

le CERCLE

Centre de santé et de services sociaux
d'Ahuntsic et Montréal-Nord



par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication

Témoignage En mission à Haïti

Michaël Cimbart est infirmière clinicienne aux services courants du CLSC d'Ahuntsic. Alors que le 12 janvier 2010 Haïti était bouleversé par un séisme, la nouvelle lui parvient sans la jeter dans une inquiétude profonde. Les informations sont encore floues, on ignore l'ampleur du désastre, qu'elle-même n'imagine pas davantage. Elle reçoit un appel de sa sœur anxieuse : « Fais ton possible, pour retrouver nos gens. » Avec les heures, les traits de la catastrophe s'esquissent jusqu'au portrait désolant que nous connaissons. La consternation fait place à l'incrédulité.

La famille proche de Michaël est saine et sauve. Elle n'est touchée que par des dégâts matériels. Mais, la grande famille si importante dans la culture haïtienne, celle dans laquelle sont adoptés les amis, les voisins, ces proches qui tournoient dans le quotidien de chacun, est profondément touchée. Immédiatement, Michaël se pose la question du quoi faire.

Lors du cyclone Jeanne qui avait mis à mal la région des Gonaïves, Michaël était déjà partie en mission avec la Croix-Rouge canadienne durant plus de deux mois. Elle sait déjà qu'elle ne pourra pas davantage rester simple spectatrice dans cette nouvelle épreuve. Elle le doit à sa grande famille, à l'humanité et à ce pays qui, confie-t-elle, lui a appris à lire et à écrire. « On demeure ce qu'on est », dit-elle avec simplicité. Elle parle donc avec ses enfants, aujourd'hui de jeunes adultes. Face à leur inquiétude, elle leur promet de ne partir que pour une courte durée, deux semaines. « S'il faut y retourner, j'y retournerai », ponctue-t-elle.

suite à la page 2

Médecins, infirmières, sapeurs pompiers, etc. venaient de pays divers



Une pharmacie improvisée, mais organisée



NOUVEAU SITE WEB BRANCHEZ-VOUS !

par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication

Notre centre de santé et de services sociaux vient de se doter d'un nouveau site Internet plus convivial et d'une facture plus « léchée ». Sa coquille a été travaillée au niveau régional. De ce fait, tous les sites des CSSS de l'Île de Montréal présentent une facture similaire.

Plus ergonomique et plus élaboré, notre nouveau site comporte une manne précieuse d'informations sur notre organisation et nos services. Vous y trouverez des renseignements aussi divers que les soins et services, le bénévolat, la recherche, les stages, les emplois, etc.

Nous vous invitons à le visiter, toujours à la même adresse : **www.csssamn.ca**

Pour information : Estelle Zehler, poste 8335



Installations du CSSSAM-N

Site web : www.csssamn.ca
Intranet : <http://amn.intranet.mtl.rttss.qc.ca>

CLSC d'Ahuntsic
1165, boul. Henri-Bourassa Est
Montréal (Québec) H2C 3K2
CLSC de Montréal-Nord
11441, boul. Lacordaire
Montréal-Nord (Québec) H1G 4J9

Centre d'hébergement Laurendeau
1725, boul. Gouin Est
Montréal (Québec) H2C 3H6
Centre d'hébergement Légaré
1615, avenue Émile-Journault
Montréal (Québec) H2M 2G3

Centre d'hébergement de Louvain
9600, rue Saint-Denis
Montréal (Québec) H2M 1P2
Centre d'hébergement Paul-Lizotte
6850, boul. Gouin Est
Montréal-Nord (Québec) H1G 6L7

Hôpital Fleury
2180, rue Fleury Est
Montréal (Québec) H2B 1K3

514 384-2000

Le 20 janvier 2010, à 2 heures du matin, elle se joint donc, avec d'autres infirmières de divers horizons, à une équipe du Centre d'étude et de coopération internationale, plus connue sous l'acronyme CECI. « *Nous étions le premier contingent à quitter le Québec. Les policiers de la Ville de Montréal étaient du même vol. Nous sommes arrivés au petit jour dans la tristesse d'une ville totalement défaite.* »

L'équipe est logée sous une grande galerie à aire ouverte. Elle est affectée à l'Hôpital Diquini qui se trouve à l'autre extrémité de la ville de Port-au-Prince. Les patients étaient presque tous reçus à l'extérieur, sous des tentes, dans la cour. La plupart étaient logés sous des arbres du fait des répliques persistantes, tandis que sous les tentes étaient organisés des services comme l'accueil, le pré-hospitalier, le postopératoire, la maternité et la pédiatrie. « *La détresse des gens n'avait pas de nom. On avait l'impression de rentrer dans une ville fantôme peuplée de personnes blessées ou malades. Le soir, on ne pouvait plus passer par les places publiques parce que les gens dormaient là. C'était très difficile de regarder tout ça.* »

Une réalité heurtante

Être infirmière au Québec et être infirmière sur le lieu d'une telle catastrophe ne se compare pas. Il s'agit de deux univers diamétralement opposés. « *Les patients qui venaient d'être opérés étaient couchés à même le sol, sur des morceaux de cartons ou d'autres choses que l'on trouvait. Il n'y avait pas de place pour les aliter. C'est déjà difficile de bouger quelqu'un sur un lit suite à une chirurgie !* » S'il y avait



Michaël Cimberr donnant des soins dans une « salle » extérieure

Savoir se protéger

Ce type de mission n'est pas aisé et exige non seulement un fort investissement personnel, mais également une grande résistance face à la réalité percutante du terrain. « *Nous ne sommes pas tous capables de vivre des expériences pareilles, même avec la meilleure volonté,* estime Michaël. *Il faut connaître ses limites. J'ai vu des gens réagir très fortement, psychologiquement et physiquement.* » Il ne faut pas partir avec des problèmes préalables en besace, afin de ne pas heurter brutalement son seuil de tolérance à l'adversité. Il est aisé de tomber dans le piège de vouloir aider aux dépens de soi-même. « *De plus, on peut être missionnaire n'importe où. On peut le faire ici au Québec.* »

Ces éléments sont d'autant plus importants que, lorsque Michaël et ses collègues sont partis, les services n'étaient pas encore prêts à fonctionner. « *Nous avons dû organiser bien des choses nous-mêmes. Il y avait plein de médicaments partout, mais rien n'était arrangé. Il n'y avait pas encore d'infrastructures. La logistique n'était pas préparée.* » Une des premières actions à entreprendre a été de mettre sur pied une pharmacie fonctionnelle. Michaël a récupéré des boîtes vides et des planches pour improviser des étagères, des filières.

