

FIBRO-NOTES

BULLETIN D'INFORMATIONS DE L'ASSOCIATION FIBROMYALGIE DE DUPLESSIS
VOLUME 17, NO 1, DÉCEMBRE 2024




JOYEUSES FÊTES !

Nos bureaux seront fermés du 20 décembre 2024
au 5 janvier 2025 inclusivement.

Bureau de Sept-Îles
700, boul. Laure, bureau 239, Sept-Îles (Québec) G4R 1Y1
418 968-1999 | asso.fibro.duplessis@telus.net

Heures d'ouverture
Lundi au jeudi : 8 h 30 à 12 h - 13 h à 16 h
Vendredi : 8 h 00 à 12 h



Association FIBROMYALGIE de Duplessis



MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chers membres,

Cette année en aura été une d'évolution, d'adaptation et de changement.

Notre tout nouveau point de service de Port-Cartier, maintenant situé dans un local commercial, permet de vous accueillir dans un endroit convivial où nous pourrions y tenir plusieurs activités, comme nos cafés-rencontres.

Par la même occasion, je souhaite la bienvenue à notre nouvelle agente de développement, Madame Nancy Fortin, qui sera à la barre du bureau de Port-Cartier. Avec sa belle énergie, sa créativité et sa bienveillance, elle est un atout précieux pour le maintien et le développement de notre organisme dans la région.

Avec le départ de nos collaborateurs donnant les cours de yoga, d'aquaforme et de stretching, nous avons dû réinventer notre programmation d'activités physiques adaptées. Le défi a été relevé haut la main grâce à Madame Helen Gauthier, qui offre une belle variété d'exercices dans la douceur et le dynamisme.

Je vous souhaite un beau temps des fêtes rempli de moments de bonheur et de temps de qualité avec vos proches.

Au plaisir de vous retrouver en janvier 2025.

Jeanne Arseneault, présidente

UNE PREMIÈRE IMPORTANTE ET SIGNIFICATIVE AU QUÉBEC!

Un pompier de Québec a obtenu gain de cause devant le Tribunal administratif du travail en faisant reconnaître sa fibromyalgie comme une lésion professionnelle ; une première au Québec!

Le parcours de monsieur Bisailon n'a pas été de tout repos, puisque l'histoire remonte à 2018 alors que le principal intéressé subit une déchirure de la coiffe des rotateurs (muscles de l'épaule) sur son lieu de travail. Suite à l'intervention chirurgicale, réalisé en 2020, monsieur Bisailon mentionne à son médecin traitant qu'il souffre d'importantes douleurs diffuses accompagné de fatigue constante.

Monsieur Bisailon obtient un diagnostic de fibromyalgie sévère en 2021. La CNESST refuse alors de considérer ce diagnostic comme une aggravation de la blessure professionnelle.

En avril 2023, l'anesthésiologue Jacques Saint-Pierre vient confirmer au Tribunal administratif du travail qu'il y a bien un lien existant entre l'opération de à l'épaule et l'apparition de la fibromyalgie de monsieur Bisailon.

Ce n'est qu'en 2024 qu'il obtiendra un jugement en sa faveur, avec l'aide de l'avocat Me Marc Bellemare. Monsieur Bisailon ne sait toujours pas s'il pourra recevoir une compensation monétaire. «À la fin, j'ai eu raison, mais je me suis longtemps demandé si j'étais fou.»

Source : <https://ww.journaldequebec.com/2024/08/29/la-fibromyalgie-reconnue-pour-la-premiere-fois-au-quebec-comme-lesion-professionnelle>

DU NOUVEAU À PORT-CARTIER !



Nouvelle agente de développement, nouveau local; le point de service de Port-Cartier à le vent dans les voiles!

Le 1er octobre dernier, Madame Nancy Fortin était engagée à titre d'agente de développement. Sa belle énergie et son expérience dans le milieu communautaire à séduit le conseil d'administration.

Elle tenait à vous adresser personnellement un petit mot à vous, nos membres.

“Je suis heureuse de me présenter à vous de façon officielle dans le Fibro-Notes, mais j'ai hâte de vous rencontrer pour de vrai!

Je suis quelqu'un de colorée et hyper créative, je bouillonne d'idées et j'ai surtout à cœur de personnaliser et d'adapter toutes ces idées à votre réalité. J'ai envie de mettre ma créativité au profit de votre association et de votre mission.



Bien sûr, votre collaboration m'est essentielle pour mener à bien tous ces projets et pour bien comprendre vos besoins. J'aime être en contact direct avec vous, parce que je crois sincèrement que c'est en créant des liens que l'on crée des merveilles.

J'espère réussir à trouver des activités qui sauront vous plaire et vous surprendre.

C'est donc avec l'immense fierté de faire partie de votre association que je vous souhaite de joyeuses fêtes et au plaisir de tous vous voir participer à une ou l'autre des activités qui vous seront offertes dès janvier 2025!



