



Le journal des gens avec l'accent... sur la vie!



Lucie Munger

Découvrez la nouvelle
directrice de la Fondation
page 4



CATHAY TURCOTTE

Entretien avec une
marathonienne
page 5



LE FURETEUR

Rencontre avec
Lucette Boily
responsable de la reprographie
page 9

Ne manquez pas les
page 12



L'édito

Une édition particulière...

par Karine Gagnon, agente d'information

Cette édition du journal revêt un caractère bien particulier. En plus d'y retrouver toutes les chroniques habituelles de l'acSSSent, vous pourrez prendre connaissance d'un hommage très touchant dédié à une collègue partie beaucoup trop vite et à toute son équipe.



Karine Gagnon

Malgré la tempête, cette équipe a maintenu à flot le grand navire qu'est l'Urgence de notre CSSS. Ce sont ces mêmes gens de cœur qui ont démontré leur courage, leur dévouement pour leur profession et les liens tissés serrés qui les unissent. Ces liens tangibles dont je vous parle, sont ceux qui facilitent votre travail, qui créent de bons moments, qui font de votre quotidien ce qu'il est. Ces liens, ils démontrent que beau temps, mauvais temps, le personnel du CSSS sait se serrer les coudes et démontrer que tous ensemble, nous sommes capables d'une grande solidarité.

K. Gagnon

Une infirmière qui soigne aussi les mots

par Michèle Phaneuf, hygiéniste dentaire

L'équipe du journal tient à remercier chaleureusement Jocelyne Roy, infirmière clinicienne à la GMF de la Clinique de médecine générale d'Alma pour son implication au sein du comité. Après 15 ans de collaboration, elle décide de relever d'autres défis.

Une petite enquête a été menée quant à l'histoire de notre journaliste. Seulement quelques mois après son arrivée comme ASI à la Centrale Info-Santé, Jocelyne se joignait au comité du journal, alors « *L'Express du CLSC Le Norois* ». En 2004, suite à la fusion du Centre Le Jeannois et du CLSC Le Norois qui devenait le CSSS de Lac-St-Jean-Est, il y a eu unification des deux journaux internes pour devenir « *L'Express Plus* ». Ce n'est qu'un peu plus tard, en 2007, qu'il devenait « *L'acSSSent* ». Au fil du temps et de ces changements, Jocelyne s'est impliquée activement en tant que journaliste et a participé à faire vivre le journal en mettant à profit son excellente connaissance du français et son amour pour les mots.

Merci encore Jocelyne! Nous te souhaitons de beaux défis à la hauteur de tes attentes!



Jocelyne Roy

Le comité du journal



Comité du journal

Isabelle Bouchard, Charlie Desharnais,
Karine Gagnon, Kim Larouche,
Michèle Phaneuf, Marie Potvin,
Jocelyne Roy, Johanne Simard
et Marie-Josée Simard

Collaborateurs

Sophie Simard, Lucie Munger,
Brithany Pagé, Doris Houle,
Suzie Tremblay, Viviane Audair,
Danny Côté, Caroline Maltais,
André Drapeau et Émilie Guertin

Prochaine édition : avril 2014

Tombée : mars 2014

Centre de santé et de services sociaux
de Lac-Saint-Jean-Est

Vous désirez soumettre un article ? Faites-nous parvenir votre texte d'une longueur maximum d'environ 400 mots. Le comité du journal se réserve un droit de regard sur tous les textes proposés.

La musique c'est la santé

Récital concocté par des membres du CMDP du CSSS de Lac-Saint-Jean-Est.

Parfois en solo, souvent en petits groupes, nous vous offrons une variété élargie de pièces musicales de tous genres. Regroupant de la musique classique, baroque, contemporaine et même actuelle avec quelques touches de populaire, ce concert se veut une rencontre amicale et ludique offrant une variété d'oeuvres musicales pour tous les goûts et tous les âges.

20 février, 20 h

Endroit : Salle La Tourelle
du Collège d'Alma

Coût : 5\$

Gratuit pour les jeunes
du primaire et du secondaire



Une philosophie à s'approprier...

L'Approche adaptée à la personne âgée (AAPA) développée notamment par le *Ministère de la Santé et des services sociaux*, permet d'adapter les façons d'organiser les services et de donner les soins à la clientèle âgée hospitalisée ou qui se retrouve à l'urgence. L'AAPA a comme but de s'assurer que toutes les interventions nécessaires soient faites pour **prévenir** et, dans la mesure du possible, **éviter le déconditionnement** de cette clientèle.

Cette approche préconise des soins et des services qui prennent davantage en considération les caractéristiques et les besoins qui sont propres au vieillissement. Ainsi, **l'environnement physique** est adapté à la personne âgée tout comme **l'approche relationnelle du personnel soignant** est centrée sur cette clientèle.