Pour être en mesure de soutenir les autres, d'assumer son rôle de soignant, il faut être capable de décanter. « *Aujourd'hui, je fais ce que je peux pour aider, mais je ne peux pas faire de miracle.* » Les pleurs sont réservés à l'intimité pour se concentrer sur les soins prodigués, sur l'action. Les problèmes personnels sont mis à part pour pouvoir passer à travers. Chaque geste est entrepris un à un. « *Il faut se centrer sur ce que toi tu peux faire ou donner. Ça peut être aussi simple que de dire bonjour à quelqu'un, flatter quelqu'un, toucher une main, parler un peu.* »

Se mobiliser pour le futur

Quand un désastre survient, l'être humain se demande ce qui peut arriver de pire. Michaël s'était posée la question lors du cyclone de 2004. Et voilà qu'aujourd'hui, la ville maîtresse du pays est détruite. « *Que faire sinon de trouver des façons d'accepter la réalité. Peut-être que cette catastrophe est le gage d'un avenir meilleur pour ceux qui restent ?* »

Pour le futur, elle espère de tout cœur que la diaspora haïtienne saura allier ses forces « *pour apporter du positif* ». En montrant l'exemple, en étant généreuse, elle incitera les plus jeunes générations à les accompagner et prendre le relais. La générosité ne s'exprime pas seulement en pièces sonnantes et trébuchantes, mais également en temps et en expertise que l'on partage, et par bien d'autres biais.

L'arrivée à Haïti



beaucoup de médicaments, peu étaient prévus pour contrer la douleur. Même pour faire face à la souffrance découlant de traumatismes importants tels des amputations, peu de calmants étaient disponibles. Les dilemmes étaient de taille. Il fallait doser à qui il convenait le plus d'en donner afin d'en disposer pour les bonnes personnes. « *Je détiens une expérience en soins palliatifs, ce qui m'a aidé avec les médecins à ajuster les médicaments pour la douleur.* » La réalité de l'environnement de travail était aux antipodes de celle d'un hôpital québécois. Presque tout manquait. « *Ce sont deux mondes et il faut vivre dans le monde présent, vivre la situation telle qu'elle est. Si j'avais été au Québec, nous aurions eu des lits, des amputés bien ouatés, du support psychologique...* »

La fraternité au sein des équipes de soins

Les personnes qui ont travaillé avec Michaël à l'Hôpital Diquini provenaient d'un peu partout à travers le monde, de France, d'Afrique du Sud, etc. Réunis par le fait d'un désastre, ils ont appris à se connaître et à s'appuyer les uns et les autres. Les barrières culturelles tombaient naturellement. « *Tous étaient venus pour aider vraiment. Il y avait une grande fraternité et une franche camaraderie qui nous unissaient.* » Elles prenaient forme dans des gestes simples, le partage repas, de l'écoute, quelquefois le réconfort d'une épaule. La force de l'équipe résidait dans un simple objectif commun : aider. « *On pouvait échanger, se parler, se rapprocher, se dire des choses, se coller... On pouvait voir une française pleurer comme une haïtienne.* » Cette solidarité a permis de mieux résister à la pression, au stress de la situation. De retour dans leur pays respectif, certains de ces intervenants sont d'ailleurs restés en contact.



Mireille Girard

Travail social
Une employée du CSSSAM-N à l'honneur

Pour la deuxième année consécutive, une employée du CSSSAM-N reçoit un prix de l'Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux, dans le cadre du concours organisé lors de la *Semaine des travailleurs sociaux et des travailleuses sociales* qui a eu lieu du 21 au 27 mars 2010. Mireille Girard a obtenu la troisième place pour son texte rédigé sur le thème "PASSIONNÉMENT VÔTRE". Sa composition est un hommage aux gens qu'elle a côtoyés durant plus de 30 ans et à ceux qu'elle accompagne encore comme travailleuse sociale et superviseure clinique et professionnelle. C'est en quelque sorte un merci.

Voici un extrait de son texte :

« Je crois à l'importance du processus de supervision qui permet à chacun, chacune de trouver sa propre place, son propre style, son propre sens, en analysant au ralenti le vécu et le ressenti dans l'intervention. Quand on s'autorise un tel regard, il nous permet de garder, conserver ou retrouver l'espace nécessaire pour accompagner les personnes que nous rencontrons dans l'exercice de notre profession. Ceci permet aussi de savoir ce qui anime chacun d'entre nous, ce qui nous différencie, ce qui nous empêche d'avancer et ce dont nous avons besoin pour continuer et même nous dépasser. Nous sommes tous des apprenants et j'en suis moi-même une. » Pour lire le texte au complet, rendez-vous sur le site de l'ordre : www.travaillsocial.ca/engrenage09.cfm.

Félicitations à Mireille Girard !



Quelques uns des maîtres d'œuvre de ce dîner de remerciements

Haïti Merci pour votre soutien !

Le jeudi 25 février 2010, les employés d'origine haïtienne du CLSC d'Ahuntsic avaient invité leurs collègues lors d'un dîner afin de les remercier pour leur support à la suite du tremblement de terre qui a dévasté Haïti. Plus d'une centaine de convives se sont régalés autour de mets typiquement haïtiens :



Riz aux crevettes, griot, pâtés haïtiens... un régal pour tous !

- Griot
- Riz collé
- Riz frit aux légumes
- Riz aux crevettes
- Poulet grillé
- Picklis
- Pâtés haïtiens
- Bananes plantains
- Et... deux magnifiques gâteaux aussi beaux à regarder que bon à déguster.

