

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

Activité de ressourcement pour le personnel administratif Êtes-vous Tintin, Milou, Haddock...?

Le Service de formation et du développement organisationnel en collaboration avec le syndicat des travailleurs et travailleuses du CSSSAM-N

Durant la semaine des secrétaires, deux dates importantes à retenir ! Une activité de ressourcement à l'intention de l'ensemble des agents administratifs et techniciens en administration du CSSSAM-N aura lieu les 22 et 24 avril selon le groupe auquel vous participerez. C'est un rendez-vous à ne pas manquer !

Peu importe votre installation d'appartenance ou votre secteur d'activités, lors de cette demi-journée, nous sillonnerons ensemble le merveilleux monde des relations humaines en partageant la vie de personnages qui ont certainement marqué votre imaginaire d'enfant et d'adulte. Qui d'entre vous ne connaît pas Tintin, Milou, le capitaine Haddock, les Dupont et Dupond et le professeur Tournesol ?

En nous inspirant de leurs aventures, nous allons partir à la recherche de nos propres talents et tenter de mieux comprendre notre réalité et celles de nos collègues. Nous explorerons l'optimisation de notre mieux-être en milieu de travail et comment dédramatiser ou désamorcer avec humour et simplicité certaines situations conflictuelles.

« Nul besoin de mettre le pied sur la lune, de monter à bord de La Licorne ou encore de pénétrer dans le temple du soleil pour vivre cette aventure. Il n'est pas question non plus de partir à la recherche du Lotus bleu, des sept boules de cristal ou des bijoux de la Castafiore. Il s'agit simplement de suivre les personnages d'Hergé dans une nouvelle aventure qui aura pour décor votre contexte de travail. » Renée Rivest, fondatrice de ReGain groupe conseil inc.

Surveillez les communiqués à venir !



Johanne Gravel, agente administrative au CLSC d'Ahuntsic



Diane Landry, technicienne en administration à l'Hôpital Fleury



Manon Piché, technicienne en administration au CLSC de Montréal-Nord



Michèle Thibault, technicienne en administration au Centre d'hébergement Laurendeau

Un recueil dédié à la fierté d'être parents

par Lucie Séguin, organisatrice communautaire



« Qu'on vienne d'ici ou d'ailleurs, la fierté d'être parents demeure un fait humain et un sentiment positif à l'égard de nos enfants. Le manifester, l'exprimer ou l'écrire, voilà une manière authentique de le dire... peu importe la langue ou le pays d'origine. » extrait du recueil *Parents et fiers de l'être*

recueil *Parents et fiers de l'être*

C'est sur cette base commune d'un sentiment universel que l'équipe des services intégrés en périnatalité (SIPPE) du CSSSAM-N, associée aux organismes *Pause-Famille* et *Repère*, a voulu favoriser la création de liens entre parents résidant dans le quartier d'Ahuntsic et issus de diverses communautés culturelles.

Plusieurs rencontres d'échanges dans le cadre de fêtes, d'événements, de dîners communautaires, d'ateliers ont permis la réalisation d'une œuvre collective qui signe et reconnaît l'apport immense des parents dans la vie de leurs enfants et leurs efforts de rapprochement interculturel. Cet engagement des parents permet à leurs enfants de se développer dans un quartier diversifié et harmonieux.

L'idée de recueillir dans un album des témoignages et des expressions de cette expérience conviviale et de cette fierté commune, afin d'en garder la trace, est venue de l'organisme *Pause-Famille*. Grâce à une subvention de l'arrondissement Ahuntsic/Cartierville dans le cadre du « programme de soutien aux initiatives communautaires liées à la diversité culturelle », un beau livre de mots et d'images et haut en couleurs sous le thème de la fierté d'être parents a vu le jour.

Le 7 février dernier, le CSSSAM-N était invité au lancement de ce recueil dans les locaux de *Pause-Famille*. Parents, partenaires, intervenants et plusieurs membres de la communauté soutenant la mission de cet organisme étaient présents et heureux de participer à cet événement.



Les intervenants tous partenaires confondus lors du lancement



Installations du CSSSAM-N

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) H3L 3T1

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

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

LE DON PLANIFIÉ : PARLONS-EN !

par Chantal Danis, directrice générale de la Fondation du CSSSAM-N

Il est de plus en plus fréquent de voir les organismes de charité miser sur un programme de dons planifiés. Ceux-ci assurent la pérennité de leurs actions au profit des institutions que chapeaute leur mission.

