



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



LE FURETEUR

Valéry Ouellet, thérapeute
en réadaptation physique
du soutien à domicile

page 7



Des gens de passion

Marc St-Jean

Le hockey et la famille

page 9



page 12

L'édito

par Camil Dion, directeur général

Maintenons notre investissement pour l'avenir!

Au cours des prochains mois et même au cours des prochaines années, bon nombre de changements structuraux se dessinent à l'horizon. Toutefois, plusieurs réalités vont demeurer et c'est sur ces assises que nous devons nous concentrer. La principale assise repose sur les besoins de la population et l'influence que ceux-ci ont sur les décideurs politiques et administratifs qui sera toujours présente. Les besoins et les attentes de la population ne seront surtout pas diminués avec les fusions, ils seront en croissance et évolutifs.



Je suis confiant que la population de la MRC Lac-Saint-Jean-Est continuera à être bien desservie au cours des prochaines années et cette pérennité repose sur la qualité des services que le personnel et les médecins prodiguent jour après jour, sur la reconnaissance de cette qualité par la population qui se manifestera par des interventions d'influence de toutes sortes, sur la créativité que vous démontrez pour la maintenir malgré de multiples contraintes, sur la collaboration établie avec les partenaires du réseau de la santé et du réseau communautaire afin de répondre aux besoins et sur la rigueur dans l'exécution de vos responsabilités.

Le meilleur investissement qui peut être fait pour un avenir solide est de garder le cap sur ce que vous faites, et vous le faites très bien, travailler avec rigueur, créativité et ouverture dans la collaboration, dans le but ultime de prodiguer des services de qualité à la population de notre MRC qui en a grandement besoin.

Merci pour ce que vous faites dans l'accomplissement de notre mission! J'ai grandement confiance en vous!

Camil Dion
Directeur Général

Rendez-vous d'automne

par Charlie Desharnais

Une soirée reconnaissance a eu lieu le mardi 20 janvier dernier afin de récompenser les participants des «Rendez-vous d'automne» 2014. Plus de 2 000 \$ en bourses et en prix de présence ont été remis durant la soirée qui se déroulait à la Municipalité de Saint-Nazaire que nous remercions particulièrement pour son accueil chaleureux. Soulignons que durant les 6 dernières éditions, les «Rendez-vous d'automne» ont fait bouger pas moins de 8 308 personnes dans la MRC Lac-Saint-Jean-Est.

Le CSSS de LSJE et ses partenaires du comité des saines habitudes de vie félicitent les gagnants de l'édition 2014!



Comité du journal

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

Collaborateurs

Danny Côté, Linda Desmeules, Annie-Kim Gingras, Émilie Guertin et Annie Choquette (Bibliothèque d'Alma), Caroline Maltais, Julie Racine, Josée Simard.

Prochaine édition : avril 2015

Tombée : mars 2015

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.

www.santealma.qc.ca



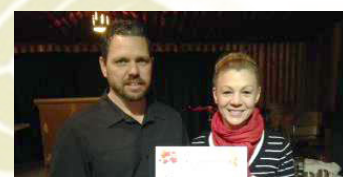
Bourse de 750 \$ du CSSS de Lac-Saint-Jean-Est remis à la Maison des jeunes de Labrecque par Mme Diane Roy.



Bourse de 500 \$ de Ville d'Alma remis à l'organisme Parenfant par M. Sylvain Ouellet.



Bourse de 500 \$ de la Commission scolaire de LSJ remis à la Commission des loisirs de Sainte-Monique et au centre de conditionnement de Sainte-Monique par M. Patrice Plourde.



Bourse de participation de 250 \$ du CSSS de Lac-Saint-Jean-Est remis à la Maison de Campagne et d'Entraide Communautaire du Lac par Mme Diane Roy

Des nouvelles du Conseil multidisciplinaire

Julie Racine



MIDI-FORMATION

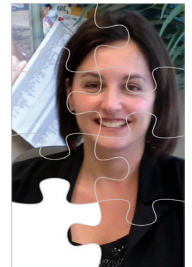
organisé par le Conseil multidisciplinaire

Le 20 janvier 2015, se tenait au CLSC, le premier midi-formation organisé par le Conseil multi. Ce midi-formation animé par Karine Landry, ergothérapeute, portait sur les nouvelles connaissances et approches sur la sclérose en plaques. Les deux principaux thèmes issus du colloque multidisciplinaire pour les professionnels de la santé pour la SEP étaient les traitements émergents contre la SP ainsi que les nouveaux constats en SP : diagnostic, prévalence, causes et pronostic.

12 personnes ont pu assister à cette formation qui a été fort appréciée. Le comité exécutif tient à remercier chaleureusement Karine Landry d'avoir accepté de partager ses connaissances avec ses collègues.

Devant le succès de cette activité, nous invitons nos membres à renouveler l'expérience en nous proposant d'autres thèmes de midi-formation. Si des personnes sont intéressées à partager leurs apprentissages ou leurs expertises avec leurs pairs, nous nous chargeons de l'organisation de l'événement. En ces temps de restrictions, voilà un bon moyen de formation continue à faible coût!

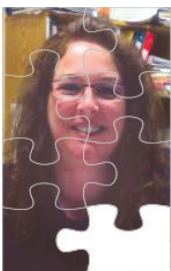
N'oubliez pas de nous suivre sur l'Intranet dans la section « Babillard ».



Karine Landry, ergothérapeute

NOS MINI-REPORTAGES : LE SAVIEZ-VOUS?

Afin de reconnaître et de valoriser le travail des professions qu'ils représentent, le CECM a décidé de produire des mini-reportages sur ses membres et de les publier dans l'accSSSent. Voici nos deux premiers mini-reportages!



ANNIE LANGEVIN
PROFESSION : ARCHIVISTE MÉDICALE

La profession d'archiviste médicale a beaucoup évolué au cours de la dernière décennie, en raison de l'avancement technologique, mais aussi de l'élargissement du champ d'activités qui s'étend maintenant au-delà du rôle traditionnel en centre hospitalier.

Annie Langevin

Les archivistes de notre CSSS travaillent assidûment à implanter le dossier clinique informatisé des usagers, à utiliser des systèmes d'exploitation de données de plus en plus performants et à fournir des informations de plus en plus précises.

