

Clin d'œil

PRINTEMPS 2017

Numéro 35

Journal des personnes stomisées de la région de Québec (03) et de Chaudière-Appalaches (12)

Regroupement des stomisés Québec-Lévis Inc.



3632, rue des Opales
Lévis (Québec)
G6W 8C2



418-872-8121



r.s.q.l.inc@hotmail.com



<https://sites.google.com/site/stomisesquebeclevis>

Le RSQL n'appuie aucunement les produits ou services mentionnés dans ce bulletin. Les opinions exprimées par les auteurs sont les leurs et ne reflètent pas nécessairement celles du RSQL.

Faute d'espace, nous ne pouvons pas toujours mettre les références, mais nous les fournissons sur demande.

Les informations contenues dans ce bulletin ne visent aucunement à remplacer les connaissances ou le diagnostic de votre médecin ou de votre équipe de soins de santé ; nous vous avisons de consulter un professionnel de la santé lorsque tout problème de santé se présente.

L'impression du bulletin *Clin d'œil* est rendue possible grâce à la contribution financière du *Centre de Stomie du Québec*.

CONSEIL D'ADMINISTRATION

- Président.....Serge Maltais
- Vice-présidenteVacant
- Secrétaire.....Diane Boulanger
- Trésorière.....Raymonde Gagné
- AdministrateurJulien Bédard
- AdministrateurLéo-Paul Nobert



SOMMAIRE - PRINTEMPS 2017

Le mot du président 3

La lettre de Raymonde 5

Un anniversaire à ne jamais oublier 8

5 choses à savoir10

Y paraît que13

Interaction intestin et articulations16

Ailleurs dans le monde18

Vous dites ?23

Renaître par le sport et le plein air25

Le mot de l'AQPS27

On déjeune28

Don In Memoriam26

Formulaire Don In Memoriam30

La recette de Micheline32

Tout sur les pets35

Formulaire d'adhésion39

Vous dites?!?



Par Diane Boulanger

Il y a de ces moments dans la vie où le rire est le seule remède.

Lorsque vient le temps de vider notre appareil collecteur, il existe plusieurs positions que nous pouvons utiliser. Mais pour ma part, et ceux qui me connaissent le diront, je suis courte sur pattes et dans ce cas il y a nettement moins de positions à ma portée.

Ainsi, il y a la position où on pose un genou par terre. Position élégante s'il en est, dans mon cas cette position est impraticable car ma genuflexion devant la sacro-sainte toilette amène le rebord de la cuvette juste sous mes seins... À moins de faire déplacer ma stomie à la place du nez, cette position ne me convient pas du tout.



Puis il y a celle où on s'assoit au fond de la cuvette, près du réservoir, afin de vider le sac devant soi. Là encore, cette position n'est pas pour moi... Assise près du réservoir, mes pattes courtes ne touchent plus le sol. Et me voilà tentant d'agripper les bords de la cuvette ou le mur, et battant l'air de mes jambes dans un rodéo très peu élégant. Dans ces conditions, oubliez les manœuvres de vidange du sac.



Il existe aussi la position inverse où on s'assoit en sens contraire de la cuvette, face au réservoir, pour vidanger notre appareil. Bien qu'applicable, cette position me donne l'impression de manquer de place alors que, pour voir ce que je fais, je dois me pencher au point où mon front se retrouve appuyé sur le réservoir (*rappelez-vous, je suis courte sur pattes*). À quelque part, cette situation est franchement désagréable.



Et enfin, il y a **MA** position, debout devant la cuvette avec les 2 pieds fermement plantés au sol et tout le loisir de voir ce que je fais et où je le fais.

Mais bon, puisque la perfection n'est pas de ce monde, là aussi la situation peut être embarrassante...

Un jour, dans les toilettes publiques d'un centre commercial, j'utilise les toilettes avec ma position favorite puis je termine en me lavant les mains. Il y a plusieurs éviers faisant face à un grand miroir qui recouvre tout un pan de mur. Tout en me lavant les mains, je remarque une dame d'un certain âge, et d'un âge certain, debout devant le miroir et qui me jette occasionnellement des regards à la dérobée. Ennuyée par son manège, je me dépêche à me sécher les mains pour sortir des toilettes au plus vite.

Mais voilà, comme je passe près de la dame afin d'atteindre la porte, elle pose la main sur mon avant-bras. En me regardant droit dans les yeux, et sur un ton de confiance, la dame me chuchote : « Mon petit-fils aussi s'habille en femme » Puis, en me tapotant l'avant-bras, elle me glisse un « Bonne chance » avec l'air de contentement du chat ayant attrapé la souris !

Je suis sidérée ! J'en conclue que la porte de la stalle de la toilette n'était pas assez longue pour cacher le fait que **j'étais debout FACE à la toilette !**

Et, planté devant le grand miroir, de me dire :
« Ouin... J'aurais peut-être dû faire ma
moustache... »



L'an dernier j'étais au bord du gouffre...
cette année j'ai fait un grand pas.

Stone