Outre les délicieux plats préparés, les hôtes et hôtesse avaient pris soin d'agrémenter le dîner de musique et d'un diaporama riche de nombreuses informations, mais aussi de photographies pour montrer leur pays avant qu'il ne soit touché par le séisme. Vous pourrez consulter cette présentation dans la section « Nouvelles » de la page d'accueil de l'intranet du CSSSAM-N.

Cet intermède a été un moment d'échanges intense où l'émotion et les rires avaient droit de cité. Il a également permis de tisser encore davantage les liens qui unissent les membres du personnel tout en montrant combien la solidarité est un élément constant et indispensable de nos vies.

Soins infirmiers

Recherche doctorale au CSSSAM-N

par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication



Laurence Bernard, chercheuse

Laurence Bernard est étudiante-chercheuse en thèse de doctorat à l'Université de Montréal. Sa recherche est consacrée à « l'analyse critique de discours de la culture de sécurité face aux risques biologiques et pandémiques pour les infirmières ». Pour alimenter sa recherche, elle est en quête de l'opinion des infirmières sur les risques pandémiques et les maladies infectieuses. Se questionnent-elles sur la sécurité face à ces risques ? Le Cercle lui a posé quelques questions.

Qu'est-ce qui vous a poussée à choisir ce sujet de recherche ?

Le domaine des maladies infectieuses est en pleine expansion. L'expérience du SRAS à Toronto et celle du Clostridium difficile au Québec incitent les infirmières à développer de nouveaux champs de compétences. Les savoirs infirmiers traditionnels entourant l'hygiène hospitalière sont sollicités plus que jamais par la création d'un nouveau rôle infirmier en prévention et contrôle des infections (PCI). Il ne s'agit pas seulement d'une spécialisation, mais également d'un souci qui touche toutes les infirmières pour se protéger des maladies infectieuses et protéger leurs patients et leurs familles.



BUREAU DE LA COMMISSAIRE LOCALE AUX PLAINTES ET À LA QUALITÉ DES SERVICES UNE NOUVELLE ÉQUIPE

Pour faire suite au départ de Micheline Moreau l'été dernier, l'équipe du Bureau de la commissaire locale aux plaintes et la qualité des services a été restructurée et a accueilli de nouveaux membres.

France Dumont est désormais la commissaire locale aux plaintes et à la qualité des services du CSSSAM-N, après avoir tenu le poste d'adjointe durant quatre ans. Deux adjoints la secondent : Robert Therrien, qui occupe à ce poste depuis novembre 2005 après avoir démarré sa carrière en tant que travailleur social au CLSC d'Ahuntsic et Dominique Charland, nouvelle venue depuis novembre 2009. Cette dernière, psychologue de formation, assumait le poste de chef d'administration des programmes aux services courants, accueil et suivi psychosocial au CSSS Jeanne-Mance. Un nouveau médecin examinateur a également rejoint leurs rangs, Dr Henry Haddad. Enfin, pour soutenir toute cette équipe, Martine Brisson, technicienne en administration, est présente depuis 2005.

Rappelons qu'au CSSSAM-N nous croyons que le point de vue de la clientèle est déterminant pour contribuer à l'amélioration de la qualité des services que nous offrons. Bien que nous mettions tout en œuvre pour assurer la qualité et la disponibilité des services, il peut arriver que les usagers ne soient pas satisfaits des démarches de soins et services délivrés ou d'une situation donnée. Chaque plainte ou insatisfaction ainsi exprimée est pour l'équipe une opportunité de questionner les façons de faire et de procéder de notre CSSS et permet, si nécessaire, de réaliser des ajustements afin d'éviter qu'une situation déficiente ne se répète.

Depuis février dernier, les membres du Bureau de la commissaire locale aux plaintes et à la qualité des services ont entrepris une tournée des équipes de travail afin leur faire connaître leurs responsabilités et rôle. Ce dernier consiste essentiellement à recevoir et à traiter, en exclusivité, les plaintes et les demandes d'assistance concernant les services du CSSSAM-N, un rôle qu'ils exercent tant dans le respect des usagers que du personnel. Ils procèdent par conséquent à des enquêtes et détiennent le pouvoir d'émettre des recommandations, lesquelles sont reçues, il faut le souligner, avec beaucoup d'ouverture. Il faut dire que la perspective d'améliorer la qualité de nos services à la population constitue un moteur puissant. C'est aussi cette équipe qui est en charge de la promotion du code d'éthique de l'établissement.

Si vous désirez recevoir la visite du Bureau de la commissaire locale aux plaintes et à la qualité des services à l'occasion d'une réunion d'équipe, communiquez avec Martine Brisson au poste 8334.



Robert Therrien, France Dumont, Dominique Charland et Martine Brisson

L'Organisation mondiale de la santé (OMS) désire que se développe une culture de sécurité pour favoriser la sécurité du patient. Cette recherche est donc fondamentale, puisque peu de données existent quant à la présence ou l'absence d'une culture de sécurité en lien avec les maladies infectieuses et donc, les risques biologiques. Il est clair que cette recherche touche aussi aux risques pandémiques que nous vivons tous ou avons vécu avec la vague de A(H1N1) à l'automne dernier. Comme infirmières, nous sommes aux premières loges puisque de par nos soins, nous risquons de contaminer les patients et d'être contaminées à notre tour. Cette question des risques biologiques est donc fondamentale dans notre profession.

Pourquoi est-ce important d'avoir des participantes à la recherche provenant des différentes missions du CSSS ?

La fusion des établissements est relativement récente. Malgré les efforts des gestionnaires pour développer une vision stratégique et une gestion harmonisée, il subsiste des entités physiquement séparées dans chaque CSSS au Québec. La mission des installations est différente et donc, leur réalité également. Il est crucial d'aller chercher la perspective des infirmières des CLSC et des centres d'hébergement, afin que leur voix soit entendue au même titre que les infirmières hospitalières. Entendre la voix de différentes infirmières permet également de valider la présence ou l'absence d'une culture de sécurité sur les différents sites du CSSS selon une perspective infirmière.

Qu'est-ce que cela exigera des infirmières qui souhaitent participer à votre recherche ?