L'archiviste médicale possède les compétences pour concevoir et analyser le dossier biopsychosocial, pour en coder les éléments en fonction des différentes nomenclatures.

Annie Langevin est une archiviste médicale impliquée dans son milieu : elle est chargée de projet pour le déploiement du dossier clinique informatisé en CLSC, elle est pilote du système I-CLSC et assure le suivi et le respect des normes en validant les données. De plus, elle collabore avec les différents services du CLSC pour répondre à leurs besoins. Par sa rigueur et son souci du travail bien fait, nous pouvons bénéficier d'un service des archives efficace, rapide, et adapté aux nouvelles réalités.



CLAUDE THÉRIAULT
PROFESSION : RESPONSABLE
D'UNITÉ DE VIE (RUV)

Claude Thériault

Une nouvelle appellation d'emploi a fait son apparition dernièrement au sein de notre organisation, il s'agit du responsable d'unité de vie (RUV). Un RUV dirige, anime et supervise l'équipe d'une unité de vie et de réadaptation avec laquelle il partage la responsabilité de la rééducation des usagers et de la bonne marche du groupe, selon les plans de rétablissement établis par l'équipe d'hébergement.

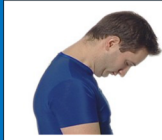
En partenariat avec les usagers et l'équipe d'intervention, le RUV exerce une action éducative personnelle dans une perspective de rétablissement basée sur les forces des résidents. Il doit suivre l'évolution des usagers en tenant compte de leurs études, de leurs problèmes et de leurs ambitions personnelles. Il doit également voir à leurs besoins physiques et intellectuels d'une façon adéquate pour que les usagers puissent s'épanouir dans un climat optimal en vue de leur réinsertion sociale.

Claude Thériault occupe ce poste au sein de la ressource résidentielle à assistance continue (RRAC) Gauthier en santé mentale. Il est le pivot de l'information sur le plan général afin de favoriser le rétablissement des usagers tout en encourageant la collaboration entre les différents acteurs du réseau et du milieu.



Idées d'exercices pour se dégourdir

Flexion / extension du cou



Penchez lentement le menton vers la poitrine pour regarder le sol. Revenez à la position neutre et répétez.

Mouvement latérale de la tête



Sans tourner la tête, inclinez lentement la tête pour amener l'oreille vers l'épaule. Revenez au centre et répétez de l'autre côté.

Rotation des épaules



Placez les bras détendus de chaque côté de votre corps. Faites des ronds vers l'arrière avec les épaules. Relâchez, puis répétez vers l'avant.

Avant-bras



Croisez les doigts et poussez les mains vers l'avant en gardant les jointures face à vous.

Rotation des poignets



Faites des rotations des deux poignets en prenant soin d'aller dans toute l'amplitude de mouvement possible. Faites les rotations dans les deux sens.

Étirement des obliques



Descendez le bras sur un côté sans tourner les épaules. Gardez les abdominaux tendus et le corps aligné.

Extension du dos



Placez les poings dans le bas du dos. Creusez le dos en assistant le mouvement avec vos poings.

Flexion du dos



Penchez vous vers l'avant et saisissez les pattes avant de la chaise avec les bras opposés. Courbez lentement le tronc pour arrondir les omoplates. Maintenez l'étirement et revenez en position neutre.

Rotation des chevilles



Assoyez-vous le dos bien droit et tracez des cercles avec votre pied en tournant votre cheville dans un sens sans bouger le genou. Revenez au centre et répétez dans l'autre direction.

Des nouvelles de la Fondation

par Annie-Kim Gingras



Présentation du livre de recettes.

Notre livre de recettes!

1 056 \$ remis à la Fondation

Lancé en 2013 par le programme 0-5-30, conjointement avec Isabelle Bouchard diététicienne, *Notre Livre de Recettes* des employés du CSSS de Lac-Saint-Jean-Est, a permis de remettre 1 056 \$ à La Fondation de l'Hôtel-Dieu d'Alma. Charlie Desharnais, kinésiologue au programme 0-5-30 et en santé mentale est venue nous présenter le fruit de leur travail.

Le livre contient plus de 100 recettes rapides et simples, accompagnées de conseils santé. Il faut rappeler que toutes les recettes ont été fournies par les employés de notre CSSS et que tous les profits de la vente de ce livre sont remis à la Fondation HDA.

La Fondation tient à remercier les auteurs, Isabelle Bouchard et le comité 0-5-30 pour cette délicieuse initiative!

Pour vous procurer un exemplaire *Notre livre de recettes* au coût de 5 \$, communiquez avec Johanne Paquin, au poste 6259.



Mathis et Katherine
(photo : JM Decoste Photographie)

Pour le cœur de Mathis

Une levée de Fonds au profit des Amis d'Émile



En janvier 2014 à 26 semaines de grossesse, notre collègue Katherine Gaudreault, secrétaire médicale à l'admission, recevait un triste diagnostic : son bébé allait naître avec une malformation cardiaque, une hypoplasie du cœur du côté gauche. Ce n'est toutefois qu'après la naissance que le véritable état du cœur de Mathis allait pouvoir être évalué.

Après 2 opérations, l'état de santé de Mathis nécessite encore beaucoup de vigilance de la part de la jeune maman et de l'équipe de pédiatrie de l'Hôpital d'Alma. Toutefois, la sonde pédiatrique cardiaque nécessaire pour faire l'évaluation d'urgence du cœur des 0-5 ans n'est pas disponible dans notre hôpital. On doit alors utiliser la sonde adulte ou encore faire la route jusqu'à Québec.

C'est d'ailleurs cette expérience qui a investi Katherine Gaudreault de l'idée de mettre sur pied une levée de fonds au profit des Amis d'Émile, afin d'amasser l'argent nécessaire pour faire l'acquisition de cette sonde.

Les Amis d'Émile, fondé en 2007, ont pour mission d'augmenter la qualité des soins de santé donnés aux enfants du Département de pédiatrie, en faisant entre autres, l'achat d'équipements spécialisés ou de matériel destinés au bien-être des enfants.

C'est au Café du Clocher, qui soutient Katherine Gaudreault dans sa démarche, qu'aura lieu un brunch caritatif le 28 février prochain. En quelques semaines seulement, tous les billets ont été vendus!