Un don planifié c'est poser un geste important maintenant qui aura un impact sur la génération future. C'est un geste par lequel le donateur, que ce soit une entreprise ou un particulier, transfère volontairement à un organisme de bienfaisance la propriété d'un bien dont la valeur est clairement vérifiable. C'est une façon de transmettre à ses héritiers les valeurs qui ont été les nôtres tout au long de notre vie. Ces dons font l'objet d'un traitement fiscal particulier, avantageux pour le donateur.

Il existe plusieurs façons de faire un don planifié dont voici les plus courantes :

Legs testamentaire

Partie de nos actifs qu'on laisse à une cause dans notre testament. Un reçu fiscal est émis à la succession pour le montant du legs testamentaire.

Police d'assurance

Il existe plusieurs façons de léguer une police d'assurance-vie à une fondation et dans chacun des cas, des avantages fiscaux s'y rattachent.

Dons en nature

Les dons en nature sont des biens valables tels que : maison, chalet, actions, que la Fondation peut vendre ou garder. Un reçu fiscal est remis au donateur pour la juste valeur marchande du bien donné.

Rente de charité et don d'un intérêt résiduel

La rente de charité et le don d'un intérêt résiduel.

Parmi toutes ces formes, la méthode la plus répandue à ce jour demeure le legs testamentaire. Selon le Centre Canadien de la philanthropie, 27 % de la population envisagerait de faire un legs testamentaire de charité si on leur demandait.

Le donateur peut choisir l'organisme correspondant à ses valeurs et ses intérêts. Il doit toutefois s'assurer que l'organisme est enregistré auprès de l'Agence du revenu du Canada.

APPEL AUX INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS

par Geneviève Chouinard, vice-présidente par intérim et agente de communication pour l'exécutif du CII

Après avoir pris le temps de mieux se découvrir et après avoir fait le plein d'énergie et d'idées, le nouvel exécutif du CII se lance dans la bataille avec la ferme intention de prendre les dossiers à bras le corps !

Semaine de l'infirmière

Afin de souligner la semaine de l'infirmière qui aura lieu du 11 au 17 mai 2008, nous souhaitons créer un comité qui comporte au moins :

- 2 infirmières par CLSC
- 2 infirmières par centre d'hébergement
- 3 infirmières pour l'Hôpital Fleury

Les gens intéressés peuvent communiquer avec nous d'ici le 31 mars 2008 :

- Marie-Sonia Breau, présidente du comité exécutif du CII, poste 8511
- Geneviève Chouinard, vice-présidente par intérim et agente de communication, poste 5411

Infirmières et infirmiers auxiliaires

Nous faisons appel à vous car nous voulons, entre autres, former un comité des infirmières et infirmiers auxiliaires (CIIA), afin :

- d'apprécier la qualité des soins infirmiers posés par les personnes qui exercent des activités d'infirmières auxiliaires;
- de donner son avis sur les moyens à prendre pour évaluer et maintenir la compétence de l'ensemble de ces employés;
- de faire des recommandations sur la distribution appropriée des soins dispensés par les infirmières auxiliaires.

Nous avons besoin d'une personne par centre d'hébergement, d'une personne pour les deux CLSC et d'une personne pour l'Hôpital Fleury.

Nous profitons également de ces quelques lignes pour remercier Joyce Wilkinson qui s'est beaucoup impliquée dans le CECII au cours de sa carrière et lui souhaitons une excellente retraite.

Dossier Pandémie

Des décisions parfois difficiles



par Élisabeth Lanoie, coordinatrice locale des mesures d'urgence et de la sécurité civile



Voilà un petit moment que nous ne vous avons plus parlé de pandémie d'influenza. Ce silence ne signifiait toutefois pas que nous avons cessé de nous préparer à cette perspective. Bien au contraire. Le fameux virus de la grippe aviaire poursuit son chemin à travers le monde. Heureusement, il n'y a toujours pas de transmission interhumaine efficace ou soutenue, mais un nouveau sous-type de virus Influenza (A/H5N1) est tout de même apparu.

Dans un tel contexte, il est vital de poursuivre notre travail de préparation. Les questions éthiques y figurent en bonne position, car il est clair qu'une situation de pandémie aura pour conséquence de diminuer les ressources disponibles alors que les besoins en matière de santé et en matière sociale augmenteront. Des choix devront être faits en fonction de lignes directrices clairement établies. Il sera peut-être nécessaire de passer outre certaines dispositions législatives, notamment au regard de la liberté individuelle. En fait les questions éthiques soulèvent des points tels que la fermeture de certains établissements, l'interdiction de se rassembler, etc.