Globalement, l'AAPA utilise **des façons d'intervenir qui sont spécifiquement appliquées aux personnes âgées à l'urgence ou hospitalisées**. Ces façons s'ar-

riment avec les six principales dimensions du profil AINÉES soit : **Auto-**nomie fonctionnelle, **Intégrité** de la peau, **Nutrition** et hydratation, **Élimination**, **État cognitif** et le **Sommeil**. En ce sens, une collecte de données basée sur ce profil est sur le point de voir le jour sur tous les départements de notre CSSS pour boucler la boucle du Module 4, portant sur l'opérationnalisation de cette approche. De plus, le déploiement du Module 5 portant sur le syndrome d'immobilisation se fera fin janvier et sera offert aux infirmières, aux infirmières auxiliaires et aux préposés aux bénéficiaires...

Bonne nouvelle, elle donnera des heures de formation qui seront accréditées pour les infirmières!

En route vers la certification IAB

par Doris Houle, chef de services EJM et santé mentale jeunes
Suzie Tremblay, chef de programme santé maternel et infantile
Viviane Auclair, infirmière clinicienne ASI

L'Initiative amis des bébés vise la création d'un milieu de soins où l'allaitement maternel est la norme tout en respectant le choix des mamans. Les meilleures conditions de soins sont donc en place pour toute la clientèle périnatale et assurent un meilleur départ dans la vie de chaque enfant.



Mélanie Boudreault, inf. clin. accompagnée d'une stagiaire

À ce jour, plusieurs infirmières et autres intervenantes ont été formées sur le sujet, offrant ainsi un meilleur soutien aux mamans, quel que soit le lait qu'elles choisissent. Après tout, il ne faut pas oublier que dans un établissement « Ami des bébés », toutes les mamans et leurs bébés profitent des bienfaits de l'IAB.

L'excellente collaboration entre l'équipe de périnatalité de l'hôpital et du CLSC ainsi que le travail du comité local en allaitement maternel facilite l'atteinte de cette certification. De plus, un nouveau comité d'implantation IAB formé d'un gynécologue, d'une obstétricienne, d'une pédiatre, d'infirmières et d'une nutritionniste a vu le jour afin de coordonner l'ensemble des défis auxquels nous aurons à faire face. Tout récemment, une consultante en lactation s'est aussi jointe à l'équipe.

Nous tenons à remercier et surtout à souligner le travail et l'implication du personnel à tous les niveaux dans l'avancée de ce beau projet.

Des sourires en cadeau

Pour la septième année, le personnel de l'Hôtel Universel d'Alma choisit de donner plutôt que de recevoir.

Plutôt qu'un échange de cadeaux traditionnel, les employés achètent et emballent un cadeau de Noël pour enfants. C'est ainsi que le 3 décembre dernier, mesdames Marcelle Harvey et Claire Fortin sont débarquées à l'Hôpital d'Alma, les

bras chargés de cadeaux pour apporter une dose de bonheur à l'unité de pédiatrie. Merci pour cette vague de générosité.



Sur la photo, on aperçoit le jeune Benoît, Marcelle Harvey et Claire Fortin de l'Hôtel Universel d'Alma ainsi que Helen Kelly, ASI en pédiatrie.

Des nouvelles de la Fondation de l'Hôtel-Dieu d'Alma



par Karine Gagnon, agente d'information

Nouvelle directrice générale

Daniel Oliver, président de la Fondation, qui assurait l'intérim à la direction générale depuis septembre 2013, a accueilli le 20 janvier dernier la nouvelle directrice générale, Madame Lucie Munger.



Lucie Munger

Laissez-moi vous la présenter...

Madame Munger est bien connue dans le milieu par ses nombreuses implications sociales. Comptable agréée de formation, elle a travaillé comme directrice en fiscalité au sein de la Firme Mallette. Elle est actuellement présidente d'Équipe Alma Lac-St-Jean et du Collège d'Alma ainsi que trésorière de l'Association des Femmes en affaires du Lac-St-Jean Est. Elle a siégé au Conseil régional des partenaires du marché du travail du Saguenay-Lac-St-Jean de 2005 à 2013. Elle a aussi fait partie du comité organisateur des Jeux d'hiver 2013 à Saguenay comme responsable du recrutement des bénévoles et avait participé avec les parents de Marie-Hélène Côté à la mise en place du comité pour la mise en place du Rase-O-Thon Marie-Hélène Côté.

Le poste de directrice générale de la Fondation a attiré l'attention de Madame Munger parce qu'il répondait à son désir de donner une autre dimension à sa carrière, soit de conjuguer son expérience professionnelle avec les expériences acquises au cours de ses nombreuses années d'implications sociales.

Son objectif pour les prochaines semaines sera de s'approprier le plus rapidement possible les activités de la Fondation afin d'être en mesure d'appuyer efficacement les bénévoles qui participent aux activités de levée de fond. Elle veut aussi travailler en collaboration avec le département de communication à la mise à jour du site Internet afin de pouvoir augmenter la visibilité de la Fondation et renseigner le public et les donateurs des réalisations passées et des activités et des projets à venir.



Événements santé

par Charlie Desharnais, kinésologue

Mention spéciale à la *Maison de campagne* et au *Carrefour jeunesse emploi* pour s'être mérité chacun une bourse de **750 \$**, associée à la deuxième place des *Rendez-vous d'automne 2013*. Le **Rallye des couleurs** ainsi que le **concours de podomètres** avaient été fait en partenariat avec le CSSS de LSJE. Merci à tous les employés qui ont participé à ces activités.