Afin d'atteindre leur but et d'amasser les 10 800 \$ nécessaires, Katherine et le Café du Clocher ont fait fabriquer des tatouages temporaires qui seront vendus au coût de 2 \$. Pour les aider à atteindre leur objectif, nous vous invitons à vous procurer les tatouages! Communiquez avec la coordonnatrice à la Fondation au poste 6625, ou passez nous voir à nos bureaux au 6^e étage de l'Hôpital d'Alma!



Gagnez un voyage en 2015!

C'est un départ pour la vente des billets de la Loto-Évasion 2015! 39 000\$ en crédits voyages seront tirés en collaboration avec l'agence de voyage Michel Barrette. Le premier tirage aura lieu le 12 mars 2015 à la cafétéria de l'hôpital. Exclusivement réservée aux employés, médecins, retraités et bénévoles du CSSS de Lac-Saint-Jean-Est, cette loterie permet d'acheter de l'équipement qui améliore les conditions de travail des employés et la qualité des soins pour les usagers. Les billets sont en vente au coût de 156 \$ aux bureaux de la Fondation et auprès des vendeurs de la liste suivante. N'oubliez pas qu'il est possible d'étaler les paiements par retenues sur votre paie.

Liste des vendeurs

Lieu	Nom	Poste
Urgence	Sophie Simard	5597
Urgence	Rémi Tremblay	418 480-0377
Diététique	Doris Thibeault	2269
Pharmacie	Gilles Paquette	2289
Communications	Marie-Josée Simard	3361
Bloc opératoire - 1 ^{er} étage	Manon Gauthier	2224
Chirurgie - 1 ^{er} étage	Guylaine Maltais	2230
Périnatalité - 2 ^e	Hélène Potvin	6635
Services alternatifs - 3 ^e	Maude Lachance	5586
Santé mentale - 4 ^e	Michel Girard	7200
Médecine - 5 ^e	Josée Beaulieu	6628
Fondation - 6 ^e	Lucie Munger	6601
Fondation - 6 ^e	Annie-Kim Gingras	6625
Ressources humaines	Linda Desmeules	6613
Installations matérielles	Cindy Duchène	2272
CMDP	Carolle Dassylva	6653
Info-Santé / Info-Social	Rollande Côté	418 668-2441, poste 2222
CLSC	Doris Gaudreault	6303
CH Métabetchouane	Rachelle Tremblay	1214
CH Isidore-Gauthier	Lily Villeneuve	4421
CH Le Normandie	Joan Bouchard	3221

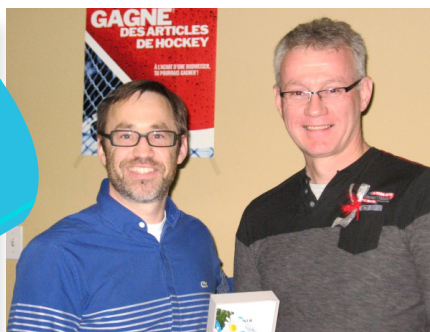
par Linda Desmeules Comité de reconnaissance

Les honneurs à nos employés

20 ans de service

En 2014, quatre employés du CSSS ont atteint 20 ans de loyaux services. Après discussion, il a été convenu qu'ils seraient honorés dans le cadre d'une activité d'équipe personnalisée à l'image de chacun d'eux. C'est donc en décembre dernier que les événements ont eu lieu.

Félicitations à Carol, Guy, Mylène et Peggy!



Guy Mérette, technicien en électronique
Entretien des installations
Date d'embauche : 1994-01-10



Peggy Tremblay, inhalothérapeute
Inhalothérapie
Date d'embauche : 1994-06-14



Carol Tremblay, maître-plombier
Entretien des installations
Date d'embauche : 1994-07-11



Mylène Larouche, préposée aux bénéficiaires
Gériatrie active
Date d'embauche : 1994-06-28

Bienvenue dans l'équipe!

par **Danny Côté**, directeur des ressources humaines

Embauches Octobre - Novembre 2014



Jackie Savard, tech. éducation spécialisée, liste de rappel cat4 2014-10-06



Audrey-Anne Tremblay, tech. éducation spécialisée, liste de rappel cat4 2014-10-13



Noémie Fortin, Thérapeute réadapt. physique, liste de rappel cat4 2014-10-15



Andrée-Anne Boudreault, tech. en diététique, liste de rappel cat4 2014-10-19



Ann-Julie Gagnon, inhalothérapeute, liste de rappel cat1 2014-11-17



Stéphanie Pelletier, prép. bénéficiaires, liste de rappel cat2 2014-11-25



Alexandra Duperré, prép. bénéficiaires, liste de rappel cat2 2014-11-25



Sara Tremblay, prép. bénéficiaires, liste de rappel cat2 2014-11-25

Des nouvelles de nos Stars de la qualité

Vous avez fait preuve de créativité ! Merci de vous impliquer dans l'amélioration continue de nos services! Vous êtes des STARS de la qualité ! Bravo!



Périnatalité

Dr Danny Harvey / Esther Desbiens

Fabrication d'une nouvelle ceinture pour l'isolette de transfert afin que les bébés soient attachés de façon plus sécuritaire.



Oncologie

Sandra Lapointe

Grâce à son initiative, une personne de l'équipe d'oncologie va chercher à son auto, 2 fois par semaine un usager qui se déplace difficilement, afin qu'il puisse recevoir son traitement qui ne peut être donné qu'en médecine de jour.



Archives

Sandra Lessard

Grâce au traitement rapide d'une demande d'une usagère, elle a permis à celle-ci de voir rapidement un spécialiste et a fait une différence dans sa vie. (Star reçu par la famille de l'usagère).

ERRATUM

Dans le numéro de décembre 2014, vous auriez dû lire :

Médecine Angéline Ouellet a proposé un outil adapté pour les préposés aux bénéficiaires pour l'échelle de Bristol.

