

Journal L'Écho des bénévoles de l'Hôpital du Suroît

Automne frisquet, mais des cœurs bien au chaud

Chers bénévoles,

L'automne arrive doucement, nous invitant à ralentir, à nous rapprocher et à savourer ces petits gestes qui font tant de bien.

Par votre accueil, votre écoute et votre disponibilité, vous apportez chaleur et réconfort aux usagers et à leurs proches, souvent dans des moments chargés d'émotions.

Votre présence est précieuse, et nous vous en sommes reconnaissants.

2026 x Mercis pour votre présence



emilia Un outil pour mieux comprendre votre rendez-vous

Vous est-il déjà arrivé de quitter un rendez-vous médical en vous demandant : « Qu'est-ce que le professionnel de la santé m'a dit, déjà ? » On estime que de 40 % à 80 % des informations médicales transmises oralement sont oubliées après une consultation et c'est normal. Emilia est une application gratuite que vous pouvez télécharger sur votre téléphone ou votre tablette.

Cette application permet de :

- ✓ capter l'échange avec votre professionnel;
- ✓ créer un résumé clair et facile à comprendre;
- ✓ vous aidez à retenir l'essentiel;
- ✓ partager l'information avec un proche, si vous le souhaitez.

Visitez le Portail Santé Montérégie et téléchargez l'application [en cliquant ici](#).



Jours fériés d'octobre et décembre 2026

12 octobre (jour de l'Action de grâce)

25-28-31 décembre

On recule l'heure dans la nuit du 31 oct au 1^{er} nov.



Tania Therrien

Agente administrative

Service du bénévolat

Direction des services multidisciplinaires de santé de de services sociaux

Nous vous invitons maintenant à faire sa connaissance.

Après 16 années au sein de l'Hôpital du Suroît, j'entreprends un nouveau chapitre de ma carrière : je contribuerai au développement des services de bénévolat de Santé Québec Montérégie-Ouest du futur hôpital de Vaudreuil-Soulanges avec Marie-Claude Guilbault. Ce mandat ambitieux me permettra de mettre mon expérience du milieu hospitalier au service d'une communauté bénévole appelée à jouer un rôle important auprès des patients, des proches, des visiteurs et des équipes.

J'ai commencé ma carrière aux archives après avoir obtenu un certificat en gestion des archives. Comme plusieurs personnes en début de parcours, j'ai accepté différents remplacements afin d'accumuler de l'expérience. Guidée par mon intuition et ma curiosité, j'ai ensuite occupé divers rôles, dont plusieurs années en téléphonie, avant de travailler pendant six ans en oncologie. Cette expérience m'a permis de mesurer concrètement la valeur des bénévoles. En oncologie, je les voyais offrir des boissons, échanger quelques mots et accompagner les personnes qui attendaient. Ces gestes, simples en apparence, apportaient chaleur et réconfort dans des moments parfois difficiles.

Mon travail consiste à répondre aux nouvelles candidatures, je transmets les formulaires requis, j'assure le suivi des vérifications d'antécédents judiciaires, je tiens les outils de suivi à jour et j'informe les différents milieux des personnes intéressées à s'y engager. Je participe également à la révision des étapes administratives et je prendrai part aux rencontres liées au projet de l'hôpital de Vaudreuil-Soulanges. J'aborde ce changement avec beaucoup d'enthousiasme, tout en reconnaissant l'ampleur du défi. Je quitte des automatismes acquis au fil des années pour entrer dans une période d'apprentissage, de création et de collaboration. Cette nouvelle dynamique, entourée de personnes motivées par le désir d'aider, m'apporte une énergie différente et stimulante. Forte de mon expérience, de ma sensibilité et de ma connaissance du réseau, je souhaite contribuer à bâtir un service accueillant et rassembleur. J'entreprends ce nouveau rôle avec une conviction simple : dans le milieu de la santé, la présence humaine est parfois l'aide la plus précieuse.

