la recherche en santé respiratoire, la tournée permettra de rencontrer directement les intervenants du domaine de la santé touchés par la création de la nouvelle fondation. Ainsi, dans une volonté de partenariat avec le monde médical et celui de la recherche, l'APQ souhaite adopter un plan d'action à partir des idées retenues et qui permettront donc que la création de la FQSR améliore la qualité de la recherche en santé respiratoire et la fasse croître.

De plus, au printemps passé, nous avons eu la chance de compter sur le dévouement de deux personnes extrêmement généreuses qui ont d'ailleurs une histoire commune qui les lie à la cause de la santé respiratoire : leurs pères sont tous deux décédés des suites d'une affection des poumons. Tout d'abord, le chanteur Martin Rouette, candidat de la première cuvée de Star Académie, a choisi de jouer pour l'Association pulmonaire du Québec lors de son passage à l'émission Le Tricheur. Il a d'ailleurs été celui qui a gagné la plus grosse somme d'argent, soit près de 3200\$. De son côté, Mélanie Duclos a intégré le Cercle des héros de l'APQ en organisant la Course de l'espoir au profit de l'Association pulmonaire, qui a rassemblé 377 participants. Grâce à cet événement sportif familial, elle a réussi à amasser une somme de près de 4000\$ qui nous permettra de poursuivre notre mission d'éducation, de sensibilisation et de services directs offerts à toutes les Québécoises et les Québécois.

Bon été à tous !
Dominique Massie
Directrice générale

Établir un lien avec les organismes

Mireille Chamberland
Thérapeute en réadaptation physique
Projet de services résidentiels pour la clientèle en déficience physique
Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Ouest
450-699-7901 poste 4640

Depuis un an, au Centre de santé et de services sociaux Jardins-Roussillon, un nouveau projet innovateur a vu le jour. Puisque la clientèle cible du projet sont les personnes vivant avec une déficience physique (Parkinson, AVC, sclérose en plaques, maladie pulmonaire, etc.), nous avons rencontré les organismes communautaires qui travaillent pour ceux-ci et leurs aidants. Nous sommes en lien avec environ 25 organismes œuvrant sur le grand territoire du CSSS Jardins-Roussillon (maintenant faisant partie du Centre intégré de santé et de services sociaux de la Montérégie-Ouest), dont l'Association pulmonaire du Québec.

Mon rôle, en tant qu'intervenante au CSSS Jardins-Roussillon, est de soutenir les organismes en aidant à améliorer leurs services ou à en développer de nouveaux. En collaboration avec les organismes et les municipalités de notre territoire, nous développons des services et activités répondant aux besoins de la clientèle. Malheureusement, plusieurs services offerts par les organismes, et même ceux des CLSC, sont méconnus de la population. Ainsi, nous mettons beaucoup d'énergie à les faire connaître en communiquant et partageant l'information par différents moyens.

Suite à la demande de plusieurs patients, une inhalothérapeute m'a demandé : « Serait-ce possible de développer un groupe d'entraide pour les personnes ayant une maladie pulmonaire? » Quelle bonne idée! C'est ainsi que j'ai connu l'Association pulmonaire du Québec. Avec leur collaboration, nous avons enrichi notre territoire d'un groupe d'entraide, où se rencontrent des personnes ayant une maladie pulmonaire et leurs aidants. En plus d'offrir des activités d'information, de promotion de la santé et de prévention, le groupe d'entraide a pour objectif de réduire l'isolement des participants et à développer un sentiment d'appartenance au groupe.

(suite au verso) ➔



SOMMAIRE

Éditorial	P. 1
Établir un lien avec les organismes	P. 2
Le Coin des inhalos	
Le défi d'être un proche aidant	P. 2
Campagne provincial d'arrachage de l'herbe à poux 2015	P. 3
Le Coin des activités	P. 4
L'histoire de Petit pot de biscuit	
La course de l'espoir	P. 4
L'expérience Hockey Suprémie	P. 4
Annonces médicales	P. 5
Événements	P. 5
Les donateurs mensuels	P. 6

pq.poumon.ca



La première rencontre fut en mars 2015, où 8 participants s'étaient déplacés. Lors de notre quatrième rencontre, en juin, 18 personnes étaient au rendez-vous pour écouter une kinésiologue, invitée pour enseigner la bonne façon d'adapter l'activité physique selon notre condition de santé. Au cours des rencontres, le groupe raffine sa couleur avec une belle énergie qui s'en dégage. Les participants sont enthousiastes pour la suite et les échanges sont enrichissants pour chacun.

Nous espérons que d'autres Centres intégrés de santé et de services sociaux reproduisent notre projet sur leur territoire, puisque nos recherches ont très bien démontré qu'il y avait un manque pour les personnes vivant avec une déficience physique. Que ce soit de naissance, suite à un accident ou lorsqu'un diagnostic est posé, les personnes doivent être accompagnées ou orientées pour leur permettre d'adapter leur mode vie à leur condition.

Le Coin des inhalos

Le défi d'être un proche aidant

Ivona Sosic
Inhalothérapeute

« La vie avec mon conjoint atteint d'une maladie pulmonaire se transforme d'une année à l'autre. Et cela ne va pas en s'améliorant. Je dirais même que le cycle des périodes graves est à la hausse d'une année à l'autre », nous raconte Louise, proche aidante.

Louise vit avec son conjoint Claude, qui est atteint d'une maladie pulmonaire congénitale appelée *Déficit Alpha-1 Antitrypsine*. Cette maladie, qui détruit petit-à-petit le tissu pulmonaire, a laissé son conjoint avec seulement 19% de sa capacité pulmonaire.

Au Canada, Louise fait partie des 3,6 millions de personnes qui fournissent des soins à un proche ayant un problème de santé, une incapacité ou des besoins liés au vieillissement. Depuis maintenant plusieurs années, Louise soutient son conjoint dans un cheminement qui n'a pas toujours été facile.