Surveillez dans le Journal Le Lac St-Jean la publicité des activités des **plaisirs d'hiver** qui se dérouleront du 8 février au 9 mars 2014.

Campagnes santé
Vous avez jusqu'au 1^{er} mars pour vous inscrire aux 2 défis :

1. J'arrête, j'y gagne!

Rendez-vous sur www.defitabac.qc.ca pour relever le DÉFI de votre vie. Courez la chance de gagner l'un des 2 voyages tout-inclus en occupation double à Cancun et à Puerto Plata ainsi que plusieurs autres prix.



2. Défi Santé 5/30 équilibre

Rendez-vous sur www.defisante.ca pour participer au programme santé #1 au Québec! Courez la chance de gagner 5 000 \$ en cartes-cadeaux échangeables chez IGA ainsi que plusieurs autres prix.



Afin de vous encourager à maintenir de bonnes habitudes de vie lors de ces 6 semaines de défi, plusieurs municipalités vous offrent des activités.

Secteur Centre

La ville d'Alma offrira une conférence gratuite par semaine tous les mardis à 19 h du 4 mars au 8 avril 2014 au Centre Mario Tremblay. Consultez le www.ville.alma.qc.ca pour connaître les différentes thématiques.

Secteur Nord

La ville de Sainte-Monique offrira du 1^{er} au 8 mars une panoplie d'activités dans le cadre de son carnaval « **Honfleur en neige** ». Consultez le www.ste-monique.qc.ca pour plus de détails.

La ville de Saint-Nazaire offrira elle aussi plusieurs activités du 1^{er} mars au 11 avril 2014. Consultez la page Facebook de la municipalité pour plus de détails.

Secteur Sud

La ville de Métabetchouan-Lac-à-la-Croix offrira plusieurs activités gratuites dès le mois de février qui se poursuivront pour la plupart durant les 6 semaines du défi. Consultez le www.ville.metabetchouan.qc.ca ou la page Facebook, pour plus de détails.

À surveiller!

Je ferai une tournée des CHSLD et du service régional Info-Santé/Info-Social durant la semaine du 24 février 2014 afin de présenter un nouvel outil de musculation « *S'entraîner avec le programme 0-5-30* » offert aux employés. Une manière rapide et efficace de s'entraîner dans votre lieu travail! Les détails de cette tournée seront envoyés par Lotus Notes et affichés sur les babillards.

UN MARATHON : UN DÉPASSEMENT!!

Pourquoi courir un marathon a été la première question posée à Cathay Turcotte, conseillère à la DSP et responsable du DCI. D'entrée de jeu, elle affirme qu'elle l'a fait pour se dépasser, pour repousser ses limites. Pour cette gestionnaire, la course à pied est entrée dans sa vie un peu comme un imposteur. « En 1997, alors que j'étais à l'université, j'accompagnais des amis qui s'entraînaient pour un marathon. Je faisais régulièrement des sorties de jogging avec eux. Mon objectif était de faire un 10 km. Puis, à quelques semaines d'avis, j'ai décidé tout bonnement de courir le marathon ». Sa position? Elle ne la connaît pas... elle mentionne que cette épreuve a été une occasion de se mesurer à elle-même, d'aller au bout de soi et d'apprendre à mieux se connaître. Deux ans plus tard, dans la même année où elle donnait naissance à son fils, elle récidive et court son 2^e marathon.

En septembre 2013, elle participe à son troisième marathon et elle reconnaît que l'expérience a été plus difficile que les précédentes. « J'ai vraiment souffert. Dans les derniers kilomètres, j'avais vraiment le goût de tout lâcher, mais je me disais que je n'avais pas couru aussi longtemps pour abandonner et ne pas atteindre le fil d'arrivée. C'est vraiment le défi de me dépasser qui m'a motivé à courir... ». La marathonienne mentionne qu'elle a été confrontée au fameux et redoutable mur... « ça prend vraiment du courage pour ne pas abandonner et cette épreuve me démontre que je suis tenace quand il le faut... »

Cathay Turcotte ne se fixe pas de date précise mais elle sait au fond d'elle-même qu'elle se retrouvera à nouveau au fil de départ pour un quelconque marathon. Son objectif alors sera de franchir les 42 km avec le moins de souffrance possible, de courir avec plaisir le plus longtemps possible. En septembre dernier, elle voyait des dames de plus de 60 ans courir avec beaucoup de plaisir. « Elles sont mes modèles ces dames... elles ont appris à composer avec leurs capacités, elle évolue à leur rythme et c'est ce que je dois apprendre ».

LA PRÉPARATION

Courir un marathon peut être à la portée de tout le monde. Cependant, trois ingrédients sont nécessaires soit la discipline pour s'entraîner semaine après semaine sans jamais lâcher prise, la rigueur pour respecter son programme d'entraînement malgré les aléas de la vie et de la température et du courage pour refuser de laisser tomber devant l'adversité.