Tout simplement 30 à 45 minutes de leur temps pour une rencontre individuelle afin de prendre connaissance de leur avis sur la question des maladies infectieuses. Il suffit de me contacter par téléphone au 514 661-1240 ou par courriel à l'adresse suivante : laurence.bernard@umontreal.ca.

Traditions

La cueillette de l'eau de Pâques



par Martine Dubé, organisatrice communautaire

C'est environ à 3 heures du matin que mon père et ma mère nous réveillaient. Nous avions encore les plis d'oreiller sur les joues lorsque nous roulions en silence vers la maison de mon oncle où nous attendait le reste de la famille. Chaussés de nos bottes en caoutchouc et munis de nos lampes de poche, nous entamions ensuite tous ensemble la marche sur le sentier qui nous menait chaque année vers la fameuse source d'eau qui remplissait nos cruches.

Ma grand-mère, ne pouvant pas nous accompagner, comptait sur nous pour lui ramener l'eau de Pâques, qui, selon les dires, guérit miraculeusement tout et demeure bonne à la consommation, même après plusieurs années de conservation. Elle gardait les cruches de chaque année... Quand chez elle je voulais simplement boire de l'eau, il m'arrivait parfois de prendre par erreur sa « cuvée » 1983 ou 1985. Je ne mets bien sûr pas en doute qu'elle se conserve, mais pour ce qui est du goût...

Marcher dans les bois la nuit était très spécial et il nous arrivait même à l'occasion de voir de magnifiques aurores boréales dans le ciel. Comme il était très important de recueillir l'eau directement de la source juste avant le lever du soleil, nous nous pressions. L'arrivée était tout un accomplissement pour nos petites jambes d'enfants. Les « grands » remplissaient les cruches pendant que les « petits » jouaient dans le ruisseau. Le retour se faisait tranquillement. C'était la seule fois dans l'année où nous nous retrouvions ensemble pour voir le soleil se lever.

Cette tradition existe en divers pays et, selon le philosophe et écrivain Placide Gaboury, aurait précédé l'eau bénite. D'origine druidique ou d'origine chrétienne, l'eau de Pâques symbolise la résurrection. Les règles exigent qu'elle soit recueillie au petit matin, avant le lever du soleil, à partir d'une eau courante, donc en aucun cas à partir d'un lac, d'un puits ou d'une eau stagnante. Au Québec, la coutume veut que ce soit les enfants qui puisent cette eau.

Nombre de vertus sont prêtées à cette eau, avec une prédilection pour les propriétés dermatologiques. Elle soulagerait plusieurs indispositions dont la diarrhée et la fièvre. En France, elle aurait également des effets sur la vision.

Dans notre province, elle protégerait également contre les intempéries, tout en repoussant les mauvais esprits, les malheurs. Des rameaux bénis trempés dans l'eau de Pâques étaient utilisés pour bénir les maisons.

Nouvelle salle de formation « PDSB »



par Marlène St-Laurent, conseillère cadre au Service de formation et du développement organisationnel

Pour ceux qui se demandent ce que veut dire PDSB...et bien ce sont les principes de déplacements sécuritaires des bénéficiaires utilisés par la majorité de notre personnel œuvrant auprès de la clientèle. Que ce soit les auxiliaires de santé et services sociaux (ASSS), les préposés aux bénéficiaires (PAB), les infirmières auxiliaires, infirmières ou autres professionnels, tous doivent être bien outillés pour favoriser de bonnes méthodes de travail et ainsi diminuer le risque de blessures et assurer la sécurité de nos clients.

Dorénavant, la formation PDSB se donnera dans un tout nouveau local au Centre d'hébergement Légaré, aménagé en un temps record, grâce à la collaboration de plusieurs équipes au sein de notre organisation (hébergement, soins à domicile, services techniques, service de formation).

Normand Mayer, ASSS au CLSC d'Ahuntsic et Marie-Paule Thibault, PAB au Centre d'hébergement Légaré, sont les deux instructeurs PDSB qui ont collaboré fortement au projet d'aménagement. De plus, Francine Forget et Jérôme Dupont, chefs de programme Perte d'autonomie liée au vieillissement (PALV), Nancy Moyersoen et Chantal Lambert, ergothérapeutes et Robert Emery et Pierre Gingras du service des installations matérielles ont aussi supporté l'avancement de ce projet. En l'espace d'un mois, le projet s'est réalisé. Il est vrai de dire que : « Quand tous les acteurs mettent la main à la pâte et collaborent ensemble, il n'y a rien d'impossible ».

La première formation PDSB a eu lieu dans cette salle le 24 mars 2010 pour un groupe d'ASSS provenant des CLSC. Voilà un exemple tangible d'une belle complicité dans le but d'améliorer et de maintenir les compétences de notre personnel au quotidien.



UN NOUVEAU CONSEIL POUR LES INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS AUXILIAIRES DU CSSSAM-N

par le comité exécutif du CIIA

Le comité exécutif du conseil des infirmières et infirmiers auxiliaires (CECIIA) vient d'être formé :

- Judith Louis-Charles, infirmière auxiliaire – Hôpital Fleury : présidente
- Michelle Michelot, infirmière auxiliaire – CLSC de Montréal-Nord : vice-présidente et trésorière
- Aga August, infirmière auxiliaire – Hôpital Fleury : agente de communication
- Nathalie Brouillette, infirmière auxiliaire – Hôpital Fleury : secrétaire

Le comité possède plusieurs fonctions au sein du CSSSAM-N, entre autres :

- d'apprécier la qualité des soins infirmiers posés par les personnes qui exercent des activités d'infirmières et infirmiers auxiliaires
- de collaborer quant aux moyens à prendre pour évaluer et maintenir la compétence de l'ensemble des personnes qui exercent des activités d'infirmières et infirmiers auxiliaires
- de faire des recommandations sur la distribution appropriée des soins dispensés par les personnes qui exercent des activités d'infirmières et infirmiers auxiliaires (art. 223)

Pour plus d'informations, vous pouvez contacter :

- Judith Louis-Charles, équipe volante, poste 5073
- Michelle Michelot, CLSC de Montréal-Nord, poste 7266
- Aga Auguste, équipe volante, poste 5073
- Nathalie Brouillette, Hôpital Fleury, poste 5074



Nathalie Brouillette, Judith Louis-Charles et Michelle Michelot

DEBRIEFING PANDEMIE

par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication

Le 18 mars 2010, a eu lieu un débriefing concernant toutes les activités menées lors de la pandémie d'influenza A(H1N1), incluant l'ouverture des cliniques grippales, la planification des sites non traditionnels de soins ambulatoires et soins et admissions, la réception des personnes en attente d'hébergement dans nos centres d'hébergement, la vaccination de masse, etc.