« Évidemment, Claude n'est plus l'homme avec qui j'ai accepté de vivre il y a maintenant plus de 20 ans. Nos projets de vie ont dû être revus et même changés complètement. Claude a eu, et doit encore présentement, faire le deuil de sa santé et par conséquent, moi aussi je dois apprendre à vivre avec un autre homme. J'ai pris connaissance de ce deuil lorsque j'ai moi-même eu à transformer et adapter mes activités et loisirs à sa capacité toujours plus restreinte à se déplacer. Au début, je ne disais rien. J'ai rongé mon frein jusqu'à ce que je me sente tellement oppressée que j'aie besoin d'aller chercher de l'aide. »

Environ 1 proche aidant sur 3 ressent de la détresse. On estime même que les femmes (proches aidantes) subissent davantage l'impact de ce rôle que les hommes, car les tâches effectuées par celles-ci nécessitent souvent un engagement quotidien à long terme. Par conséquent, elles doivent réduire leurs activités sociales, s'absenter du travail, etc.

« Je bénéficie présentement de l'aide d'une femme de ménage, mais je crois que le besoin se transforme et qu'il deviendra nécessaire bientôt de repenser toutes les tâches ménagères. Lorsque je reviens d'une longue journée de travail, mon aidé est heureux de me voir. Je deviens sa seule source de socialisation et cela devient parfois une charge très lourde à assumer. L'attention que je dois lui porter me laisse peu de temps pour compléter d'autres obligations. De plus, il ne peut plus m'accompagner à des activités culturelles ou sociales, ce qui me fait sentir bien seule. »

Il n'est pas rare de voir les proches aidants demander de l'aide seulement en dernier recours. Environ 20% de ceux-ci vont même développer des problèmes de santé reliés à leur rôle d'aidant. Il est pourtant possible de bien vivre tout en assumant un rôle d'aidant en s'entourant de bonnes ressources autour de soi.

« À un certain moment, quand je n'allais pas bien, je me suis fait recommander de consulter une travailleuse sociale. Celle-ci m'a orientée vers un groupe de proche aidant de mon voisinage.

À ma première visite à ce groupe, je me demandais ce que je venais faire là. À ma grande surprise, j'ai aimé mon expérience. C'est probablement à partir de ce moment que j'ai réalisé ce qu'était la réalité d'un aidant naturel. En écoutant les histoires des autres, je me suis surprise à me sentir tout à fait à la bonne place, au bon moment. J'invite donc toutes les personnes dans des situations similaires à la mienne à se permettre des sorties seules ou en groupe, à participer aux groupes d'aidant de leur voisinage (de s'en informer si on ne les connaît pas), mais surtout à *ne pas s'oublier*. Il faut prendre le temps de nous nourrir personnellement si on veut rester présent et de bonne humeur pour notre aidé. »

Les groupes d'entraide pour proches aidants représentent un des nombreux outils dans la poche des aidants naturels. L'Association pulmonaire du Québec offre depuis maintenant un an un groupe dédié spécifiquement aux proches aidants de personnes atteintes de maladies pulmonaires. Ce groupe donne l'occasion d'échanger, tout en s'éduquant à travers différentes conférences. Les ressources pour proches aidants existent, mais encore faut-il oser les chercher. De leur côté, Louise et Claude ont réussi à trouver par eux-mêmes des solutions innovantes qui leur permettent de passer à travers leurs défis au quotidien.

« Pour me faire plaisir, Claude réussit parfois à trouver l'énergie nécessaire pour se rendre à la bibliothèque municipale afin de choisir quelques livres qui sauront me plaire. Oh combien il est beau à voir quand il m'offre ces surprises. D'autres fois, je reviens d'une journée de travail et il arrive qu'il n'ait pas eu l'énergie pour préparer un repas. Il décide alors de m'inviter au restaurant pour, comme il le dit si bien, s'occuper de moi de la façon dont il est capable. Dans ces situations, j'apprends à lui dire merci. Je désire dire ceci aux autres aidants qui partagent la vie d'un proche dans le besoin : les gens que vous aidez vous aiment et ne veulent pas être une charge. Personnellement, je remercie la Vie pour tout ce qui nous unit encore et qui continuera à nous garder unis. »

N'hésitez pas à nous contacter pour trouver des ressources pour proches aidants dans votre région. De plus, notre groupe d'entraide pour proches aidants de personnes atteintes de maladies pulmonaires recommencera ses rencontres à la fin du mois d'août. Pour plus d'informations, contactez-nous au 1-888-Poumon9 au poste 232

LISTE DES GROUPES D'ENTRAIDE :

Rimouski

Le 1^{er} lundi du mois
De 13h30 à 15h30
550, St-Germain Est, Rimouski

Laval

Le dernier mercredi du mois
De 14h00 à 16h00
Maxi, 3500, boul. St-Martin Ouest, Laval

Sherbrooke

Le 1^{er} mardi du mois
De 10h30 à 12h00
870-1001, boul. Saint-François Nord
Sherbrooke

Montréal-Ahuntsic

Le dernier mercredi du mois
De 13h30 à 15h00
CLSC d'Ahuntsic
1165 boul. Henri-Bourassa Est,
Montréal

Le Gardeur

Le 1^{er} mercredi du mois
De 13h30 à 15h30
Maxi (anciennement Loblaws)
86, boul. Brien, Repentigny

Granby

Le 2^{ème} vendredi du mois
De 13h30 à 15h30, Lieu à venir, Granby

Brome-Missisquoi

Le 3^{ème} vendredi du mois
De 13h30 à 15h30
CLSC La Pommeraie
397, rue de la Rivière, Cowansville