La préparation pour un marathon demande un entraînement régulier de 3 sorties d'environ 10 km par semaine et une sortie de plus de 20 km une fois semaine. À cela s'ajoute de bonnes habitudes alimentaires. Pour Cathay, elle alterne ses entraînements avec le vélo, question d'apporter un peu de variété lors des entraînements. « C'est clair qu'aujourd'hui, il est un peu plus difficile de concilier le travail, la vie de famille et les heures d'entraînement. Mais je vais réussir à m'organiser d'autant plus que mes périodes d'entraînement me permettent de renouer avec la nature. J'aime vraiment m'entraîner en pleine nature. »

Cathay Turcotte espère aussi encourager des gens de son entourage à prendre leur santé en main, à se redonner une forme physique et de saines habitudes de vie...



Votre DCI en évolution

par Cathay Turcotte,
Coordonnatrice locale du DCI et Conseillère à la DSP



2013 Phase du visualiseur



2014 Phase de numérisation



2015 Phase de documentation clinique



Lexique

Dossier clinique informatisé (DCI)

C'est le dossier clinique de l'utilisateur qui est informatisé et accessible à l'intérieur d'un CSSS.

Dossier santé Québec (DSQ)

C'est le dossier de santé informatique de l'utilisateur qui est accessible provincielement.

Dossier médical électronique (DMÉ)

C'est l'outil de travail informatique supportant les cliniciens en cliniques médicales et contenant le dossier médical de l'utilisateur.

OACIS

C'est le logiciel qui supporte le dossier clinique informatisé dans tous les CSSS du Saguenay-Lac-Saint-Jean.

Numérisation

C'est l'étape qui consiste à numériser les documents et les rendre accessibles à l'écran via le DCI.

Visualiseur

C'est une fonction du logiciel OACIS qui permet la consultation des dossiers médicaux à l'écran.

Documentation clinique

C'est une fonction du logiciel OACIS qui permet la saisie de données

** Pour le moment, le DCI est disponible en courte durée seulement.*

À partir du 1^{er} avril : accès aux formulaires numérisés via DCI.

Plus de classement au dossier antérieur.

Lancement de la Loto-Évasion 2014

par Lucie Munger directrice générale

La première activité de levée de fonds, la Loto-Évasion, a commencé lundi le 27 janvier. Avec la vague de froid que l'on connaît depuis le début de l'année, on rêve tous de pouvoir s'évader quelques jours au soleil. En achetant un billet, vous courez la chance de gagner un crédit voyage d'une valeur de 3 000 \$ et de vous envoler vers des cieux plus propices à la détente ou à tout le moins, plus chauds.

L'an passé, grâce à vous, la Fondation a pu acquérir des équipements d'une valeur de **47 058 \$**. Lorsque la mise à jour du site Internet sera complétée, vous pourrez voir la liste des équipements acquis et des départements qui en ont profités.

Procurez-vous votre billet auprès des employés qui ont, encore une fois cette année, accepté généreusement de s'occuper de la vente des billets. Vous pouvez aussi communiquer avec Ginette Girard au poste

6625 ou avec moi, au poste 6601. Vous pouvez payer votre billet, comptant, par chèque ou par prélèvements sur la paye (9,75 \$).

En vous remerciant de votre engagement envers la Fondation qui fait de la Loto-Évasion un véritable succès à chaque année.

Bonne chance à tous!

Hommage

à une infirmière à une équipe

Le 31 décembre 2013, le sort a frappé durement l'urgence. En effet, alors qu'elle entrait travailler, Chantale Théberge mon assistante de nuit a perdu la vie dans un terrible accident de la route. Pour moi, elle était plus qu'une collègue de travail, elle était une amie, un membre de ma famille.

Chantale avait ce petit quelque chose qui fait qu'une personne se démarque. Infirmière dévouée et professionnelle, elle avait à cœur les clients qui se présentent à l'urgence. Elle était d'une curiosité intellectuelle sans borne si bien que jamais un questionnement ne demeurait sans réponse. Avec son équipe de nuit, elle avait su tisser des liens serrés.

Pour sa famille, elle était aimante et débordait d'énergie. Maman de 3 beaux trésors, Matthieu, Maxime et Noah, elle se privait de sommeil après son quart de nuit afin qu'ils puissent dîner à la maison avec leur maman. Son beau Luc, elle l'aimait passionnément et m'avait avoué qu'elle se surprenait encore qu'il l'ait choisi « elle », lui qui était le plus beau parti du coin.

En amitié, elle était tout aussi intense. Je ne peux passer sous silence le lien très spécial qui unissait Chantale et sa « best » Julie, leur complicité était belle à voir. L'avoir côtoyé nous a permis de devenir de meilleures personnes. Tous l'appréciaient et l'aimaient profondément. Elle nous



a beaucoup appris et j'aurais aimé la garder encore longtemps auprès de moi, dans mon équipe, mais la vie en a décidé autrement sans me demander mon avis... Tous seront d'accord pour dire que Chantale était une femme exceptionnelle et unique.