Rappelons que la deuxième vague de la pandémie a démarré le 4 octobre 2009 pour prendre fin la semaine du 13 décembre 2009, soit 11 semaines plus tard. Le pic de la vague a été relevé dans les semaines du 1^{er} et du 14 novembre. Lors de l'augmentation des cas de syndrome d'allure grippale (SAG), les hôpitaux ont frôlé leur point de rupture.

Diane Daigle, directrice générale du CSSSAM-N, a introduit brièvement l'exercice de rétroaction à venir avant de laisser la place à l'animateur. Deux groupes ont été constitués du fait du grand nombre de personnes concernées. Le débriefing a été mené par Jean-Pierre Bazinet, qui détient une expérience de plus de 33 ans en mesures d'urgence, particulièrement au niveau de la sécurité civile. Son mandat était de stimuler et faciliter la discussion afin de mettre à jour les différents facteurs de succès et surtout les pistes d'amélioration à apporter pour le futur. Les participants étaient des gestionnaires et des directeurs. Plusieurs chapitres ont donc été abordés :

- La connaissance des rôles et responsabilités de chacun
- La circulation de l'information
- La structure de travail, la gestion des ressources humaines
- La logistique (les équipements...)
- Les relations avec les partenaires (internes, gouvernementaux, médias...)
- La démobilisation



Agnès Boussion, en compagnie de Jean-Pierre Bazinet, a remercié chaleureusement tous les participants pour leur mobilisation

Cette période a été très exigeante, très énergivore pour l'ensemble des employés, gestionnaires, médecins et bénévoles du CSSSAM-N, qu'ils aient été directement impliqués par la pandémie ou qu'ils aient maintenu les soins et services à la population. Il va sans dire que des points à améliorer ont été soulevés dans chaque domaine, qu'il s'agisse par exemple des ressources humaines ou de la circulation de l'information, tout comme

des points positifs. La mobilisation observée a été des plus remarquables.

Au terme des discussions, Agnès Boussion, directrice générale adjointe, a rejoint le groupe pour réitérer les remerciements du CSSSAM-N pour l'engagement exemplaire de tous. L'ensemble des échanges de cette journée donnera lieu à un rapport qui sera déposé à la Direction générale. Les gestionnaires présents au débriefing auront également pour tâche de transmettre le contenu de cette rétroaction à leurs équipes.

Les chiffres pour l'Île de Montréal

Du 30 août 2009 au 9 février 2010

Nombre de cas A(H1N1) positifs relevés : 10 881

Nombre de cas nécessitant des soins intensifs : 361

Nombre de décès : 82

Aucun nouveau cas déclaré depuis le 29 janvier 2010

Le débriefing était orchestré par Jean-Pierre Bazinet

Remboursement de frais ! Le CSSSAM-N encourage l'activité physique



par Dominique Lemonde, directrice des ressources humaines et du développement organisationnel

Dans le but d'encourager le personnel à développer de saines habitudes de vie et à prendre soin de sa santé physique, le CSSSAM-N remboursera 50 % des frais d'abonnement à un centre de conditionnement physique ou pour des cours ou activités visant la mise en forme et le cardiovasculaire (natation, aérobic, tennis, badminton, workout, spinning, etc.), et ce, jusqu'à concurrence d'une somme maximale de 75 \$ annuellement. Cette mesure s'applique pour tout employé permanent ayant terminé sa période de probation et détenant un poste de 3 jours et plus par semaine. Vous avez jusqu'au 31 décembre 2010 pour vous prévaloir de cette mesure, pour toute activité telle que définie ci-dessus entreprise entre le 1^{er} janvier et le 31 décembre 2010.

Vous êtes intéressés ? Complétez le formulaire de frais de déplacement disponible sur l'intranet (Directions administratives/Ressources financières/Frais de déplacement) en y joignant la facture à votre nom, l'activité ainsi que le montant total et acheminez le tout à :

- Jacynthe Angers-Beauvais, Service de santé et sécurité au travail, Hôpital Fleury

Cette mesure sera réévaluée en fin d'année, selon l'attrait qu'elle aura suscité et les disponibilités financières. Rappelons par ailleurs que des ententes corporatives ont été conclues avec :

- Centre ÉPIC (Institut de Cardiologie de Montréal)
- Énergie Cardio
- Nautilus Plus Inc.
- Centre de conditionnement physique Métropolis Gym
- Centre de conditionnement physique Regina Assumpta

Ces ententes peuvent vous faire bénéficier de conditions intéressantes outre le remboursement mentionné ci-dessus. Consultez l'intranet pour en savoir davantage (Ressources humaines/Qualité de vie au travail/Conditionnement physique).

Pour toute information :

- Intranet
- Jacynthe Angers-Beauvais, Service de santé et sécurité au travail, Poste 5015



U'UNE BANQUE.
DINS, KOTSOVOS, MELO,
ZIO, HAIDAR, NGUYEN...

Caisse Desjardins du Sault-au-Récollet
Caisse populaire Desjardins du Centre d'Ahuntsic
Caisse Desjardins Domaine Saint-Sulpice
Caisse populaire Desjardins Saint-Simon-Apôtre de Montréal
Caisse populaire Saint-André-Apôtre
Caisse populaire Desjardins de Montréal-Nord
Caisse populaire Saint-Camille de Montréal-Nord



Desjardins

Conjuguer avoirs et êtres



CÔTÉ FONDATION

par Claudine Lefebvre, directrice générale et Catherine St-Amour, directrice générale adjointe de la Fondation du CSSSAM-N



RENDEZ-VOUS AU MOIS DE MAI !