CHSLD de Métabetchouan Projet du Comité milieu de vie

par **Carolynne Thauvette**, chef de programme,
personnes en perte d'autonomie

Dans le cadre du projet *Mon milieu de vie, mon village*, une fresque a été peinte à l'entrée du salon de coiffure au rez-de-chaussée du CHSLD de Métabetchouan, donnant ainsi l'aspect 3D d'une vitrine d'époque. L'objectif du projet est de créer un milieu de vie attrayant, convivial, réconfortant, stimulant et sécuritaire pour les résidents en éliminant l'environnement institutionnel. La première étape étant amorcée, nous poursuivons la réalisation en nommant les corridors par des noms de rues afin d'offrir une atmosphère de quartier tout en restant à l'intérieur. Plusieurs fresques thématiques sont à venir ainsi qu'un parcours historique de photos d'époques du CHSLD.

À quelle fréquence croyez-vous qu'un résident hébergé sort de l'établissement? La réponse vous la connaissez, alors c'est pour cette raison qu'il est primordial de leur offrir un milieu où ils pourront circuler dans l'établissement tout en ayant l'impression de sortir.



Au regard des personnes présentant des troubles cognitifs, la documentation confirme qu'en plus des facteurs neurologiques, il existe un lien important entre les conditions environnementales et les différents comportements dysfonctionnels pouvant se manifester. Il devient donc nécessaire de créer un milieu d'hébergement adapté qui contribue d'abord à la promotion de l'autonomie et de l'indépendance fonctionnelle et psychosociale et pouvant réduire, sinon éliminer, les comportements perturbateurs. Permet également une amélioration de la sécurité de la clientèle, les atmosphères distinctes permettront un repérage plus facile de leur environnement, diminuant ainsi l'errance, l'angoisse et le stress des personnes âgées avec pertes cognitives.

CHRONIQUE DU FURETEUR

TRP du soutien à domicile

par Isabelle Bouchard, infirmière clinicienne GMF
fureteur en herbe



Pour cette édition, le fureteur s'est promené sur la route et a croisé le chemin de Valéry Ouellet, thérapeute en réadaptation physique (TRP) du soutien à domicile. Nouvelle relève dans le domaine depuis 2012, avec une expérience déjà bien diversifiée en clinique privée et au sein de notre établissement, Valéry a accepté de nous partager son quotidien au travail.

D'entrée de jeu, quel est le rôle d'une thérapeute en réadaptation physique?

Tel que décrit par l'Ordre professionnel de la physiothérapie du Québec, nous traitons les limitations fonctionnelles du corps humain découlant de blessures ou de maladies affectant les muscles, les articulations et les os, ainsi que les systèmes neurologique, respiratoire et circulatoire. En gros, nous avons comme objectif d'améliorer ou de maintenir l'autonomie fonctionnelle et d'assurer le fonctionnement sécuritaire des personnes à domicile.

Dans ton travail, à quoi ressemble une journée type?

Mes journées vont souvent se planifier la veille afin d'effectuer les visites à domicile le lendemain matin. En après-midi, je suis présente au bureau pour la rédaction aux dossiers, planification des plans de traitements, effectuer des démarches et bien d'autres tâches afin de répondre aux besoins de l'usager. Il m'arrive aussi de rencontrer mes collègues de travail...

Justement, quels sont tes principaux collaborateurs en soutien à domicile?

D'une part, je collabore souvent avec mon équipe de travail en réadaptation physique dans laquelle il y a des ergothérapeutes, des physiothérapeutes et nous les TRP. Il y a aussi l'orthophoniste avec qui je collabore plus rarement. D'une autre part, il y a les professionnels en soins infirmiers, en psychosocial et en nutrition. Le soutien à domicile est une grande équipe multidisciplinaire travaillant ensemble à améliorer ou à maintenir le plus longtemps possible l'autonomie de la clientèle dans leur domicile.

Comment se déroule une visite à domicile?

Lors des premières visites, je fais une évaluation de base des capacités physiques et fonctionnelles de la personne concernée, et ce, en ayant toujours en tête sa sécurité. J'évalue son équilibre, sa force physique, sa vitesse de marche, sa capacité à se déplacer en me souciant d'un environnement bien dégagé. Par la suite, je vérifie les transferts au lit, l'utilisation de la salle de bain et des escaliers en vue de faire des recommandations d'équipements adaptés.

Une fois l'évaluation terminée, je travaille avec l'usager selon le plan de traitements établi. Par exemple, je le supervise à faire des exercices d'équilibre et de renforcement pour l'aider à conserver ses acquis et même regagner ceux perdus lors d'une hospitalisation récente. Il est à noter que 90 % des références proviennent de l'hôpital pour poursuivre le travail débuté en réadaptation. L'autre 10 % provient des médecins et de collaborateurs du milieu public et privé.

Je suis aussi appelée à faire des recommandations afin d'adapter les maisons selon les capacités physiques de l'usager comme ajouter une rampe d'accès à la porte d'entrée ou une barre d'appui au mur de la salle de bain.

Passes-tu beaucoup de temps sur la route?

Il est difficile d'évaluer le temps précis pour mes déplacements. Comme je suis rattachée au secteur Sud qui comprend Hébertville, St-Bruno et une partie d'Alma, je peux faire une moyenne de 25 à 100 kilomètres par jour.

Et pour terminer, le fureteur est curieux d'en connaître sur ta philosophie au travail...

Euh! C'est un peu difficile à dire au vol comme ça... Mais à bien y penser, j'aime mettre du positif et de la joie dans ma pratique auprès de la clientèle. J'essaie de ressortir les côtés positifs de la situation afin d'améliorer leur perception face à leur plan de traitements.

Merci beaucoup Valéry et bienvenue à la relève!



Une retraite bien méritée

par Linda Desmeules, comité de reconnaissance

Comme chaque année, le CSSS de Lac-Saint-Jean-Est soulignera la contribution des employés qui ont quitté pour une retraite bien méritée au cours de la dernière année, soit 2014. Cette année, ce brunch annuel se tiendra le **Dimanche 22 mars 2015, 10 h dans le Hall d'entrée du Complexe Jacques-Gagnon**. Les billets, au coût de 25 \$ par personne, seront mis en vente dès la première semaine de février au service de la perception de l'Hôpital d'Alma.