Trois-Rivières

Le dernier mercredi du mois
De 14h00 à 16h00
Loblaws
3725, boul. des Forges, Trois-Rivières

Drummondville

Le 1^{er} vendredi du mois
De 13h30 à 15h30
Loblaws
325, boul. St Joseph, Drummondville

Rive-sud/Brossard

Le 2^{ème} mercredi du mois
De 13h00 à 15h00
Loblaws
1575 av. Panama, Brossard

Montréal-Apnée du sommeil

Le 2^{ème} mardi du mois
De 13h30 à 15h30
L'Association pulmonaire du Québec
6070, rue Sherbrooke Est, bur. 104
Montréal

Beloil-Apnée du sommeil

De 19h00 à 21h00
Bibliothèque municipale de Beloil (salle polyvalente)
620, rue Richelieu
Beloil
*Contactez l'APQ pour dates précises

Montréal-groupe anglophone

Le 2^e mardi du mois
De 13h00 à 15h00
Castel Royal (Chartwell)
5740, Cavendish Blvd, Côte St-Luc

Groupe pour proches aidants

De 19h à 21h
À L'Association pulmonaire du Québec
Consultez notre site web!

Cancer pulmonaire

3^e jeudi du mois
De 13h00 à 15h00
À L'Association pulmonaire du Québec
Consultez notre site web!

Groupe-Conférence Sarcoïdose

Prochaine rencontre 30 avril
De 13h à 15h
Au Loblaws 7600 rue Sherbrooke est
Consultez notre site web!

Groupe-Conférence Fibrose Pulmonaire/Montréal

Prochaine rencontre le 18 avril
De 10h à 12h
Au Loblaws 7600 rue Sherbrooke est
Consultez notre site web!

Groupe-Conférence Fibrose Pulmonaire/Québec

Prochaine rencontre le 20 mai
De 19h à 21h
Bibliothèque Monique Corriveau
1100 route de L'Église
Consultez notre site web!

Québec

Tous les 2^e vendredi du mois
Prochaine rencontre 12 septembre
De 13h30 à 15h30, Lieu à venir

Québec-Apnée du sommeil

Tous les 2^e jeudi du mois
Prochaine rencontre le 9 octobre
De 19h à 21h, Lieu à venir

Mercier-Hochelaga

3^e mardi du mois
De 13h30 à 15h30
À L'Association Pulmonaire du Québec

Ste-Thérèse/Apnée du sommeil

3^e mercredi du mois
De 19h à 21h
100 rue Duquet (dans les locaux du Collège Lionnel Groulx)

Campagne provinciale d'arrachage de l'herbe à poux 2015

Ivona Sosic
Inhalothérapeute

Au Québec, qui dit beau temps, dit aussi allergies à l'herbe à poux. Environ 1,4 million de personnes seraient incommodées par cette plante à chaque année dans la province. Les coûts de santé engendrés par le pollen de l'herbe à poux sont estimés à plus de 157 millions de dollars.

Ce ne sont par contre pas toutes les régions québécoises qui sont aux prises avec cette plante indésirable. En effet, saviez-vous que la Gaspésie est une des rares régions au Québec qui n'a pas de problèmes liés à l'herbe à poux? La péninsule gaspésienne a été l'endroit de plusieurs campagnes agressives d'arrachage de cette sorte de plante durant les années 1930. Une campagne très connue est celle du botaniste et professeur Elzéar Campagna, qui avait réussi à mobiliser ses étudiants à l'école d'agriculture de Ste-Anne-de-la-Pérade à arracher ces plants un à un. Toutes ces campagnes d'arrachage ont laissé un héritage hors de prix aux gens de cette région : la santé respiratoire pendant tout le mois d'août.

Devant le fléau de l'herbe à poux, l'Association pulmonaire du Québec (APQ) a créé en 2007 la Campagne provinciale d'arrachage de l'herbe à poux. Cette campagne a pour but de sensibiliser la population à l'arrachage de cette plante nuisible afin de réduire les symptômes d'allergie de milliers de Québécoises et de Québécois et les aider à apprécier la saison estivale.

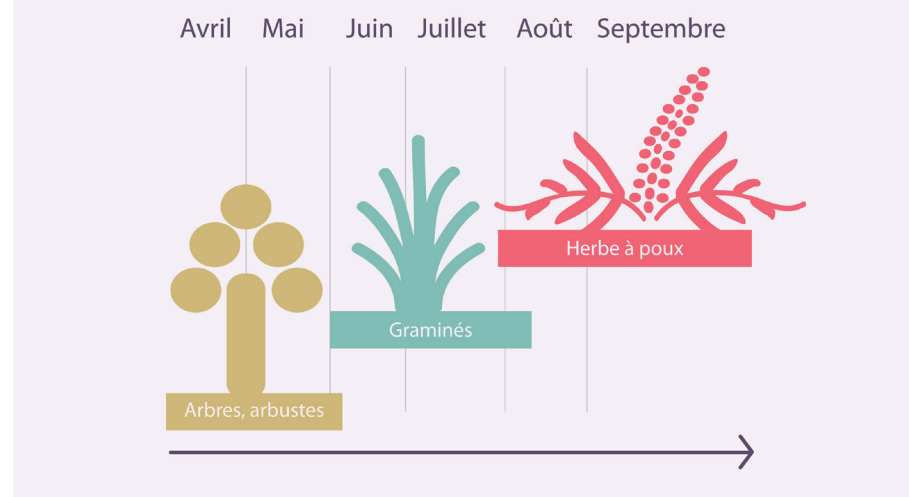
Granby, l'exemple à suivre en 2015

Chaque année, dans le cadre de la Campagne provinciale d'arrachage de l'herbe à poux, l'APQ recrute une ville exemplaire en matière de lutte à l'herbe à poux afin d'agir comme ville hôte de la campagne. Cette année, c'est la ville de Granby qui est à l'honneur! En effet, la ville est impliquée depuis 2010 dans le combat contre l'herbe à poux : elle a développé une vaste campagne de sensibilisation dénommée «Mobilisation contre l'herbe à poux» et a adopté une réglementation obligeant tout occupant d'un terrain à arracher, couper ou détruire l'herbe à poux qui se trouve chez lui entre le 15 juillet et le 1er août. La ville a également muni les balais mécaniques de rue de brosses spéciales pour arracher les herbes sur la bordure des trottoirs, et procède à l'arrachage manuel ainsi qu'à l'arrosage à la vapeur ou à l'acide acétique de l'herbe à poux. En plus d'effectuer une coupe annuelle de ses terrains vagues, pour ne nommer que quelques-unes de ses mesures adoptées.