Je tiens aussi à souligner, qu'en cette nuit difficile du 1^{er} janvier et les jours qui ont suivis, même si nous avons déposé un genou par terre parce que notre peine était lourde à porter, l'urgence à continuer de remplir sa mission. Malgré la douleur et la consternation, médecins, infirmiers, infirmières et secrétaires ont continué leur beau travail. Une équipe de gens professionnels qui a toute mon admiration puisqu'elle a su se relever malgré la grande tristesse qui les affligeait.

Je souhaite vous féliciter et vous remercier de votre grand dévouement. Je suis extrêmement fier de vous tous. Je remercie aussi les intervenantes sociales qui nous ont épaulées lors de ce tragique événement. La vie nous a enlevé un joyau et la blessure sera longue à guérir. Néanmoins, notre ange nous a laissé des souvenirs impérissables et nous a unis d'un lien indélébile.

Tu nous manques XXX

Sophie

Bienvenue dans l'équipe!

par Danny Côté, directeur des ressources humaines

Comme prévu dans le nouveau *Programme de reconnaissance (B-P0-232)*, nous sommes heureux d'annoncer les récentes embauches ainsi que de souligner les employés qui ont atteint 5, 10 et 20 ans de service au sein de notre établissement. Pour assurer la transition avec l'ancien programme, nous soulignons également tous ceux qui célèbrent 21, 22, 23, 24 et 25 ans de service cette année.

Embauches
Novembre 2013



Noëlla Bilodeau
Coord. d'activités, dir. des soins infirmiers, des services multidisc. et des prog. SAPA et déficience
1^{er} novembre 2013



Vanessa Houde
Travailleuse sociale
Liste de rappel
5 novembre 2013



Isabelle Desbiens
Préposée aux bénéficiaires
Liste de rappel
15 novembre 2013



Laurie Blackburn
Candidate à l'exercice de la profession infirmière
Équipe volante transitoire
27 novembre 2013



Joëlle Girard
Agente administrative
Liste de rappel
2 décembre 2013



Olivier Rivard Martin
Cuisinier
Liste de rappel
4 décembre 2013



Josée Tessier
Secrétaire médicale
Liste de rappel
9 décembre 2013



Vanessa Fortin
Thérapeute
en réadaptation physique
Liste de rappel
11 décembre 2013



Joanie Boily
Préposée aux bénéficiaires
Liste de rappel
12 décembre 2013



Jessica-Lyse Duchesne
Préposée aux bénéficiaires
Liste de rappel
13 décembre 2013



Yannick Gagnon
Préposé
à l'entretien ménager
Liste de rappel
14 décembre 2013



Lia Tremblay
Auxiliaire aux services de santé et sociaux
Liste de rappel
14 décembre 2013



Louise Roy
Infirmière
Équipe volante transitoire
16 décembre 2013



Lisette Audet
Préposée aux bénéficiaires
Liste de rappel
18 janvier 2013



Emma Tremblay Venick
Préposée aux bénéficiaires
Liste de rappel
20 décembre 2013



En décembre dernier, j'ai eu l'occasion d'aller vous rencontrer dans vos différents milieux de travail.

Mme France Tremblay et moi avons été accueillis chaleureusement par des gens dévoués, et ce, partout où nous sommes passés.

J'ai bien apprécié cette petite tournée et je multiplierai les occasions pour aller vous visiter.

À la prochaine!

Camil Dion, Directeur général

Deux nominations à souligner!

par Le CPSST

Le comité paritaire en santé et sécurité au travail (CPSST) est fier de vous présenter leurs 2 nouveaux co-présidents. Il s'agit de **M. Dany Tremblay**, ouvrier entretien général secteur menuiserie et, co-président syndical ainsi que **Mme Marie-Claude Dion**, chef de service hygiène et salubrité, buanderie et sécurité par intérim et, co-présidente patronale.

Les coprésidents ont été élus à l'unanimité par leurs pairs autant pour leur intérêt respectif face à la santé et la sécurité que pour leur leadership mobilisateur.

N'hésitez pas à les consulter et les informer de sujets qui vous préoccupent en SST. Ils assureront leur rôle respectif pour une période de 2 ans.

Nous tenons à les féliciter et applaudissons leur implication car la santé et la sécurité au travail, c'est l'affaire de tous!



Marie-Claude Dion et Dany Dubé

CHRONIQUE DU FURETEUR

Lucette, une femme qui sème le Bonheur!

Pour cette 2^e chronique le fureteur s'est introduit dans le bureau très accueillant et fleuri de la reprographie, situé au rez-de-chaussée du pavillon Alfred-Villeneuve. Il y a découvert un autre super-héros en la personne de Dame Lucette Boily. Elle a bien voulu nous partager son quotidien.

À quoi ressemble une journée type à la reprographie?

La première chose que je fais en arrivant est la distribution du courrier des médecins. Ensuite c'est la distribution du courrier interne dans les 38 casiers. Ce nouveau fonctionnement a exigé un peu d'adaptation de part et d'autre au début, mais je peux dire que maintenant, ma méthode de travail est au point et est très efficace! En plus de m'occuper de l'expédition du courrier interne de toutes les installations (CLSC, Info-Santé/Info-Social, les trois centres d'hébergement, je dois m'occuper du courrier postal. Il m'en passe des enveloppes entre les mains dans une journée, je peux vous l'assurer! Pour ce qui est de la reprographie, cela occupe la grande majorité de mon temps. Le copieur couleur, le copieur noir et blanc, la plastification, la tranche et le boudinage n'ont plus de secret pour moi!