Retraités de 2014

NOM	PRÉNOM	TITRE D'EMPLOI	RETRAITE
Bélangier	Danielle	AIC / ASI	2014-06-07
Boily	Lucette	Messagère	2014-05-30
Bolduc	Lise	Infirmière clinicienne	2014-03-29
Bouchard	Christiane	Technicienne en administration	2014-10-03
Bouchard	Diane	Infirmière auxiliaire	2014-10-03
Bouchard	Nicole	Préposé à l'entretien ménager	2014-06-07
Bouchard	Sylvie	Infirmière	2014-07-25
Bouchard	Sylvie	Assistante chef tech. diététique	2015-03-06
Boudreault	Martine	Infirmière	2014-10-04
Boudreault	Shirley	Infirmière clinicienne	2014-08-01
Brassard	Diane	Infirmière clinicienne	2014-05-17
Côté	Cécile	Infirmière auxiliaire	2014-11-21
Côté	Gilles	Préposé à l'entretien ménager	2014-08-03
Côté	Jeanne	Infirmière	2014-09-19
Côté	Louise	Préposée à la stérilisation	2015-01-03
Desgagnés	Florence	Technicienne en administration	2014-03-31
Doré	Jocelyne	Technicienne en administration	2014-06-20
Drapeau	André	Intervenant en soins spirituels	2014-08-22
Dufour	Pierrot	Préposé aux bénéficiaires	2014-05-10
Fortin	Louise	Infirmière	2014-03-22
Fortin	Marcellin	Préposé à l'entretien ménager	2014-05-02
Fortin	Marie-Rose	Infirmière chef d'équipe	2015-01-02
Fortin	Sylvain	Ouvrier de maintenance	2014-07-04
Gagné	Claire	Préposée à l'entretien ménager	2014-05-02
Gagnon	Francine	Infirmière	2014-07-04
Gagnon	Jacynthe	AIC / ASI	2014-03-29
Gagnon	Laurianne	Infirmière	2014-07-05
Gaudreault	Ruth	Préposée à la centrale de messagerie	2014-06-14
Gauthier	Ginette	Préposée à la buanderie	2014-02-21

NOM	PRÉNOM	TITRE D'EMPLOI	RETRAITE
Gervais	Lynda	Infirmière auxiliaire	2014-09-21
Girard	Hélène	Infirmière auxiliaire	2014-10-11
Goulet	Pauline	Infirmière	2014-10-04
Guérin	Angéline	Infirmière auxiliaire	2014-11-21
Harvey	Diana	Infirmière chef d'équipe	2014-12-23
Imbeault	Marlène	Infirmière	2015-01-24
Landry	Linda	Agente administrative	2014-05-30
Lapointe	Pauline	Infirmière auxiliaire	2014-03-29
Larouche	Jocelyne	Préposée aux bénéficiaires	2014-11-28
Moreau	Johanne	Travailleuse sociale	2014-01-25
Paradis	Madeleine	Infirmière	2014-04-25
Perreault	Chantal	Physiothérapeute	2014-12-12
Plourde	Johanne	Infirmière	2015-01-18
Plourde	Madeleine	Secrétaire médicale	2014-06-28
Potvin	Marlène	Secrétaire médicale/chef d'équipe	2014-10-11
Privé	Édith	Infirmière	2014-12-05
Rioux	Martine	Infirmière	2014-06-07
Rodrigue	France	Technicien en éducation spécialisée	2014-04-12
Simard	Guylaine	Préposée à l'entretien ménager	2014-02-28
Simard	Monique	Préposée aux bénéficiaires	2014-07-26
Thellend	Charlotte	Psychologue	2015-01-02
Tremblay	Andrée-Marie	Infirmière auxiliaire	2014-09-06
Tremblay	Danielle	Agente administrative	2014-10-31
Tremblay	Elaine	Technologiste médicale	2014-05-02
Tremblay	Fabienne	Agente administrative	2014-05-31
Tremblay	Hélène	Technologiste médicale	2015-01-03
Tremblay	Rose-Yvonne	Téléphoniste	2014-07-12
Tremblay	Viviane	Agente administrative	2014-05-23
Turcotte	Laval	Buandier	2014-09-30



DANIEL TREMBLAY
Planificateur financier

FRANÇOIS TREMBLAY
Conseiller en finances personnelles

IL EST IMPORTANT POUR NOUS...

Il est important pour nous que votre conseiller ait une bonne connaissance de votre dossier au moment de la rencontre!

CONSÉQUEMMENT, NOUS NOUS ENGAGEONS À ...

... nous tenir informés de votre situation financière, de vos connaissances en matière de placement ainsi que de votre niveau de tolérance au risque! Nous nous engageons à considérer tous les éléments de votre vie personnelle et familiale susceptibles d'influencer nos conseils financiers, à vous rencontrer au moins une fois l'an afin de procéder à la mise à jour de votre situation financière et personnelle et de procéder aux ajustements découlant d'une modification de vos besoins et de votre profil financier!

CENTRE DE SERVICES SAGUENAY
1936, BOUL. MELLON
418 548-4683

CENTRE DE SERVICES JONKÉPRI
3690, RUE CABOT
418 548-4683

CENTRE DE SERVICES ALMA
410, COLLARD OUEST
418 668-3341



Desjardins
Caisse d'économie
Saguenay-Lac-Saint-Jean

Coopérer pour créer l'avenir

MARC ST-JEAN : DES CHIFFRES ET DES DOUBLES LETTRES!

À chaque édition de L'acSSSent le comité du journal est à la recherche d'un membre du personnel qui a une passion en dehors de son travail. Pour ce numéro, nous avons pensé à Marc St-Jean, physiothérapeute aux SAD. Plusieurs le connaissent, car il a travaillé 18 ans à l'hôpital. Marc est un passionné de hockey. J'ai été désignée pour le rencontrer. Non pas que ce sport m'intéresse, au contraire, je ne n'y connais absolument rien. La raison est qu'il était facile pour moi de jaser avec Marc puisque nos bureaux sont sur le même étage au CLSC Secteur-Centre. Je me suis présentée devant lui avec quelques feuilles et un stylo, mais il aurait fallu l'enregistrer! Je n'arrivais pas à écrire assez vite, à tout noter ce que Marc me racontait. Il défilait un après l'autre des chiffres, des dates et des années.

Marc joue au hockey depuis qu'il a 5 ans. À 48 ans, il joue encore 2 fois par semaine dans 2 ligues différentes. Cependant, il est dans la même ligue depuis plus de 20 ans. C'est maintenant une « ligue de bonshommes », ajoute-t-il en riant. En fait, c'est la ligue de l'hôpital qui regroupe des employés, conjoints d'employées ou retraités du CSSS. Ils en sont à leur 36^e année.