Selon Dominique Massie, Directrice générale de l'APQ, Granby « montre ainsi l'exemple à suivre pour assurer une meilleure qualité de vie et santé générale de ses citoyens victimes d'allergies ou d'asthme, et ainsi éviter bon de nombre de dépenses ou de visites évitables à l'urgence ».

En juin dernier, l'APQ et Granby ont invité l'ensemble des municipalités du Québec à lutter contre l'herbe à poux. Jusqu'à présent, plusieurs ont répondu à l'appel : Labelle, Mont-Laurier, Sainte-Julie, Val David, Otterburn Park, Nicolet, Sorel-Tracy, Boucherville, Montréal-Nord (Montréal), Saint-Laurent (Montréal), Saint-Léonard (Montréal), Ville-Marie (Montréal), Verdun (Montréal), Saint-Jean-Baptiste, Saint-Pierre-les-Bécquets, Prévost, Saint-Mathias-sur-Richelieu, Joliette, Victoriaville, Deschailons-sur-Saint-Laurent,

Calendrier des allergies saisonnières



Gatineau, Lanorriaie, Saint-Lambert, Sherbrooke et Brownsburg-Chatham. Toutes ces villes se sont engagées à mener des activités de sensibilisation ou de contrôle dans le cadre de la présente campagne.

Reconnaître l'herbe à poux

L'herbe à poux est une plante mesurant en moyenne 70 cm et facile à reconnaître. Elle est dotée d'une tige couverte de poils et surmontée de minces feuilles d'un vert grisâtre, étroitement découpées et semblables à celles d'un plant de carottes. Ses fleurs sont d'un vert jaunâtre et en forme d'épi. Entre la fin du mois de juillet et le début du mois d'août, la floraison éclate et laisse s'envoler le pollen responsable des désagréments que vivent les personnes allergiques (congestions, écoulements nasaux, irritation des yeux, etc.).

L'herbe à poux se retrouve principalement en milieu urbain : près des voies ferrées, aux bordures des trottoirs, sur les chantiers de construction ou sur les terrains mal entretenus. « Dès qu'on l'aperçoit, la meilleure chose à faire est de l'arracher jusqu'à la racine. On peut également semer du gazon ou une autre plante pour éviter toute repousse. Ceci permet de réduire la présence d'allergènes dans l'air », explique Geneviève Tremblay, inhalothérapeute et directrice des programmes de santé à l'Association pulmonaire du Québec.

Tout le monde peut participer

L'APQ invite tous et chacun à faire sa part afin d'améliorer la santé respiratoire des Québécoises et Québécois. « Que l'on soit propriétaire d'une maison ou d'une entreprise, on peut contribuer à réduire la prévalence des allergies en arrachant l'herbe à poux sur son propre terrain. C'est la mesure la plus simple, la plus facile et la plus efficace. Plus les gens s'y mettent, plus l'impact sera important », conclut Dominique Massie.

Nous espérons nous rapprocher d'un idéal comme la Gaspésie et peut-être un jour faire du Québec la première province sans herbe à poux.

CAMPAGNE PROVINCIALE D'ARRACHAGE DE L'HERBE À POUX

VRAI ou FAUX

- 1 L'herbe à poux est synonyme d'herbe à puce. **V / F**
- 2 Il ne faut pas toucher à l'herbe à poux, car elle peut causer des démangeaisons. **V / F**
- 3 L'herbe à poux peut mesurer un maximum de 30 cm de hauteur. **V / F**
- 4 L'allergie à l'herbe à poux dure toute l'année. **V / F**
- 5 L'herbe à poux pousse dans les forêts et n'aime pas les villes. **V / F**
- 6 L'herbe à poux aime s'entourer d'autres plantes. **V / F**
- 7 Les graines de l'herbe à poux ne survivent pas durant l'hiver. **V / F**
- 8 Il est très difficile d'arracher l'herbe à poux. **V / F**
- 9 Les graines de pollen n'ont pas la capacité de survivre dans le sol jusqu'à 40 ans. **V / F**

Réponses au verso

TOUTES LES RÉPONSES SONT FAUSSES

L'ASSOCIATION PULMONAIRE Québec

1888 POUMON9
1 888 768-6669

PQ.POUMON.CA

Le Coin des activités

L'histoire de Petit pot de biscuit

Rédigé par **Frédérique Blain**
Chargée de projets

Ginette Lévesque est une femme d'affaires et auteure. Depuis qu'elle est toute jeune, elle se passionne pour l'écriture : elle produit dans ses temps libres des journaux intimes, des poèmes, des billets d'humeur et des chroniques. En 2011, elle décida de publier un premier recueil *Petit pot de biscuits... devient rapidement vide s'il donne sans jamais recevoir*. Après le succès de ce premier tome, Ginette Lévesque eut envie d'en écrire la suite. C'est ainsi que fut publié *Petit pot de biscuits 2* le 23 février 2014, à la Galerie d'Art de Blainville, au grand plaisir des quelque cent personnes qui étaient présentes.