Comme tu es seule à travailler au service de messagerie et de reprographie pour l'ensemble du CSSS, comment réussis-tu à répondre à la demande?

D'abord, mes 15 ans d'expérience à ce poste m'ont appris qu'il faut traiter les demandes au fur et à mesure sinon on est vite dépassé. Il arrive fréquemment que je reçoive plusieurs commandes en même temps, mais je finis toujours par livrer les documents, et c'est toujours une satisfaction pour moi. Certaines impressions de documents sont très volumineuses (les cahiers du CA, le journal interne, l'impression de formulaires codés...) alors je demande aux personnes de m'aviser à l'avance pour que je puisse me planifier. Lorsque j'ai commencé à ce poste en 1995, je devais faire la livraison des médicaments dans les pavillons en après-midi. Comme le volume à traiter a considérablement augmenté avec toutes les installations, la partie commissionnaire a été confiée à une autre personne.

Pour la production de documents, les gens font confiance à ton sens aiguisé du détail et d'esthétique, dirais-tu que tes conseils font la différence pour l'image du CSSS?

Il y a effectivement des choses qui me sautent aux yeux! Je dirais que j'ai développé un 6^e sens pour repérer les petites imperfections ou alors c'est ma formation de secrétaire qui refait surface... (Dame Lucette a délaissé la vocation de secrétaire car elle préférerait un travail qui bouge et qui l'amène à côtoyer beaucoup de personnes). J'adore mon travail, c'est exigeant mais aussi très stimulant et valorisant. Les gens sont toujours contents quand ils voient le résultat final.

En terminant, en tant que responsable de la messagerie et de la reprographie, as-tu un message à livrer?

Je pars à la retraite au printemps de cette année, et j'ai confiance à la relève. Je quitte en étant fière d'avoir fait partie de l'équipe du CSSS et contribué, à ma façon à l'image du CSSS.



On s'arrime à vos besoins...

par **Caroline Maltais** chef des ressources informationnelles et télécommunications

Depuis plusieurs mois, nous travaillons à mettre en place des infrastructures de télécommunications afin d'offrir au personnel, professionnels et médecins de notre CSSS, la « **MOBILITÉ** ».

Ainsi, nous voulons répondre à une demande qui se fait de plus en plus pressante pour plusieurs intervenants. Avec les réorganisations de services et les nombreux changements, le service informatique est appelé à travailler autrement en étant créatif afin de trouver des solutions permettant d'optimiser davantage temps, interventions et déplacements.

WI-FI disponible à l'Hôpital d'Alma

Une première grande phase est réalisée puisque nous disposons maintenant d'un réseau sans fil partout à l'hôpital pour fins d'utilisation professionnelle. Nous en profitons pour vous rappeler que les ordinateurs portables appartenant au CSSS peuvent être configurés pour utiliser ce réseau. Le prochain secteur visé est le 1er étage au CLSC Secteur-Centre. Ceci aidera les intervenants des SAD à optimiser l'utilisation des équipements mis à leur disposition dans le cadre du projet RSIPA. Un plan de déploiement triennal prévoit couvrir toutes les installations du CSSS. Le réseau WI-FI est maintenant intégré dans les plans et devis lorsque des travaux majeurs sont prévus. Ainsi pour les travaux d'agrandissement au Centre d'hébergement Le normandie, la nouvelle urgence et l'acquisition de la maison rue Champlain les infrastructures nécessaires au réseau sans fil seront pris en compte.

Le « bureau virtuel »

Un autre outil fait peu à peu son apparition dans nos installations, plus petit, compacte donc plus écologique qu'un ordinateur standard; il s'agit du « bureau virtuel ». Cette technologie permet d'avoir accès à la plupart des applications, tel que DCI, laboratoire, méthodes de soins, DSQ, I-CLSC et courrier électronique, là où il est installé. Actuellement tous les bureaux de l'UMF sont munis de ce type d'équipement qui ressemble à un boîtier de modem. Les résidents et les intervenants peuvent donc s'installer dans n'importe lequel bureau pour travailler. Ces équipements seront également déployés dans le secteur des soins à domicile afin de pallier au manque d'espace chronique et ainsi répondre à la demande de

« **MOBILITÉ** ».



Ne vous surprenez donc pas si vous voyez de plus en plus de « petites boîtes noires » apparaître sur les bureaux, d'autant plus que le DCI favorisera grandement l'expansion de cette nouvelle technologie.

N'hésitez pas à nous interpeller si vous avez des questions, il nous fera plaisir de vous répondre!



Retour sur le quizz

par le comité de prévention et contrôle des infections

Le temps de friction nécessaire pour un lavage des mains efficace avec le gel hydro-alcoolique est d'au moins 15 secondes. Le simple lavage des mains à l'eau et au savon n'élimine que 90 % maximum des germes présents sur les mains alors que 99.99 % de ces germes sont détruits par l'usage d'un gel hydro-alcoolique.