Au collégial, il a joué avec Les Jeannois. À 25 ans, après ses études à l'Université Laval, de retour en région en 1992, il devient entraîneur. Il l'est toujours, et ce, depuis 23 ans. Durant 2 ans il a entraîné une équipe féminine Midget AA (15-17 ans). C'est avec les yeux brillants qu'il m'annonce que son fait d'armes est d'avoir gagné la coupe Dodge Midget AA en 2012 et représenté le Québec au Championnat canadien à l'Île du Prince Édouard. Pour lui en tant qu'entraîneur, c'est sa plus belle réalisation.

Depuis une quinzaine d'années, il entraîne les Bantam AA-BB-CC. « Ce sont des gars de 13-14 ans et ça c'est de la compétition » me précise-t-il ayant vite compris qu'il doit préciser s'il veut que je le suive... Il aime beaucoup ce niveau. Selon Marc: « c'est le plus beau niveau, car à cet âge, tous les rêves sont permis pour accéder au niveau supérieur Midget AAA ou Junior Majeur ».

Des mois et des semaines bien occupés pour un coach!

La saison de hockey commence en août et se termine en avril. Marc me résume cela par : « Je les coache 2 fois par semaine et je coache 2 parties par fin de semaine ». Quoi? Répète-moi cela et traduis SVP. « Il y a 18 jeunes dans l'équipe que j'entraîne. On fait 2 pratiques par semaine et 2 parties par fin de semaine. Tu sais ce que ça fait un entraîneur au moins? » Ma réponse : Non et bien... peut-être un peu. Il a dû me l'expliquer, mais je vous en fais grâce ici. Les tournois l'amènent à se déplacer à l'extérieur de la région. À titre d'exemple quelques jours avant notre entrevue, Marc et son équipe arrivaient de Sept-Îles où ils avaient gagné le tournoi. Ils étaient partis le vendredi matin pour revenir le dimanche soir à 23 h 30.

Ses enfants jouent aussi au hockey

Marc et sa conjointe Judith ont deux enfants qui se passionnent aussi pour le hockey. Leur fils de 21 ans joue dans la ligue Junior AA. Ils vont régulièrement le voir jouer le vendredi soir (quand Marc n'est pas parti avec ses jeunes). Leur fille de 19 ans est aux études à Québec et joue dans le Collégial féminin. Elle est gardienne de but pour les Titans de Limoilou. « Elle est bonne! » ajoute Marc avec une fierté dans la voix. Ils vont la voir jouer presque chaque samedi soir. Quand ils sont libres (quand Marc n'est pas parti avec ses jeunes à l'extérieur), ils font l'aller-retour à Québec... presque chaque samedi!

Je n'en revenais pas! Moi qui vais à Québec seulement si j'ai une fin de semaine de trois jours. Vous imaginez ma surprise! Ils partent vers 16 h (car je vous le rappelle, Marc coache toujours une partie le samedi après midi) et reviennent pour se coucher vers une heure du matin parce qu'il coache une autre partie le dimanche. J'essayais de mettre bout à bout tout ce que Marc me racontait. Finalement je lui ai demandé de me dire à quoi ressemble sa semaine (ses soirées).

Legenda de Marc St-Jean en bref...

Le lundi soir : il joue.

Le mardi soir : il coache.

Le mercredi soir : il coache **et** joue.

Le jeudi : il est « off » (ouf ça se peut un soir sans hockey!).

Le vendredi : il va voir jouer son fils (s'il n'est pas lui-même en tournoi).

Le samedi : il coache **et** va voir jouer sa fille... à Québec.

Le dimanche : il coache **et** il va voir jouer son fils.

Est-il assez passionné à votre goût?

En plus de tout cela, Marc fait partie du comité organisateur du Tournoi de hockey provincial de la santé qui aura lieu à Alma du 27 au 29 mars prochain. Tous les profits seront remis à la Fondation de l'Hôtel-Dieu d'Alma. Ce n'est pas le but de cet article de décrire cet événement d'envergure, mais Marc tenait à souligner le besoin de bénévoles pour assurer le bon déroulement du tournoi. Si vous voulez vous impliquer, il y a de la place pour vous, passionnés de hockey ou non.



Marc et sa fille

Une victoire bien méritée!



Marc, sa fille et son fils

Babillard



Les résidents du CHSLD de Métabetchouan ont le plaisir de présenter la deuxième édition de leur livre de recettes.

Ce recueil a été créé dans le cadre d'ateliers de cuisine animés par les éducatrices spécialisées. Ces ateliers visent à remémorer les bons souvenirs et de valoriser les résidents.

C'est avec plaisir et fierté que les résidents partagent leurs connaissances afin que nous puissions déguster leurs réalisations culinaires.

Merci d'encourager tous les résidents qui ont participé de près ou de loin à ce livre de recettes disponible au centre d'hébergement.

Du 1^{er} au 7 février dernier se tenait la 25^e semaine nationale de prévention du suicide. Pour l'occasion, l'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) a déployé une vaste campagne de sensibilisation ayant pour thème «**T'es important-e pour nous. Le suicide n'est pas une option**». L'AQPS nous invitait à nous engager activement dans notre milieu en sensibilisant nos proches, nos collègues, employés ou usagers.

Chaque jour, trois personnes s'enlèvent la vie au Québec. Ce ne sont pas seulement des familles, des amis ou des collègues de travail qui en souffrent : c'est toute une communauté qui en est affectée. Malheureusement, nous vivons encore trop souvent ce drame dans la solitude et le silence. La Semaine de prévention du suicide est l'occasion d'en parler en diffusant les ressources d'aide et en travaillant ensemble pour faire en sorte que le suicide ne soit plus une solution pour mettre fin à ses souffrances.

Dans cette optique, les programmes des services psychosociaux généraux, de santé mentale adulte et Info-social ont uni leurs efforts pour contribuer à cette semaine de prévention en tenant un kiosque d'information pour distribuer du matériel de sensibilisation et offrir de l'information sur les ressources d'aide disponibles. Le filet de sécurité humain qu'on bâtit autour des personnes vulnérables et le sentiment d'appartenir à une communauté font partie des pistes de prévention. Le travail est d'ailleurs une source d'intégration sociale qui peut fournir

aux individus un réseau ainsi qu'un sens et une utilité. Notre milieu de travail peut donc devenir un facteur de protection efficace lorsque les bons outils sont déployés.