La Fondation du CSSSAM-N prépare actuellement une nouvelle activité de rassemblement, stimulante et divertissante, pour les concitoyens d'Ahuntsic et de Montréal-Nord : *Marche et roule pour la santé*. Naturellement, tous les employés du CSSSAM-N y sont également conviés. En effet, pour la première fois, une marche aura lieu samedi le 29 mai 2010 à 10 h 30, au *Parc des Hirondelles* (carré délimité entre les rues Larose, Iberville, Fleury et Sauvé). Venez « don » marcher avec nous pour votre santé et celle de votre Fondation ! Surprises et bonne humeur vous y attendent ! De plus amples informations vous seront communiquées ultérieurement.

Coordonnées de la Fondation du CSSSAM-N :
Hôpital Fleury
Rez-de-chaussée
2180, rue Fleury Est
Montréal (Québec) H2B 1K3
fondation.csssamn@ssss.gouv.qc.ca
Tél. : 514 383-5083

Entre-temps, pour plus de renseignements, vous pouvez communiquer avec le bureau de la Fondation au 514 383-5083.

Loto La chance leur a souri !

Le dernier tirage de la Loto de Fondation 2009-2010 a eu lieu le 11 mars dernier. Avec 15 000 \$ en prix et 21 chances de gagner, voici le nom des derniers gagnants. Félicitations à nos gagnants et merci beaucoup à tous nos participants !

Tirage du 18 février 2010 au CLSC d'Ahuntsic

500 \$	500 \$	1 000 \$
Lise Lapointe	Nadia Girard	D ^r Pierre Corriveau
Billet 0153	Billet 0015	Billet 0165

Tirage du 11 mars 2010 au Centre d'hébergement de Louvain

500 \$	500 \$	1 000 \$
Pauline Caron	D ^{re} Annie Clément	Robert Émery
Billet 0240	Billet 0182	Billet 0326



FORUM DES PARTENAIRES IMPLIQUÉS DANS LA PRESTATION DES SERVICES AUX ÂÎNÉS

par Christian Pepin, adjoint en procédés cliniques et administratifs à la Direction générale

Dans la foulée de la démarche de planification stratégique du CSSS, avait lieu, le 22 mars dernier, le forum sur le continuum de services pour les personnes âgées du territoire. Des représentants de l'organisation, du conseil d'administration, du comité des usagers, de l'Agence, du réseau communautaire, des résidences privées et des partenaires du réseau de la santé étaient présents en grand nombre dans la salle polyvalente du Centre d'hébergement Laurendeau. Plus de 70 personnes ont discuté des enjeux et problématiques relatifs aux services offerts aux personnes âgées dans notre réseau local. Les débats très dynamiques ont permis de bonifier l'état de situation qu'avait préalablement préparé l'équipe de projet. Quantité d'idées nouvelles ont fusé. Notre accompagnateur et animateur de l'avant-midi, Jean-Claude Boisvert, procédera à la synthèse de ces informations et produira le rapport final qui sera intégré dans la démarche de planification stratégique « volet continuum d'hébergement » en avril. Les échanges ont aussi permis de discuter les enjeux propres au soutien à domicile et aux services dans la communauté. Le niveau d'échange a clairement démontré l'intérêt des partenaires à améliorer les conditions des personnes âgées du territoire et illustré la volonté de chacun de travailler en partenariat vers des buts communs. Une table de concertation sur les services aux personnes âgées verra prochainement le jour sous le leadership de la Direction des services aux aînés afin de poursuivre les arrimages avec nos partenaires sur la lancée de cet intéressant avant-midi.

Dans le prochain numéro du Cercle, Johanne Pednault, directrice des services aux aînés, publiera un texte plus étoffé résumant les enjeux, problématiques, défis et priorités relevés.

L'équipe responsable de la planification stratégique tient à remercier les personnes impliquées dans le forum, tant les participants que les animateurs de table, Jérôme Dupont, Jasmine Dubois, Stéphanie Larose, Linda Monssen, Roseline Veilleux, Martine Fortin, Thérèse Dionne, Vincent Roy, l'animateur de la table Jean-Claude Boisvert ainsi que Carmen Dubé, France Michel et Jonathan Gervais pour leur support logistique et l'équipe de l'entretien ménager.



Assemblée générale de la table locale du DRMG

par Isabelle Gagné, conseillère cadre en communication

Le 10 mars 2010, avait lieu l'assemblée générale de la table locale du Département régional de médecine générale (DRMG). Près d'une quarantaine de médecins de notre territoire étaient présents.

D'entrée de jeu, le D^r Charbonneau, président de la table locale du DRMG, a insisté sur l'importance pour les médecins de bien connaître les services offerts par le CSSSAM-N afin d'être en mesure de s'y référer ou d'y référer leur clientèle.

En plus de quelques kiosques installés à l'extérieur de la salle pour présenter certains services, des intervenants du CSSSAM-N avaient répondu à l'invitation pour présenter leur programme et nos différents guichets d'accès. Les participants ont eu l'occasion de poser des questions sur les modes de référence ou sur les programmes eux-mêmes, leur permettant ainsi d'en savoir un peu plus sur nos services.

Une fiche intitulée « Description des services à l'intention des médecins et des professionnels » a aussi été distribuée; un outil d'information qui présente un court résumé du service ou du programme avec les coordonnées téléphoniques pour y référer la clientèle ou pour obtenir des renseignements supplémentaires en tant que professionnels de la santé.

Les médecins responsables des groupes de médecine de famille (GMF) et de la clinique-réseau de notre territoire ont brièvement parlé de leur expérience et de leurs activités.

La rencontre s'est poursuivie en plénière avec les questions suivantes « Comment s'y prendre pour recruter de nouveaux médecins ? Que pouvons-nous faire collectivement ? Dans un premier temps, le D^r Charbonneau a invité les participants à se placer en sous-groupes de 4 ou 5 personnes afin d'échanger sur ces deux questions. Par la suite, la plénière a permis de partager les réflexions de chacun des sous-groupes et d'échanger sur celles-ci, de faire ressortir les points forts de notre territoire et les pistes d'amélioration possibles.