Ce livre représente pour l'auteure un hommage à son grand-père paternel et à ses deux fils qui ont contracté la silicose en travaillant à la mine de Saint-Rémi-d'Amherst, ainsi qu'à toutes les autres personnes décédées des suites de cette maladie. Son père souffrait également d'emphysème, un autre type d'affection respiratoire. C'est donc parce qu'il s'agissait d'une cause qui lui tenait à cœur qu'elle a choisi de verser la moitié des ventes générées par son deuxième recueil autobiographique à l'Association pulmonaire du Québec. Dans celui-ci, on y découvre une panoplie de petites histoires, des tranches de vie et des réflexions personnelles, qui passent par divers thèmes tels que la vie, la mort, l'amour, le courage et l'espoir. Le livre a reçu d'excellentes critiques et plusieurs femmes ont mentionné se reconnaître dans le personnage principal de l'auteure.

Récemment, un peu plus d'un an après la parution de son deuxième livre et en tant que membre du Cercle des héros de l'APQ, Ginette Lévesque nous a remis un chèque de 1500\$ qui nous permettra de poursuivre notre mission de lutte aux maladies respiratoires.



Photo Yves Déry

Ginette Lévesque
et son deuxième opus
Petit pot de biscuits 2

La Course de l'espoir Alexandre Beaupré Chargé de projets



Mélanie Duclos,
« La course de l'espoir 2015 », le 26 mai 2015

L'Association pulmonaire du Québec est honorée d'avoir pu s'associer à **Mélanie Duclos** pour la réalisation de La course de l'espoir qui s'est avéré un franc succès lors du 19 avril dernier à Sorel-Tracy.

Grâce entre autres à la générosité des donateurs, aux nombreux commanditaires, **à la participation de près de 400 personnes** et à l'implication dévouée des organisateurs bénévoles, **l'événement a rapporté plus de 4000\$.**

C'est en avril 2012 que Mélanie Duclos a perdu son père à la suite d'une maladie auto-immune très rare appelée sclérodermie. Ce triste décès lui a donné l'envie d'organiser un événement en sa mémoire, au profit de L'Association pulmonaire du Québec, puisque c'était l'état des poumons de son père qui ont permis aux médecins d'établir le diagnostic.

Le 26 mai 2015, Mélanie Duclos a été intronisée au Cercle des héros de l'Association pulmonaire du Québec en plus de recevoir une plaque commémorative remise par Dominique Massie, directrice générale de l'APQ et Serge Péloquin, maire de Sorel-Tracy.

L'expérience Hockey Suprématie

Lors de la fin de semaine du 25-26 juillet derniers, l'Association pulmonaire du Québec a eu la chance de prendre part à un événement sportif, soit l'Expérience Hockey Suprematie qui se déroulait au Complexe Sportif Bell, à Brossard.



Il s'agissait en fait d'un tournoi de hockey entre 16 fondations. Depuis le début de l'été, une compétition de levée de fonds avait lieu en ligne entre les 16 fondations participantes, ce qui a permis de déterminer l'ordre des choix pour le repêchage. L'APQ a été la quatrième fondation qui a ramassé le plus d'argent, ce qui signifie que nous avons obtenu le quatrième choix lors du repêchage. Toutes les équipes se disputaient le grand prix, soit une bourse ultime de 10 000\$ remise à la fondation représentée par l'équipe gagnante.

Nous avons eu la chance de sélectionner l'équipe de Donald Brashear et de Simon Gagné qui nous a permis de nous rendre en demi-finale lors du tournoi. Bien que nous n'ayons pas été couronnés grands gagnants de cette compétition, nous avons tout de même réussi à amasser près de 10 000\$ avec cet événement. Ceci a été possible grâce aux généreux donateurs qui nous ont appuyé en ligne, dont deux de nos précieux commanditaires, AstraZeneca et Novartis, ainsi que grâce à la bourse de 1000\$ gracieusement offerte par Éric Légaré, le propriétaire de la boutique Hockey Supremacy et principal commanditaire de l'événement, pour nous être rendus en demi-finale.

Nous espérons reprendre part à cet événement pour sa deuxième édition l'an prochain puisque nous avons grandement apprécié l'expérience. Félicitations à toute l'équipe qui a rendu possible la tenue de ce bel événement sportif !

OFEV^{MC} (nintedanib) nouveau médicament approuvé par Santé Canada

Le 24 juin 2015, Santé Canada a approuvé OFEV^{MC} (nintedanib), un nouveau médicament fabriqué par *Boehringer Ingelheim* pour traiter la fibrose pulmonaire idiopathique (FPI) chez les adultes. Ce nouveau médicament est maintenant le deuxième traitement disponible pour la FPI avec ESBRIET^{MC} (pirfenidone), fabriqué par *Roche*.

Il faut rappeler que la FPI apporte une cicatrisation progressive et irréversible du tissu pulmonaire. Par conséquent, les patients souffrent de toux sèche et d'une difficulté croissante à respirer et à participer à des activités de la vie quotidienne. Bien que la recherche s'accroisse dans le domaine, le taux de survie pour cette maladie invalidante est de seulement 3 ans en moyenne. L'annonce d'un deuxième choix thérapeutique est une excellente nouvelle pour tout le personnel traitant et les personnes atteintes. Les autres traitements disponibles incluent la réhabilitation pulmonaire, l'oxygénothérapie et la transplantation pulmonaire.

Pour plus d'informations sur ce médicament ou pour connaître votre éligibilité, contactez votre médecin traitant.

Santé Canada approuve Prevnar^{MD} 13 de Pfizer pour la prévention de la pneumonie pneumococcique attribuable aux sérotypes du vaccin chez les adultes de 18 ans ou plus

La pneumonie pneumococcique est l'une des principales causes d'hospitalisation et de bactériémie et peut poser un grave risque pour la santé, notamment chez les adultes plus âgés et ceux qui sont vulnérables à cette infection.