Un gel hydro-alcoolique tue les bactéries de la flore transitoire, mais ne détruit pas les spores de la bactérie *C. difficile*, il n'y a donc qu'un bon lavage des mains à l'eau et au savon qui soit efficace dans le cas du *C. difficile*.

Les bagues augmentent le risque de contamination des mains, car ce sont des nids à microbes. Ces derniers y trouvent refuge en se créant un biofilm qui comme une couverture les met à l'abri des savons et des solutions hydro-alcooliques destinées à les éliminer. Même avec une friction, les microbes restent protégés par le biofilm et vont ensuite contaminer les usagers, et ce sont souvent des bactéries dangereuses.

Les bracelets et les montres doivent être retirés lorsqu'on pratique l'hygiène des mains, car ils empêchent une désinfection optimale des poignets, les microbes peuvent se loger dessus et tout autour. Les microbes bénéficiant d'un tel abri ne seront pas éliminés lors du lavage des mains. De plus, le port de bijoux peut irriter la peau en raison de l'accumulation de résidus de produits nettoyants dans ces régions et ils sont susceptibles de blesser l'usager lors de sa mobilisation, par exemple.

Gagnants des prix de participation Chandails Impression Promographe

Ariane Maltais (*Centrale Info-Santé*),
Maryline Tremblay (*CH*),
Marie-Ève Laprise (*CHSLD Métabetchouan*),
Karine Boudreault,
Audrey Fortin (*CH*),
Hélène Caron (*CHSLD Le normandie*),
Damien Maltais (*CH*)
et Marie Larouche (*CLSC Secteur-Centre*)

Radio-réveil

Gilles Bouchard (*CH*)

Tasse à thé 3M

Kathy Fortin (*CH*),
Guylaine Painchaud (*CLSC Secteur-Centre*)
et Bruno Gagnon, (*CH*)

Paniers de produits Uniprix

Laurie Dufour (*CH*) et Chantale Jean (*CH*)

Roman

Mélanie Gaudreault

Chèque-cadeau Laflamme JE Nouveautés

Lucette Boily (*CH*)



Merci à nos généreux commanditaires!

Dans la démarche en vue de l'adoption du projet de loi 52, dans les premiers mois de 2014, on se sent souvent perdu dans les argumentaires utilisés et il est difficile de se forger notre propre opinion sur le sujet, puisque nous méconnaissons souvent ce que signifient les termes utilisés même si nous travaillons dans le milieu de la santé ou des services sociaux.

Je ne viens pas discuter directement sur le projet de loi 52, mais je crois utile de partager avec vous ce que signifient les termes souvent utilisés dans ce débat. Il y a bien des définitions possibles, mais je prendrai celles auxquelles s'est référée la commission spéciale sur la question de « Mourir dans la dignité ».

Acharnement thérapeutique

Recours à des traitements intensifs dans le but de prolonger la vie d'une personne malade au stade terminal, sans espoir réel d'améliorer son état.

Aide médicale à mourir

Définition adoptée dans le projet de loi 52 : « Un soin consistant en l'administration d'un médicament ou d'une substance par un médecin à une personne en fin de vie à la demande de celle-ci dans le but de soulager ses souffrances en entraînant son décès. »

Aptitude à consentir aux soins

Capacité de la personne à comprendre la nature de la maladie pour laquelle un traitement lui est proposé, le but du traitement, les risques et les avantages de celui-ci, qu'elle le reçoive ou non.

Arrêt de traitement

Fait de cesser des traitements susceptibles de maintenir la vie.

Euthanasie

Acte qui consiste à provoquer intentionnellement la mort d'autrui pour mettre fin à ses souffrances.

Refus de traitement

Fait, pour une personne, de refuser de recevoir des traitements susceptibles de la maintenir en vie.

Sédation palliative

Administration d'une médication à une personne dans le but de soulager sa douleur en la rendant inconsciente.

Sédation terminale

Administration d'une médication à une personne, de façon continue, dans le but de soulager sa douleur en la rendant inconsciente jusqu'à son décès.

Soins palliatifs

Soins prodigués dans une approche multidisciplinaire et destinés à soulager la souffrance (qu'elle soit physique ou psychologique) plutôt qu'à guérir et dont l'objectif est le confort de la personne.

Suicide assisté

Fait d'aider quelqu'un à se donner volontairement la mort en lui fournissant les moyens de se suicider ou de l'information sur la façon de procéder, ou les deux.

Testament de «vie» (ce terme peut varier)

Instructions que donne une personne apte, par écrit ou autrement, concernant les décisions à prendre en matière de soins dans l'éventualité où elle ne serait plus en mesure de les prendre elle-même.

En terminant, je voudrais laisser quelques questions de réflexion : Pour un être humain, qu'est-ce que vivre dans la dignité? Mourir dans la dignité? Soigner dans la dignité? La dignité se résume-t-elle au manque de souffrances? La dignité et la liberté vont-elles de pair? Comment concilier mes valeurs avec la demande à « mourir dans la dignité »? Sommes-nous préoccupés d'exprimer notre opinion sur ces sujets à nos dirigeants politiques afin qu'ils votent une loi qui nous respecte?