Tables de discussion



Etienne Dumais-Roy, kinésiologue, conseiller en promotion de la santé donnant des informations dans l'un des kiosques

MARS, LE MOIS DE LA NUTRITION

par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication

Mois de la nutrition partout au Canada, Mars célèbre la saine alimentation qui contribue indubitablement à notre santé et bien-être. Le thème de l'édition 2010 était engageant, puisqu'il nous proposait pas moins que de *Célébrer nos aliments... de la terre à la table !* Pour qui a déjà goûté le parfum d'une tomate mûre à souhait, regorgeante de soleil et fraîchement cueillie dans le potager, ou encore celui d'une carotte délicatement retirée de sa platebande, l'invitation est alléchante. Et ma foi, pour ceux qui n'ont pas encore eu cette occasion, l'aventure pourrait s'avérer entraînante. Certes, tout le monde n'a pas le luxe d'avoir un bout de jardin, mais certaines variétés de légumes se prêtent à merveille à la culture en pot et les jardins communautaires constituent une autre possibilité intéressante.

Par ailleurs, les étals de nos marchés déclinent quantités de produits locaux qui seront d'autant plus délicieux consommés au gré des saisons. Je me rappelle enfant comme nous attendions la saison de tel ou tel fruit dont nos palais étaient mélancoliques du fait du calendrier des récoltes. Quelle fête, quand les fraises réapparaissaient hardiment ! Le printemps est la meilleure occasion de déguster certains légumes produits localement. Je pense aux laitues, asperges et têtes de violon. En aparté, je peux vous dire que ce dernier légume a été une véritable découverte gustative pour ma part. Depuis, je l'inflige avec détermination, et ma foi, avec succès, à tout voyageur qui passe par ma maison à la bonne saison ! Mais poursuivons dans notre almanach. L'été fait la part belle aux pêches, haricots et maïs, tandis qu'à l'automne les pommes, les légumes racines et les courges sont à l'honneur.

LE SAVIEZ-VOUS ?

La **nutritionniste** est la spécialiste de la nutrition. Elle évalue l'état nutritionnel de ses clients, puis détermine et assure la mise en œuvre d'une stratégie d'intervention visant à adapter l'alimentation en fonction des besoins pour maintenir ou rétablir la santé. C'est à elle que revient le mandat de surveiller l'état nutritionnel de la personne dont le plan de traitement a été déterminé. L'enseignement d'un régime alimentaire tient également du rôle de la nutritionniste.

La nutritionniste peut intervenir auprès de diverses clientèles pour lesquelles la nutrition est un facteur déterminant du traitement de la maladie et plus spécifiquement auprès de personnes nécessitant une nutrition entérale (gavage) ou parentérale (par voies intraveineuses). De plus, elle s'implique auprès des clients présentant de la dysphagie (difficulté à avaler) ou encore dans des cas de dénutrition, diabète, maladie cardiaque, cancers, maladies inflammatoires de l'intestin, obésité... Elle intervient à l'hôpital, en clinique externe, aux services à domicile et participe également à des programmes spécifiques tel le programme OLO. Son rôle est aussi important dans l'équipe qui promouvoit de saines habitudes de vie.

Toutes ces tâches ne peuvent, malheureusement pour le moment, qu'être accomplies dans nos centres d'hébergement faute de nutritionnistes dans ces milieux.

Manger mieux, oui mais avec insolence, sans se contenter du regard apathique d'un petit haricot qui se désole dans l'immensité solitaire d'une assiette. Choisissez des aliments sains et osez l'exotisme de nouvelles recettes, d'épices et d'herbes aromatiques. Une alimentation saine est l'occasion de relever des défis en famille pour créer de nouvelles associations afin de multiplier les plaisirs. Besoin d'un petit coup de pouce ? Les diététistes du Canada offrent en ligne des recettes savoureuses, tirées de leurs livres, dont « Simplement délicieux » (www.dietetistes.ca/mangermieux). Prêtez également attention aux valeurs nutritives quand elles figurent sur un emballage. Il est vrai que les viandes, les fruits et légumes frais sont dépourvus d'étiquetage nutritionnel. Pas de panique, à l'aide de quelques clics vous obtiendrez les informations souhaitées (www.profilan.ca).

LE SAVIEZ-VOUS ?

La **technicienne en diététique** corrige les menus afin que ceux-ci correspondent au traitement nutritionnel élaboré par la nutritionniste. Elle recueille auprès du client ses goûts et ses aversions et en tient compte lorsqu'elle retouche les menus. Elle s'assure de la qualité des produits servis et que ceux-ci correspondent aux différents régimes thérapeutiques. Sa présence lors du montage des plateaux est donc un rôle essentiel. Elle effectue des visites aux repas afin de vérifier la satisfaction du client quant à son menu. Ce faisant, cela lui permet de dépister des troubles de déglutition qui devront, par la suite, être évalués par la nutritionniste.

Les nutritionnistes et les techniciennes en diététique du CSSS-N ont contribué à faire vivre cette campagne dans nos murs. Le 18 mars 2010, en association avec le comité pour la promotion de la santé et du développement durable, elles nous ont invités à déguster des smoothies à la fraise, tout en proposant du matériel d'information. Plusieurs personnes ont gagné par tirage un livre sur la nutrition : Laetitia Di Palma, Nancy Bourdon, Evens Dupré, Hélène Brunelle, Sylvie Desnoyers, Annette Canuel, Alain Coulombe, Hélène Laferrière, Daniela Palut, Lucie Desjardins, Josée Renaud et Sophie Montreuil.

Il est à noter que durant cette journée, Les diététistes du Canada, ont répondu gratuitement aux questions du public à partir d'une ligne dédiée.