Catherine Simard, Jean Briand et Julie Fortin.

Pour plus de renseignements, visitez le www.aqps.info

Suivez l'AQPS sur facebook et partagez les messages de prévention : @preventionsuicide

Besoin d'aide pour vous ou pour un proche?

1 866 APPELLE (277-3553) (Centre de prévention du suicide-02) 811 (Info-social)

Un diplôme grâce à votre expérience, ça vous intéresse?

Le Service de la reconnaissance des acquis et des compétences, «**porte d'entrée**» dans un programme d'études professionnelles.

Faites valoir vos compétences afin d'obtenir un diplôme reconnu par le ministère de l'Éducation, du Loisir et du Sport, et ce, tout en continuant à travailler!

Inscrivez-vous dans l'un des programmes suivants :

- Secrétaire
- Secrétaire médicale
- Comptabilité
- Auxiliaire familial
- Préposé aux bénéficiaires
- Assistant technique en pharmacie

Et dans plusieurs autres programmes d'études offerts au Centre de formation professionnelle Alma... **Service personnalisé et gratuit !**

Marie-Andrée Beaulieu

Conseillère au Service de la reconnaissance des acquis et des compétences

Tél : 418 669-6012 poste 4056

marieandree.beaulieu@cslsj.qc.ca - www.cfpalma.com

CFP ALMA
Centre de formation professionnelle Alma

RAC
Reconnaissance des acquis et des compétences

Témoignage

Madame Lynn Renaud a obtenu son diplôme d'études professionnelles en Comptabilité en avril 2014. Après avoir rencontré une conseillère et déposé son dossier, une entrevue de validation faite avec une enseignante spécialiste lui a permis d'établir le bilan de ses compétences :

- Une ou des équivalences pour certains cours
- Des examens, sans avoir besoin de suivre des cours
- De la formation pour certaines compétences manquantes

« J'encourage quiconque à s'inscrire dans un programme d'études offert en Reconnaissance des Acquis et des Compétences. Nous bénéficions des mêmes services que les élèves inscrits dans un parcours traditionnel, mais sans avoir à perdre un temps précieux, et surtout notre motivation du même coup, pour de la théorie et des exercices déjà maîtrisés maintes et maintes fois dans notre parcours de travail. On étudie tout en demeurant en emploi! »

Intranet : Votre principal outil d'information s'améliore encore

Depuis son implantation en octobre 2014, plusieurs améliorations ont été apportées, suite à des suggestions reçues de la part des employés. La **traçabilité** est la plus récente. Elle permet d'un seul coup d'œil, de repérer quels documents vous n'avez pas consultés et ceux que vous avez déjà lus.

Si vous observez bien le nouvel affichage, vous remarquerez qu'une pastille orange recouvre le logo devant le nom de certains fichiers. Cette pastille indique que vous n'avez pas ouvert ce fichier.

Le nouvel affichage avec pastille est étendu à l'ensemble des onglets d'informations de l'intranet. Peu importe l'ordinateur utilisé, avec votre code d'utilisateur la **traçabilité** vous permettra d'avoir un aperçu rapide des fichiers non lus comparativement à ceux déjà lus.



Des fenêtres de recherche sont maintenant disponibles dans plusieurs catégories, notamment dans les sections Formulaires administratifs et Politiques et procédures où vous pourrez faire vos recherches par mot clé.

Vers un CSSS sans papier

Depuis le 1^{er} avril 2013, le Service des archives et les ressources informationnelles et télécommunications travaillent conjointement au déploiement du DCI dans l'ensemble de l'organisation. Sa mise en place amène l'utilisation de nouveaux outils électroniques dans le travail quotidien des intervenants. Parmi ceux-ci, soulignons le déploiement des formulaires en format électronique permettant la saisie directement à l'écran. De la même façon, nous avons procédé à l'installation de ce qu'on appelle « les clients légers » facilitant ainsi la mobilité de nos intervenants, à l'implantation de la feuille de persistance, laquelle est utilisée comme première page lors de la numérisation et finalement à l'impression centralisée, pour ne nommer que ceux-ci. Par ces innovations, nous contribuons à l'amélioration du service auprès de notre clientèle.

Ces nouvelles façons de travailler étaient devenues nécessaires puisque le point de chute de l'Ascension a vu l'ensemble de ses dossiers passés à la numérisation au début du mois de janvier. Il devient ainsi le premier site sans papier de notre établissement!

L'équipe des archives travaille présentement à la conversion en mode virtuel du point de chute de Métabetchouan et déménagera par la suite aux Soins à domicile, dès février.

Environ 55 000 dossiers deviendront numériques d'ici quelques mois et l'information pourra y être consultée par l'ensemble des intervenants où qu'ils soient, toujours via le DCI.

Bientôt, la phase II du DCI verra le jour. Le personnel soignant saisira les signes vitaux et autres informations directement dans le dossier clinique au chevet de l'utilisateur. C'est un dossier à suivre dans le prochain numéro.

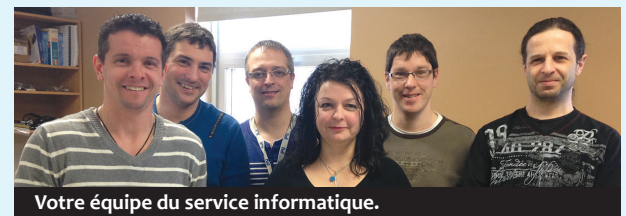


Votre Lotus Notes devient WEB

La dernière mise à jour des adresses électroniques Lotus Notes permet désormais de consulter vos courriels au travail, à la maison, ou ailleurs. La **mobilité** des intervenants dans leur travail étant devenue une priorité pour nous, la version WEB de Lotus Notes n'est qu'une autre amélioration mise en place pour eux.

L'icône Lotus Notes Web a été ajoutée dans l'intranet. Si vous désirez l'utiliser, la procédure « Utilisation de Lotus Notes Web » se trouve sous l'onglet « Direction des ressources financières, matérielles et informationnelles », section informatique.