Le bénévolat ne se résume pas à rendre un service. Il s'agit d'offrir une présence, une écoute et un contact humain. Pour certaines personnes, un rendez-vous médical constitue l'une de leurs rares sorties; quelques minutes de conversation peuvent alors faire une réelle différence. À l'accueil, un bénévole qui oriente, rassure et prend le temps d'écouter apporte aussi un soutien précieux que les équipes, lesquels malgré toute leur bonne volonté, ne peuvent pas toujours offrir dans un environnement très occupé.

*« Pour moi, être bénévole, c'est faire un beau don de soi.
On donne beaucoup plus que du temps : on apporte du bonheur,
une présence et du réconfort aux personnes qui en ont besoin. »*

— Tania



« Bénévole » est un mot qui se dit
aussi bien au féminin qu'au masculin.

Des rabais corporatifs pour vous !

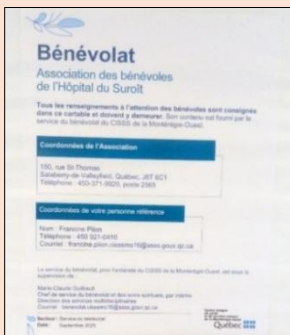
« Profitez d'avantages exclusifs au quotidien »



À Santé Québec Montérégie-Ouest, nous tenons à reconnaître l'engagement exceptionnel de nos employés, **bénévoles** et médecins. Vous bénéficiez d'un accès privilégié à une sélection de rabais corporatifs négociés spécialement pour vous.

Sorties et loisirs - restaurants - voyages - achats au quotidien - santé et bien-être

Prenez quelques minutes pour consulter les rabais [en cliquant ici](#) et tirer pleinement parti des privilèges qui vous sont réservés.



Le cartable des bénévoles

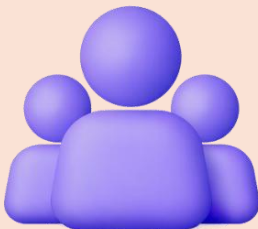
« Votre outil de référence à portée de main »

Vous y trouverez plusieurs renseignements pratiques pour vous accompagner au quotidien et faciliter vos démarches. Également, une copie du journal est maintenant disponible dans le cartable des bénévoles. Le cartable a été conçu pour vous offrir un accès simple et rapide à des informations essentielles.



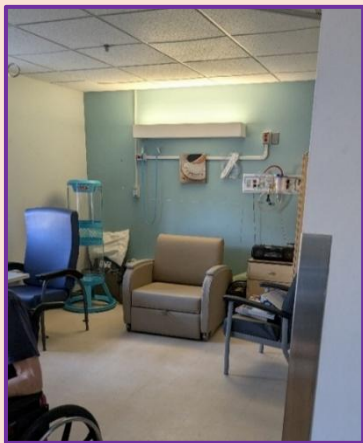
Rappel sur la confidentialité

« Protéger les renseignements des usagers »



Les usagers nous accordent toute leur confiance et de ce fait, le respect de leur vie privée est primordial. Tous les renseignements obtenus dans le cadre de vos activités de bénévolat doivent donc demeurer confidentiels.

En pratique, ne divulguez jamais le nom d'un usager rencontré, ne discutez pas de sa situation avec des personnes non autorisées et faites preuve de discrétion en tout temps, y compris à l'extérieur de l'hôpital.



Les visites d'amitié, tellement précieux « Une présence qui fait toute la différence »

Vous aimez échanger, écouter et apporter du réconfort ? Nous invitons les bénévoles intéressés à effectuer des visites d'amitié auprès des usagers du secteur 2B.

Un petit salon a d'ailleurs été aménagé afin d'offrir aux personnes qui le souhaitent, un espace où échanger et partager un moment précieux.

Cette expérience vous intéresse? Communiquez avec Michelle Bigras au 450 371-9920, poste 2565 ou [par courriel](#).



Chez moi, c'est mon choix ! « Des appels bienveillants pour favoriser le maintien à domicile »



Les appels de repérage ont lieu au 5^e étage de l'Hôpital du Suroît, deux fois par mois, pendant une demi-journée. Sous la supervision d'une intervenante, le bénévole communique avec des aînés.es de 75 ans et plus qui ont été préalablement identifiés. Ces appels visent à s'assurer que leur maintien à domicile se déroule bien et aussi déterminer si elles ont besoin de services ou de soutien. Une formation est offerte avant le début des appels afin de bien préparer les bénévoles à leur rôle.