Marie-Claude Prévost, nutritionniste, offrant un smoothie à Mélanie Bergeron, technicienne en travail social

Recette Smoothie à la fraise

Ingrédients

- 1 banane
- 1/4 tasse de fraises congelées, peut être remplacé par des bleuets ou des framboises
- 1 tasse de jus d'orange
- 1/4 de tasse de tofu soyeux ou tofu mou ou tofu dessert
- 1 c. à thé de graines de lin moulues
- 1 feuille de basilic frais

Passez tous les ingrédients dans un mélangeur ou un robot culinaire.

Donne 2 portions de 250 ml.

Valeur nutritionnelle

Calories	150
Protéines	4 g
Glucides	31 g
Lipides	1,5 g
Fibres alimentaires	5 g



RAPPEL C'EST LE VENDREDI 7 MAI 2010 !

Programme de la soirée

Cocktail de bienvenue
Bouchées froides et chaudes

Repas 4 services

Asperges fraîches, vinaigrette à l'orange
Consommé de volaille à l'Orzo et aux épinards
Blanc de volaille et son trésor de veau, sauce aux baies des champs et canneberges
ou Filet de saumon grillé à la citronnelle,
Pommes de terre, riz, légumes
Gâteau Alaska
Vin blanc, vin rouge

Tirage des prix de présence

Musique et danse... Surprises !
De nombreux prix de présence dont 3 certificats-voyage à gagner !

Lieu

Salle de réception Le Palace
1717, boul. Le Corbusier, Laval

Coût du billet

15 \$ par personne (pour connaître le nom des vendeurs de billets, consultez l'intranet ou les affiches présentes dans votre installation)





AVRIL, MOIS DE LA SANTÉ DENTAIRE LES BOISSONS ÉNERGISANTES ET L'ÉROSION DENTAIRE

par les hygiénistes dentaires du CSSSAM-N

Les habitudes alimentaires changent constamment. Les boissons énergisantes ou énergétiques sont de plus en plus consommées, particulièrement par les jeunes.

Le sucre contenu dans ces boissons n'est pas le seul ennemi des dents. Ces boissons sont également très acides. Depuis quelque temps, un mal insidieux découlant de la consommation de ces boissons a fait son apparition dans les cabinets dentaires. Lorsque les liquides ou aliments très acides rongent l'émail des dents, ils le décalcifient et exposent la dentine : c'est l'érosion dentaire. Les dents ainsi érodées deviennent très vulnérables. Ce phénomène préoccupe tous les regroupements de professionnels dentaires.

Quelles sont les boissons acides ?

Outre les boissons énergisantes, se retrouvent au banc des accusés les jus de fruits ou boissons aux fruits, les jus d'agrumes ou boissons aux agrumes, les boissons gazeuses y compris celles qui sont diètes, le thé glacé, le vin et la bière.

L'érosion dentaire est irréversible et entraîne des dommages permanents à la structure de l'émail des dents et peut causer de la douleur (au chaud, au froid, au toucher). L'émail ramolli devient très vulnérable à l'usure par le brossage ou la mastication. À l'œil nu, les dents semblent plus opaques et plus blanchâtres.

Les jeunes sont plus exposés à l'érosion dentaire, car l'émail des dents est moins mature et plus fragile.

Comment prévenir l'érosion dentaire ?

- Limiter la consommation de boissons acides
- Consommer les boissons acides avec une paille en évitant de diriger le liquide directement sur la surface dentaire
- Préférer l'eau pour se désaltérer
- Mâcher de la gomme sans sucre pour stimuler la production de salive, ce qui favorise l'élimination de l'acidité
- Éviter de sucrer les agrumes
- Manger du fromage aide à diminuer l'acidité
- Attendre 1 h pour se brosser les dents après une consommation d'aliments ou de liquides acides afin de ne pas aggraver l'érosion déjà amorcée sur les dents

En ce mois d'avril, mois de la santé dentaire, demandez conseil à votre hygiéniste dentaire afin de déceler les signes d'érosion et limiter les dommages qu'elle peut avoir sur votre santé buccodentaire.

Références : OHQ, Radio Canada TV, Passeport santé



Collaboration pour une nouvelle cuisine



par Luc Ménard, physiothérapeute
et Nancy Moyersoén, ergothérapeute



Défraichie par ses 17 années d'utilisation, la cuisine des employés du CLSC d'Ahuntsic n'attirait plus guère ces derniers. Les couleurs trop fades ne les aidaient pas à recharger les batteries au moment des pauses.

C'est pourquoi certains employés se sont concertés pour rénover cet espace commun. Ils ont notamment organisé une vente de plantes vivaces au printemps 2009 pour obtenir quelques deniers afin d'agréments la cuisine de décorations de leur goût et même de leur création. L'employeur a quant à lui participé en appliquant une nouvelle couleur de peinture sur les murs et en couvrant une partie des frais du nouvel aménagement.

Les employés du CLSC se sont sentis impliqués par ce projet commun qui a permis de créer un lieu beaucoup plus convivial que par le passé. Un nom a d'ailleurs été donné à la nouvelle cuisine. Vous devinez ? Le convive, bien sur !

Prochains numéros Mai 2010

Parution : 20 mai 2010

Juin 2010

Réservation d'un espace : 30 avril 2010

Tombée des articles : 6 mai 2010

Parution : 22 juin 2010

Pour information : Estelle Zehler
514 384-2000, poste 8335



Édition

Diane Daigle, directrice générale

Comité de rédaction

Agnès Boussion, directrice générale adjointe
Estelle Zehler, rédactrice en chef
Carmen Dubé, technicienne en administration

Révision

Carmen Dubé, technicienne en administration
Isabelle Gagné, conseillère cadre en communication
Émilie Bergeron, agente d'information

Graphisme et mise en pages

Le zeste graphique

Impression

Imprimerie Groupe Litho inc.
Tirage : 1 900

Pour renseignements, commentaires ou suggestions d'articles :

Estelle Zehler : 514 384-2000 poste 8335
estelle.zehler.csssamn@sss.gouv.qc.ca

Glossaire

CSSS : Centre de santé et de services sociaux
CSSSAM-N : Centre de santé et de services sociaux
d'Ahuntsic et Montréal-Nord

Le générique masculin est utilisé sans discrimination
et uniquement dans le but d'alléger le texte.