Au sujet de Prevnar 13

Prevnar 13, qui a d'abord été approuvé pour l'immunisation des nourrissons et des jeunes enfants en décembre 2009 en Europe, est maintenant offert dans plus de 120 pays, dont le Canada. Il s'agit du vaccin antipneumococcique conjugué (VPC) le plus communément utilisé au monde, et plus de 750 millions de doses de Prevnar 7/Prevnar 13 ont été distribuées à travers le monde. En outre, l'emploi de Prevnar 13 chez les adultes de 50 ans ou plus est approuvé dans plus de 100 pays. Il est également approuvé au Canada, aux États-Unis, dans les pays de l'Union européenne et dans d'autres pays chez les enfants et les adolescents de 6 à 17 ans.

Événements de L'Association pulmonaire du Québec

Événements à venir...

Congrès Québécois en Santé Respiratoire 2015

L'Association pulmonaire du Québec (APQ), le Réseau Québécois de l'Asthme et de la MPOC (RQAM) et le Réseau en Santé Respiratoire du FRQS vous convient à leur annuel **Congrès Québécois en Santé Respiratoire 2015, se déroulant les 12 et 13 novembre au Centre de Congrès et d'expositions de Lévis à Québec**. Fort du succès de l'année précédente, le congrès offre à nouveau l'occasion de s'immerger dans le réseau exclusif du milieu de la santé respiratoire. Mandaté afin de répondre aux exigences et besoins des praticiens et professionnels de la santé pulmonaire, le congrès rassemble en un même lieu tous les acteurs du domaine : inhalothérapeutes, infirmiers, pneumologues, omnipraticiens, chercheurs et étudiants en santé respiratoire, pharmaciens et kinésiologues. Les opportunités d'échanges, de réseautage et de partage de savoir foisonneront lors de ce grand rassemblement où auront lieu ateliers médicaux et conférences scientifiques.

Une demi-journée sera également offerte aux patients le 11 novembre. Les détails sont à venir...

Cercle des héros : Marchons en mémoire de Doris

Kathleen Zicat a perdu sa sœur le 31 mars dernier des suites d'un fulgurant cancer du poumon diagnostiqué un mois seulement auparavant. À 66 ans, Doris avait encore plusieurs belles années devant elle, mais le destin en a décidé autrement. Afin de sensibiliser la population à l'importance de protéger sa santé pulmonaire et afin d'honorer la mémoire de sa sœur, Kathleen a décidé d'organiser une marche d'espoir qui se tiendra à Québec le jour même de l'anniversaire de Doris, soit le 19 septembre 2015 à 11h, au profit de l'Association pulmonaire. Le trajet débutera au Parc Victoria et longera les berges de la rivière St-Charles pour un 10km en boucle. Joignez-vous à la marche en mémoire de Doris, qui a livré un dur combat contre le cancer et dans l'espoir d'un avenir dépourvu de maladies pulmonaires.

Programmation des rencontres des groupes d'entraide

4 septembre 2015 : Groupe d'entraide en MPOC, Drummondville
Conférence en art-thérapie avec Marie-Claude Fortier, Art-thérapeute.

8 septembre 2015 : Groupe d'entraide en apnée du sommeil, Montréal (bureau APQ)
Conférence sur les nouveaux appareils respiratoires et sur les batteries externes avec Fannie Vincelette, inhalothérapeute chez Biron Soins du Sommeil.

15 septembre 2015 : Groupe d'entraide en MPOC, Montréal (bureau APQ)
Conférence avec Nancy Szilbereisz, infirmière prévention clinique, sur les services offerts dans les CLSC.

17 septembre 2015 : Groupe d'entraide en cancer pulmonaire, Montréal (bureau APQ)
Atelier-rencontre sur la musicothérapie avec Ginette Lévesque, femme d'affaires et auteure.

Consultez notre site web, le www.pq.poumon.ca, pour découvrir les lieux des rencontres.

Platine

Thérèse Chapdelaine
John Laughrea
Paul-Aimé Marois

Or

Dominique Massie
Jean-Claude Théroux

Argent

Raymond Arseneault
Lucille Barette
Lucie Barrette
Maria Battaglino
Clément Beaudry
Mireille Belanger
Steeve Bergeron
Jean-Louis Bibeau
Pierre Bouchard
Diane Boucher
Sylvie Bourdon-Lareau
Louis Carrier
Marie-Hernance Carrier-Cook
Debbie Cartier
Michelle Comeau
Robert Cumming
Nicole Deschênes
Carole Doré
Barbara Fletcher
Paul Gamache
Ginette Grégoire
Johanne Guénette
Ginette Hardy
Léona Huot-Lachance
Francine Lamoureux
Patrick Laniel
Jacques Laparé
Ann Laughlin
Yolande Lemire
Doris Létourneau
Linda Marlow
Gilberte Marois
Maurice Monette
Rita Morin
Jeannine Ostiguy
Jocelyne Riendeau
Kamal Farag Rizkalla
Maurice Robillard
Suzanne Soulière
Liliane St-Pierre
Gabriel Tremblay
Yvan Vermette
Francine Villeneuve