Vous êtes libre une demi-journée ou deux par mois ?

Communiquez avec Michelle Bigras au 450 371-9920, poste 2565 ou [par courriel](#).



**Bonne
Fête!**

**Ce n'est pas tant la date qui est importante,
mais la personne qui est née en ce jour !**

Octobre

03 Carole Falardeau
09 Daniel Marcuri
26 Brigitte Paquin

Novembre

05 Nicole Leboeuf

Décembre

06 Michelle Maurice
12 Sophie Ratelle
19 Renée Nadeau
23 Nicole Poirier

Une expérience marquante de bénévolat

« Un petit geste qui laisse une grande empreinte »



Un jour, j'ai croisé une dame qui poussait le fauteuil roulant d'une jeune fille en situation d'handicap. En passant près d'elles, je me suis penchée doucement et j'ai tendu la main vers la jeune fille en lui disant « bye-bye ». Sans hésiter, elle a posé sa main sur la mienne. La dame qui l'accompagnait lui a alors dit « Mais t'es dont bien fine ! »

Dans leurs regards, j'ai vu leur joie d'être saluées avec délicatesse. De mon côté, j'ai reçu bien plus que je n'ai donné, soit la confirmation qu'une main tendue et quelques secondes d'attention suffisent pour illuminer une journée. Ce jour-là, dans un simple corridor, nous avons partagé un petit bonheur à trois - un bonheur précieux et profondément humain. Kim Pérusse, bénévole

Partagez votre expérience de bénévolat !

Nous aimerions mieux vous connaître et découvrir votre parcours comme bénévole.

Racontez-nous une expérience marquante ou témoignez de ce que le bénévolat vous apporte.

Simplement nous envoyer [un courriel](#) et nous vous publierons dans le prochain journal.



Liens utiles à revisiter

[Association des bénévoles de l'Hôpital du Suroît](#)

[espaceBÉNÉVOLES](#)

Saviez-vous qu'en faisant du bénévolat, non seulement vous aider les autres, mais vous contribuez à votre propre santé ?