DANIEL TREMBLAY
Planificateur financier

LE CONSEIL DE DANIEL

Bien imprudent celui, de sa retraite bien méritée, improvise le chemin et néglige de voir, dans un guide, un outil pour mieux modeler son destin. — F. Lapointe

Votre planificateur financier est un guide dont la mission est de contribuer à votre mieux-être financier en fonction de votre situation, de votre personnalité et de vos besoins.

SIÈGE SOCIAL
JONQUIÈRE
1936, boul. Mellon
418 548-4683

CENTRE DE SERVICES
JONKÉPRI
3690, rue Cabot
418 548-4683

CENTRE DE SERVICES
D'ALMA
410, Collard Ouest
418 668-3341



Desjardins

Caisse d'économie
de la Métallurgie et des
Produits forestiers (SLSJ)

Coopérer pour créer l'avenir



Sylvie Bouchard
ASI service alimentaire
CH de Métabetchouan-Lac-à-la-Croix



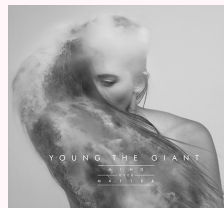
Kim Thù
RU



Eric-Emmanuel Schmitt
Le sumo qui ne pouvait pas grossir



Kim Scullion,
Agente administrative
aux installations matérielles



Young the giant
« *Le nouvel album : "Mind over matter"* »
À découvrir absolument. »



BIBLIOTHÈQUE
VILLE D'ALMA

À lire, à découvrir

Par **Émilie Guertin** directrice

LIVRE NUMÉRIQUE



La garçonnière, par Mylène Bouchard
Tombez en amour avec ce roman de Mylène Bouchard, une auteure de chez nous, publié aux éditions La Peuplade. Cirque suspendu des amours impossibles, *La garçonnière* s'articule autour d'une relation peu conventionnelle, atmosphérique, intellectuelle, entre une femme et un homme, Mara et Hubert. Ils sont les meilleurs amis du monde, frère et sœur symboliques, amants, amoureux, doubles d'eux-mêmes, immodérés. De Beyrouth à Prague, de Noranda à Péribonka : il y a des rails, des territoires sauvages, des patinoires, des lettres, des déplacements. Des corps comme des continents. Des trains imaginaires et une garçonnière. Également disponible en version papier.

ROMAN



Docteur Sleep, par Stephen King
Des millions de lecteurs, puis de cinéphiles, ont certainement fait des cauchemars à la lecture d'un des grands classiques de Stephen King, *The Shining*. Trente-six ans plus tard, le maître de l'horreur nous fait découvrir ce qui est arrivé au jeune Danny Torrance après l'incendie qui a ravagé l'Overlook, cet hôtel maléfique où son père a péri. Alcoolique et toujours hanté par les démons du passé, Torrance devra renouer avec « le don » pour venir en aide à une jeune fille aux pouvoirs beaucoup plus puissants que les siens. Si vous aimez King, le plaisir est garanti. Et nul besoin de relire *The Shining* d'abord.

RÉCIT



Vers la liberté, par Mahtob Mahmoody
Qui ne se souvient pas du célèbre récit *Jamais sans ma fille*, où une mère gardée captive en Iran par son mari tentait de fuir le pays en compagnie de sa fille? Vingt-cinq ans plus tard, la jeune Mahtob devenue adulte raconte sa version de l'histoire. Elle relate les 32 déménagements qui ont jalonné la fuite de la mère et de la fille après leur retour aux États-Unis. Elle fait le récit de la haine puis du pardon qu'elle a accordé à son père, qu'elle n'a jamais revu.

SÉRIE TÉLÉ



Treme, Saisons 1 à 3 (*version française incluse*)
La Nouvelle-Orléans, avec ses couleurs, son histoire et ses riches traditions, est une ville unique en son genre. Il fallait donc une série télé tout aussi hors du commun pour la mettre en scène. *Treme* (dont le nom fait référence à un quartier de la Nouvelle-Orléans) s'amorce au lendemain de l'ouragan Katrina et on y suit les efforts de reconstruction de la population locale. À mi-chemin entre le documentaire et la fiction, *Treme* vous fera goûter, entendre et apprécier la « Big Easy » à la manière de ses indéfectibles citoyens. Tellement, que peut-être aurez-vous envie de sauter dans le prochain avion pour la Louisiane, comme ce fut mon cas!

LIVRE SONORE



La couleur des sentiments, par Kathryn Stockett
Avez-vous déjà essayé les livres sonores? La bibliothèque les prête sous forme de disques compacts en MP3 que vous pouvez écouter bien au chaud sous la couette ou dans la voiture pour occuper un long voyage. *La couleur des sentiments* est le bouquin parfait pour vous y initier. Dans les années 60, une jeune femme du Mississippi défie toutes les conventions établies en dénonçant la ségrégation et les injustices subies par la communauté afro-américaine, s'attirant ainsi les foudres de ses copines de la bonne société. C'est léger, pétillant et comique par moments. Évidemment, nous avons également le roman imprimé en collection!