Bronze

Carmen Albert
André Alix
Marie-Blanche Allaire
Noëlla Allaire
Serge Allard
Yvon Allard
Renée Arseneault
Edmonia Aspirot
Chantal Auclair
Colette Auclair
Henriette L. Auger
Julienne Auger-Beaudet
Carole Barbeau
Rollande Baril
Monique Barnabé
Françoise Barrette-Lévesque
Paul Beauceage
Lucie Beaudoin
Colette Beaulieu
Joseph Beaulieu
Linda Pauline Beaulne
Denis Bélanger
Lucie Bélanger
Marie-Hélène Bélanger
Nicole Béliveau
Sophie Bellerose
Ginette Bergeron
Line Bergeron
Fernande Bergeron-Veillette
Gisèle Bernard
Monique Bernier
Nicole Berthiaume
Francine Bibeau
Micheline Bilodeau
Michèle Bisson
Lise Bistodeau
Hazel E. Blackburn
Richard Blain
Richard Blais
Ginette Blais
Liane Blais
Réjean Blais
Élizabeth Blanchard
Clara Bland
John R. Blazej
Laurette Boies-Lavoie
Francine Boily
Guy Boisclair
Nancy Boisvert
Henriette Bolduc-Boulet
Laurier Bossé
Guy Bouchard
Lucie Bouchard
Frédérique Boucher
Marie-Thérèse Boucher
Gertrude Boudreault
Rose-Hélène Bouffard
Christine Bourgault
Robert Bourget

Martin Bournival
Boromée Bourque
Colette Bourque
Réal Boutet
Josiane Brisebois
Paul-Émile Brisson
Yvan Brodeur
Fernande Brosseau
Ginette Brouillard
Rachelle Brouillette
Jeannine Brousseau-Harton
Peter W. Brown
Lisette Brunelle
Manon Brunet
Raynald Brunet
Marie-Lise Bujold-Hotton
Ernesta Mary Burgess-Ulric
Angela Cantafio
Charles Carignan
Gustave Caron
Jocelyne Caron
Rolande Caron
Jean-Guy Carré
Esthel Carrier
Jeannine Castonguay
Lisette Caty-Gagnon
Jacques Cayouette
Ghyslaine Cayouette-Goyer
Georges Chamoun
Gaetan Champagne
Huguette Charbonneau
Lorraine Charbonneau
Marie-Thérèse Chénard
Reine Chénard
Jeannine Chevrier
Francine Chiasson
Raffaële Ciocca
Anne-Marie Claveau
Francine Cloutier
Brian Colwill
Sylvie Comtois-Caron
Claire Comtois-Fafard
Réal Contant
Fleurette Cormier
Célyne Côté
Jocelyne Côté
Martine Coulombe
Simonne Courmoyer-Plante
Gisèle Cousineau-Robitaille
Anne-Marie Crevier
Danielle Cusson
Albert D'Amour
Lise D'Éragon
Marielle Daigle
Béatrice Daoust
Françoise De Carufel
Madeleine De Grandmaison
Rita De Repentigny
Micheline Demers
Marie-Rose Denis
Jean-Guy Dépeault
Christiane Désautels
Micheline Desautels
Carol Desbiens
Normand Desbiens
Ginette Desbiens-Faille
Céline O. Deschamps
Françoise Deschênes
Mariette Deshaies
Pauline DesHêtres
Anthony DesJardins
Romain Desrosiers
Michel Dessureault
Charlotte Dionne
Valérie Dionne
Jacques Diotte
Juanita Docherty
Jacques Doré
Réjean Doré
Serge Douville
Denise Drapeau
Bernard Drouin
Jeannette L. Du Charme
Jean-Louis Dubé
Marie-Rose Duclair
Isabelle Dufour
Sylvain Dufour
Cécile Dumaine-Major
Claude Dumont
Jean-Claude Dumont
Manon Dupuis
Claudette Durand-Perencin
René Duval
Danièle Énard
Claude Filiatrault
Pauline Fillion
Huguette Fortier
Lise M. Fortier
Noël Fortin
Denis Fournier
Nicole Franche
Mireille Francis
Hélène Fréchette
Yolande Frenette-Beaupré
Vladimir Freud
Annie Gagné
François Gagnon
Yves Gagnon
Marie-Josée Gariépy
Carole Garon
Franco Gattuso
Marcelle Gauthier
Monique Gauthier
Yvette Gauthier-Ouellet
Marie Gautreau
Gilles Gendron
Marie Gendron
Constant Germain
Flore Gervais
Pierrette Gervais

Ghislaine Girard
Karine Girard
Marie Sara Godin
Manon Gonthier
Jacqueline Gouin
Huguette Gravel
Louissette Gravel
Jeannine Guay-Michaud
Madeleine Guérin
Thérèse Guérin
Jean Guimond
Odette Guimond
Abdelhamid Hacib
Jean Hadjadj
Linda Hains
Rita Harvey
Danielle Hébert
Claire Hervieux
Aline Hinse
Olive May Hughes
Egon Hummel
Gisèle Hurtubise
Gilles Imbeault
Bruce Innes
François Ippesiel
Raymond Jabbour
Claudette Jalbert
Mireille Jalbert
Diana Jamieson
Bernard Johnson
Colette Johnson
Claude Joubert
Serge Jutras
Amal Karam
Herta Kiesling
Violette Kitching
Madame Françoise Legault
Françoise Labbé
Gino Labrecque
Thérèse Labrie-Gariépy
Estelle Labrosse
Suzanne Lacerte
Gertrude Lacombe
Nicole Lahaie
Rita C. Lalonde
Pierre Lalonde
Diane Lalonde-Roy
Ghislaine Lamarre
Jean-Paul Lamarre
Alain Lambert
Françoise Lamontagne
Nathalie Lamoureux
Ginette Langlois
Sylvie Langlois
Yves Langlois
Éliane Lanouette
Francine Lapierre
Gaétane Lapointe
Hélène Lapointe
Pauline Lapointe
Pierrette Lapointe
Isabelle Larivière
Jacqueline Larouche
Jocelyne Latour
Denis Latulippe
Madeleine Lavallée
Jean-Marc Lavigneur
Lisiane Lavina-Leclair
Adrienne Lavoie
Madeleine Lavoie
Serge Lavoie
Magella Lebel
Diane Leblanc-Cournoyer
Francine Lebrun
Sylvie Leduc
Jeannine Lefebvre
Nicole Lefebvre
Carole Légaré
François Légaré
Huguette Légaré
Françoise Legoux
Madeleine Lemay
Madeleine Lemieux-Vermette
Gisèle Lemoyne
Maude Léonard
Madeleine Lepage
Suzanne Lessard
France Levasseur
Adélaïde Lévesque
Hélène Lévesque
Nicole Lévesque
Nicole Lévesque
Pierrette Lévesque
René Lévesque
Luc Loiselle
Jocelyne Longchamp
Guy Lussier
Janet Mainville
Céline Maltais
Jean-Yves Marceau
Paul Marchand
Suzanne Marchildon-De Carufel
Suzanne Marcoux
Lucie Marineau
Thérèse Marquis
Jacques Martel
Josée Martel
Léona P. Martel
Robert Martel
Diane Martin
Pauline Martineau-Alacoque
Francesco Massarelli
Michèle Massé
Marcel Massicotte
Christian Maurais
Bessie Menard
Daniel Ménard
André Mercier
Stanley Michalski