Il ne vous restera qu'à placer une demande au support informatique afin de connaître le mot de passe initial attribué à votre adresse de courriel WEB. On attend vos demandes !!!



Votre équipe du service informatique.

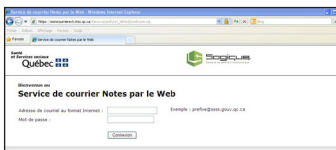
Procédure pour utiliser Lotus Notes WEB Version 9.0

IMPORTANT : Votre nouvelle version de Lotus Notes est maintenant disponible partout où il y a une connexion Internet. Vous pouvez donc consulter vos courriels à partir de votre résidence, d'un autre établissement, d'un café internet, etc...

1. Pour utiliser la version 9.0 de Lotus Notes WEB, deux options possibles :

- Où que vous soyez, ouvrez Internet Explorer.
Taper le lien suivant : <http://moncourrier.rtss.qc.ca/>
- Si vous êtes au CSSS de Lac St-Jean-Est, utiliser l'icône Lotus Notes WEB dans l'intranet

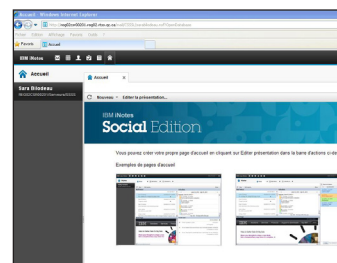
2. La fenêtre suivante apparaît :



3. Compléter en inscrivant votre adresse courriel (@ssss.gouv.qc.ca).
4. Saisir votre mot de passe.
5. Cliquer sur le bouton CONNEXION
6. Parfois, une deuxième fenêtre apparaîtra



7. Compléter en inscrivant votre adresse courriel (@ssss.gouv.qc.ca).
8. Saisir votre mot de passe.
9. Cliquer sur le bouton CONNEXION.
10. La fenêtre de Lotus Notes apparaît, vous êtes en mesure de l'utiliser. Cliquer sur l'enveloppe, vous aurez accès à votre courriel.



11. Pour avoir accès à l'agenda, il suffit de cliquer sur l'icône du calendrier.
12. Pour modifier votre mot de passe, cliquer sur le bouton « préférences ».
13. Cliquer sur l'option « sécurité » et cliquer sur le bouton « changer ».
14. Le bouton « aide » répondra aux questions que vous aurez concernant la configuration et l'utilisation de cette nouvelle version du courrier électronique. Le bouton « aide » est situé à droite de votre nom. ?

À lire, à découvrir

Par Émilie Guertin et Annie Choquette, Bibliothèque d'Alma



BIBLIOTHÈQUE
VILLE D'ALMA

VOYAGES : Suggestions à glisser dans la valise!

DOCUMENTAIRE



Vie et mort du couple : du dating au divorce

par Mme Chose, 2014

Vous connaissez certainement la pétillante Geneviève Pettersen, mieux connue sous le pseudonyme de Mme Chose, pour ses chroniques hebdomadaires dans La Presse +. Si vous aimez son humour décapant, glissez cette petite merveille de 176 pages dans votre valise. Bien étendue sur votre chaise longue, vous aurez un sourire idiot au visage et éclaterez de rire à la lecture de quelques passages, c'est garanti! Quiconque s'est déjà retrouvé en couple se reconnaîtra dans cette analyse mordante de l'évolution de la vie commune. Titre offert en version imprimée et numérique.



Partir autrement à la rencontre du monde : 15 pays, 20 initiatives de tourisme responsable

par Denise Landry et Rémi St-Gelais (2011)

Ce guide se veut un complément à la série télévisée Partir autrement diffusée par TV5. De la trentaine d'émissions tournées, cet ouvrage présente une vingtaine d'initiatives de tourisme responsable qui privilégient les échanges humains. Pour s'exposer à de nouvelles coutumes et secouer nos certitudes!

BANDE DESSINÉE

Chroniques de Jérusalem



Chroniques de Jérusalem (2011), Chroniques Birmanes (2007) et Shenzhen (2000)

par Guy Delisle

Guy Delisle, québécois d'origine, est passé maître dans l'art de la bande dessinée de reportage. Dans ses chroniques de voyage, on le suit dans différents points chauds du globe. Carnets de croquis en main, il relate des anecdotes cocasses et émouvantes, le quotidien des habitants des régions visitées et leur situation géopolitique.

ROMAN



Le chardonneret

par Donna Tartt, 2014

Attention, cette brique de près de 800 pages ajoutera certainement deux ou trois livres de bonheur à votre valise. Le rythme lent de ce roman d'apprentissage convient tout à fait aux vacances. Suite à une explosion dans un musée de New York, le jeune Théo se retrouve en possession d'un tableau nommé Le chardonneret. Sa mère ayant péri dans l'accident, il se retrouve seul au monde, sans repères, bousculé d'un foyer à l'autre. Seule cette œuvre qu'il garde secrète le suivra durant ses années d'errance. . . . jusqu'à ce qu'elle disparaisse et l'entraîne dans un engrenage dangereux. Roman disponible en version imprimée

JEU



Joe Connaissant : le jeu où on gagne à tout savoir

La bibliothèque offre depuis peu une sélection de quelques jeux de société. Joe Connaissant est un jeu questionnaire qui peut aisément égayer l'attente à l'aéroport et les longs trajets en famille. Chaque équipe doit résoudre le plus d'énigmes possible en 2 minutes en utilisant le moins possible d'indices afin

de marquer davantage de points. Le jeu comprend un plateau, mais il peut facilement être mis de côté pour s'amuser seulement avec les questions. À emprunter gratuitement pour une durée de 30 jours!

RESSOURCE EN LIGNE



Escapades pour chiens et autres idées

Les éditions touristiques du Québec

<http://www.partoutavecmonchien.com/>

Où voyager avec chien-chien? Ce site Internet répertorie, région par région, des ressources pratiques et ludiques pour un séjour au Québec réussi. À ajouter à vos favoris!



Cathay Turcotte
conseillère à la DSP et
coordonnatrice locale DCI



Isabelle Jean
chef du département de la pharmacie



Cookie

Un roman écrit par Sophie Bouchard,
originaire du Saguenay-Lac-Saint-Jean.



Bears of legend, Groupe originaire de la Mauricie
Vu en prestation à la Boîte à bleuets