Que la santé vous accompagne et on se retrouve pour une nouvelle année remplie d'espoir et de nouveautés!”

PROGRAMMATION À SEPT-ÎLES



Les inscriptions débutent le 13 janvier 2025, dès 8 h 30.

Aucune réservation, priorité accordée aux gens souffrants de fibromyalgie et douleurs chroniques associées à l'arthrite et l'arthrose.


ZUMBA CHAISE - 40 \$ POUR 14 COURS


-  Mardi, 10 h 30 à 11 h 30 - Salle E3/E5 (Centre socio-récréatif)
Début : 21 janvier 2025
-  Mercredi, 13 h 30 à 14 h 30 - Salle E3/E5. (Centre socio-récréatif)
Début : 22 janvier 2025

GYM DOUCE ET ÉQUILIBRE - 40 \$ POUR 14 COURS

-  Mardi, 13 h 30 à 14 h 30 - Salle E3/E5 (Centre socio-récréatif)
Début : 21 janvier 2025
-  Jeudi, 10 h 30 à 11 h 30 - Salle E3/E5 (Centre socio-récréatif)
Début : 23 janvier 2025

CLUB DE MARCHÉ - GRATUIT (CARTE DE MEMBRE OBLIGATOIRE)

-  Lundi, 13 h 30 à 14 h 30 - Référez vous au calendrier de marche
Début : 20 janvier 2025

 En cas de tempête, les cours sont annulés seulement si le Centre socio est fermé.

HORAIRE SUJET À CHANGEMENT SANS PRÉAVIS. LES ANNULATIONS OU REPORTS DE COURS SERONT ANNONCÉS SUR NOTRE PAGE FACEBOOK ET PAR COURRIEL.



PROGRAMMATION À PORT-CARTIER

Les inscriptions débutent le 14 janvier 2025, dès 9 h 00 au tout nouveau point de service situé au 2, rue Élie-Rochefort, local 107.

STRETCHING - 40 \$ POUR 14 COURS



Lundi, 13 h 30 à 14 h 30 - Académie des joies de la danse
Début : 20 janvier 2025

CLUB DE MARCHE - GRATUIT (CARTE DE MEMBRE OBLIGATOIRE)



Mardi, 13 h 30 à 14 h 30 - Référez vous au calendrier de marche
Début : 21 janvier 2025

DANSE EN LIGNE - 40 \$ POUR 12 COURS



Mercredi, 13 h 30 à 14 h 30 - Académie des joies de la danse
Début : 22 janvier 2025

NOS COORDONNÉES

2, rue Élie-Rochefort, local 107, Port-Cartier (Québec) G5B 2N2
418 766-4999 | fibropc@outlook.com

Heures d'ouverture

Mardi au jeudi : 9 h à 12 h - 13 h à 15 h

HORAIRE SUJET À CHANGEMENT SANS PRÉAVIS. LES ANNULATIONS OU REPORTS DE COURS SERONT ANNONCÉS SUR LE GROUPE FACEBOOK FIBRO PC ET PAR COURRIEL

NOTRE ORGANISME : VIVANT ET EN DÉVELOPPEMENT

Le 16 décembre dernier, en compagnie d'une quarantaine d'invités, nous avons inauguré notre tout nouveau point de service à Port-Cartier. Une belle réussite et un avancement important pour notre association.



Un beau grand local lumineux et accueillant. Il sera possible d'y tenir des cafés rencontres et des ateliers.

Les employées et le conseil d'administration, de gauche à droite :
Nancy Fortin, agente de développement
Danielle Martel, secrétaire
Denise Langelier, administratrice
Marie-Claude Coulombe, coordonnatrice
Martine Théberge, vice-présidente
Jeanne Arseneault, présidente
Nicole Vigneault, trésorière



Merci à Plan Xpert
d'imprimer gratuitement
notre bulletin d'informations



SONDAGE - SONDAGE - SONDAGE - SONDAGE

Nous avons besoin de vous pour continuer de vous offrir des services adaptés de qualité ! Les réponses reçues seront traitées de façon confidentielle.

1. Quelle est la plage horaire idéale pour la tenue des cours?

- En avant-midi
- En après-midi

2. Sur une échelle de 1 à 5, où se situe votre satisfaction par rapport aux services offerts par l'organisme?



3. Seriez-vous intéressé par des cours en ligne ? (Zoom, Teams)

- Oui
- Non

4. Avez-vous des suggestions d'activités, de conférences ou des sujets d'ateliers à proposer?

5. Laissez nous vos commentaires.

Vous pouvez déposer ce sondage dans notre boîte aux lettres, le retourner par la poste ou le déposer en personne lors de votre inscription à la prochaine session. Merci de nous aider à nous améliorer!