Yvan Michaud
Antonio Milano
Louise M. Milne
Vincent Montagano
Jean-Louis Montour
Marcel Morel
Louise Morin
Alexandra Muller
Eloïse Napansey
Thérèse Naud
Robert Nelson
Angéline Niro
Viola O'Brien
O. M. Oliver
Vilma Osorio
Charles Ouellet
Diane D. Ouellet
Gérard Ouellet
Pierre Ouellet
Renaud Ouellet
Jean-Paul Paquet
Francine Paquette
Serge Paquette
Félix Paquin
Marie Paquin
Nicole Paradis
Réjean Paradis
Rose-Ange Pardoën
Julien Paré
Madeleine Parent
Marie Pariseau-Groulx
Estelle Pelletier-Brisson
Carmen Pépin
Jacqueline Perreault
Pierre Perreault
André Perron
Alain Poissant
Danye Potvin
Hélène Potvin
Suzanne Potvin-Gingras
Philip Price
Jeannine Proteau
Richard Proulx
Catherine Provencher-Martineau
Jean-Louis Racine
Matthew Ramage
Guy R. Richard
Jinette Riendeau
Christian Riopel
Lise Robillard
Julie Rochette
Éric Rochon
Marcelle Rodrigue
Ella Romain
Julienne Romanoski
Carol Rose
Huguette Rousseau
Lisette Rousseau
Suzanne Rousseau
Louise Rousseau-Trottier
Ginette Roy
H. Roy
Lucien Roy
Marie Roy
Normande Roy
Monique Sabourin
Rollande Sauriol
Sophie Sauvageau
Huguette Sauvè-Miljour
André Savard
Claude Savard
Dagmar Schellenberg
Jennie Schenker
Monique Soulière
Jean-Paul Spénard
Peter Spivey
Jeannette St-Amant
Alain St-Amour
Renée St-Georges
Rolande St-Hilaire Boisclair
Georgette St-Laurent Lefebvre
Françoise St-Martin
Jacqueline St-Pierre
Johan St-Pierre
Helen Stanczyk
Jane Stevens
Lynne Tessier
Suzanne Tessier
Anna Therrien-Leclerc
Liette Thibault
Lise Thivierge
Françoise R. Tremblay
Marie Josée Tremblay
Paul-Yvon Tremblay
Pierre Tremblay
Réal Tremblay
Richard Tremblay
Yvonne Tremblay
Jacques Trépanier
Diane Trottier
Pierre Turcotte
Lise Turmel
Claire Urbain
Ghislaine Vachon
Monique Vachon
Gérard Vaillancourt
Andrée Valiquette
Monique Vallée-Bernier
Louise Valois
Sylvio Vendramelli
Chantale Verreault
Noëlla Vézina
Suzanne Vézina
Guy Vignola
Carmen Villeneuve
Kelland Willis
Mary Wiltshire
Joseph Zauhar

LE BULLETIN DE L'ASSOCIATION PULMONAIRE DU QUÉBEC EST DISTRIBUÉ À TOUS LES MEMBRES.

Incorporée en 1938, l'Association pulmonaire du Québec est le seul organisme sans but lucratif à promouvoir la santé respiratoire et à prévenir les maladies pulmonaires par la recherche, l'éducation et les services. Elle vient en aide et défend tant les personnes atteintes que l'ensemble de la population québécoise.

CONTRIBUEZ AU BULLETIN
Vous avez une anecdote à raconter, une histoire à partager, communiquez avec: Maud L. Courtemanche
maud.lcourtemanche@pq.poumon.ca
1 888 POUMON9, poste 235
Au plaisir de vous lire !

ÉDITRICE :
Dominique Massie

RÉDACTRICE EN CHEF :
Frédérique Blain

COLLABORATEURS :
Alexandre Beaupré
Nora Boussâa
Mireille Chamberland
Johanne Corbeil
Cathy Falardeau
Maud L. Courtemanche
Louise
Ivona Sosic

Pour nous joindre :
Tél. : 514 287-7400
Fax. : 514 287-1978
1 888 POUMON9
www.pq.poumon.ca

DÉPÔT LÉGAL :
Bibliothèque nationale du Québec
Bibliothèque nationale du Canada
ISSN 0843-381X

GRIFOLS

Boehringer Ingelheim

gsk GlaxoSmithKline

AstraZeneca

BAYER

L'ASSOCIATION PULMONAIRE

6070, rue Sherbrooke Est
Bureau 104
Montréal (Québec) H1N 1C1

FQSR
FONDATION QUÉBÉCOISE
EN SANTÉ RESPIRATOIRE

POSTES CANADA
CANADA POST
Port payé Postage paid
Poste-publications Publications Mail
40068978