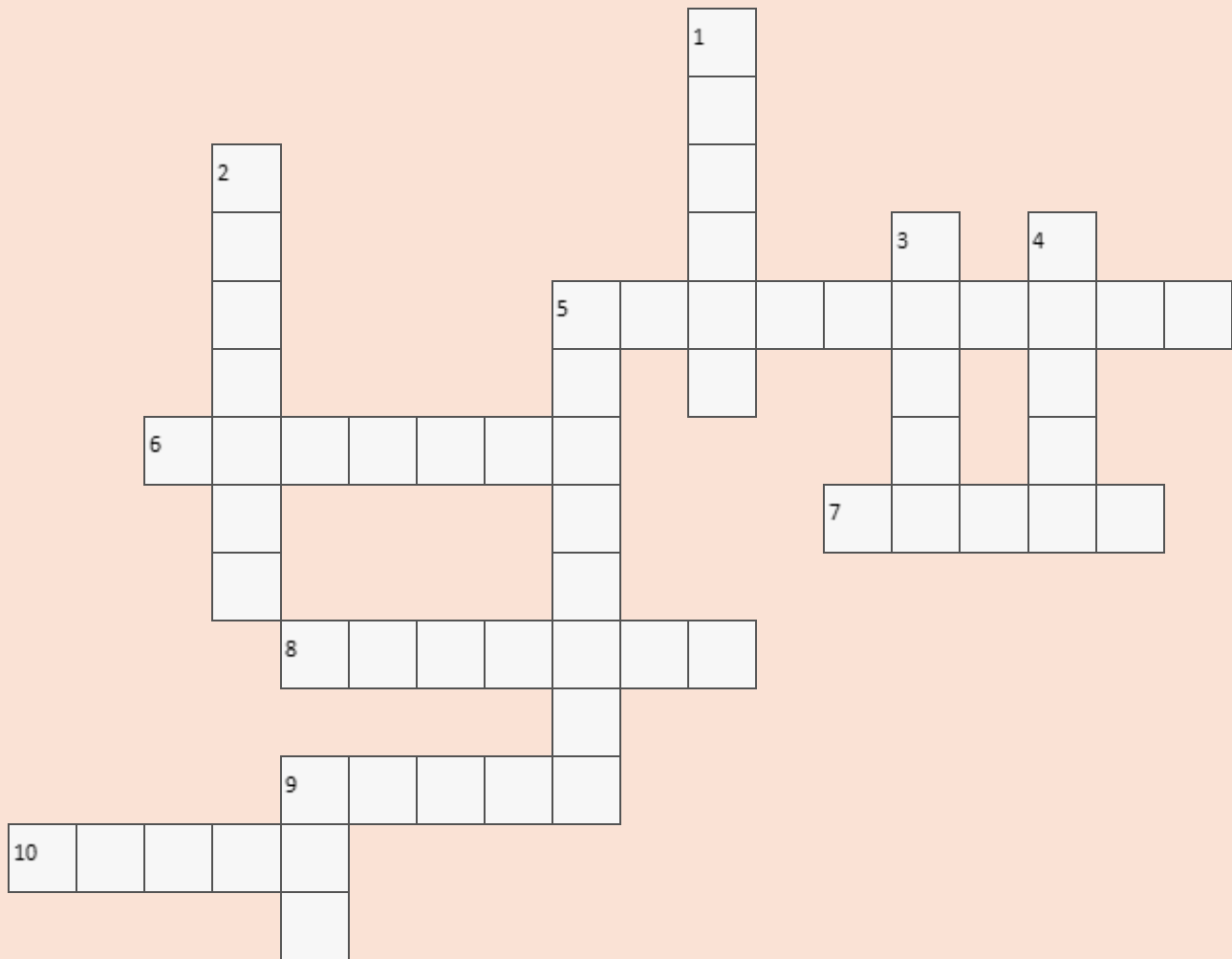
Julie Fortier, professeure au Département d'études en loisirs, culture et tourisme, à l'Université du Québec à Trois-Rivières mentionne que:

- « Certaines recherches récentes associent le bénévolat à une diminution de la solitude, de l'anxiété et des symptômes dépressifs. »
- « Le bénévolat peut renforcer l'estime de soi, offrir une structure au quotidien et créer des occasions de rencontres. Certaines recherches indiquent que le bénévolat a des effets positifs sur le vieillissement actif, le maintien des capacités cognitives et des fonctions physiques aussi précises que la tension artérielle. »

Envie d'en savoir plus? [Consultez cet article du journal Le Devoir](#) paru le 13 juin 2026.

Mots croisés sous le thème « Hiver »

Imprimez-le et amusez-vous !



Horizontalement

5. Nuage bas qui réduit la visibilité, fréquent en période de gel
6. Petit dispositif métallique fixé aux semelles pour marcher sur la glace
7. Mammifère à cornes, célèbre pour tirer le traîneau du père Noël
8. Récipient isolé qui garde les boissons chaudes pendant plusieurs heures
9. Fine couche de cristaux de glace qui se forme sur les surfaces au petit matin
10. Précipitation blanche qui recouvre le sol quand les températures sont basses

Verticalement

1. Petite particule de neige aux formes uniques
2. Accessoire en tissu porté autour du cou pour se réchauffer
3. Eau solidifiée qui recouvre les lacs et les routes quand les températures descendent sous zéro
4. Chaussure à lame utilisée sur la glace pour glisser
5. Figure de neige construite avec des boules empilées
9. État où l'eau devient solide à 0 °C

La solution est sur la dernière page !

Solution du mots croisés

Horizontalement

- 5. Brouillard
- 6. Crampon
- 7. Renne
- 8. Thermos
- 9. Givre
- 10. Neige

Verticalement

- 1. Flocon
- 2. Écharpe
- 3. Glace
- 4. Patin
- 5. Bonhomme
- 9. Gel