L'expérience du SRAS à Toronto a fortement ébranlé le réseau de la santé torontois et plus largement canadien. L'Ontario n'était pas prêt. Suite à cette douloureuse expérience, une équipe de chercheurs du *Joint Center for Bioethics* a travaillé afin d'établir une position plus concrète. Ils ont ainsi défini 15 valeurs éthiques déterminantes. Pour les lecteurs intéressés, nous vous invitons à consulter le dossier pandémie présent sur l'intranet du CSSSAM-N.

Le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec a pour sa part sollicité l'avis du Comité d'éthique de Santé publique (CESP). Pour ce comité, la confiance et l'adhésion nécessaires face aux mesures proposées reposent en grande partie sur la perception de justice des mesures et sur la per-

ception que le processus de décision est lui-même juste, impartial, équitable et transparent. Aussi, leur avis a mis en relief la communication comme dimension éthique d'une gestion démocratique des risques et des choix sociaux soulevés.

Les recommandations du CESP se sont articulées autour des axes suivants :

- assurer une surveillance la plus complète possible,
- assurer le respect de la confidentialité et de la vie privée,
- assurer la qualité et l'efficacité de la surveillance, de manière équitable, entre les régions,
- assurer la diffusion adéquate de l'information et réduire le risque de stigmatisation.

C'est la raison pour laquelle le CESP insiste sur le besoin de soumettre à l'éclairage du débat public les enjeux d'une éventuelle pandémie, particulièrement ceux liés aux grandes stratégies de santé publique.

Le mot d'ordre que l'on peut extraire de tous les travaux en cours à l'échelle internationale est de se préparer. Des bases de prévention très simples doivent absolument être maîtrisées : le lavage des mains, tousser dans son pli de coude, détenir un masque à sa taille...

Il s'agit d'être prêt également dans sa vie personnelle. Comment vous organiserez-vous à la maison ? Qui ira travailler et qui s'occupera des enfants ? Avez-vous suffisamment de nourriture à la maison pour être autonome au minimum 72 heures comme que le recommande la Sécurité civile ?

Plus nous sommes préparés, plus il est facile de faire face à une situation d'urgence !

http://ethique.msss.gouv.qc.ca/site/fr_clinique.phtml



Le comité de sécurité des actifs informationnels du CSSSAM-N

sécurité de l'information : une responsabilité collective !

par Linda Lemieux, professionnelle sécurité informatique

Dans tout le CSSSAM-N, nous colligeons, utilisons et gérons une multitude d'informations, que ce soit dans des documents et dossiers imprimés ou dans diverses bases de données et autres systèmes informatisés. Sans ces informations, il nous serait difficile d'accomplir notre travail et notre mission auprès des usagers. Il est donc important de protéger toutes ces informations. De plus, en préserver la confidentialité et en assurer adéquatement la protection et la conservation représente une de nos grandes responsabilités.

À cette fin, un comité de sécurité des actifs informationnels a été créé en janvier et regroupe des représentants de chaque direction. Ce comité constituera un mécanisme de coordination et de concertation qui, par sa vision globale, sera en mesure de proposer des orientations et de faire des recommandations au regard de l'élaboration, la mise en œuvre et la mise à jour des mesures prévues au plan directeur de sécurité de l'information. Une politique de sécurité des actifs informationnels tracera les lignes directrices générales nous permettant de mettre en place les mesures de protection adéquates, qui guideront nos actions quotidiennes. Nous créerons et mettrons à jour prochainement les normes, procédures et directives en matière de gestion des accès aux données et aux systèmes du CSSSAM-N.



SÉCURITÉ INFORMATIQUE

La Fondation de la Visite

par Sylvie Laferrière, agente de financement et de promotion de la Fondation de la Visite

L'organisme communautaire *La Fondation de la Visite* existe depuis 1988. Il offre un service gratuit de soutien aux femmes enceintes et aux parents de nouveau-nés de six secteurs montréalais : Montréal-Nord (siège social), Bordeaux-Cartierville, Côte Saint-Luc/Hampstead, Hochelaga-Maisonneuve, Lachine/Dorval et Notre-Dame-de-Grâce.

Des mères et des pères de famille, appelés mères-visiteuses et pères-visiteurs, effectuent les visites auprès des familles qui résident dans le même quartier qu'eux. Ces aidants naturels, disponibles 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7, peuvent répondre aux situations d'urgence. Ils parlent français, anglais, créole, espagnol ou arabe, selon leur nationalité d'origine. En 2006-2007, ils ont accompagné 301 familles dont 226 provenaient d'autres origines culturelles. C'est pourquoi la Fondation possède aussi une expérience d'intervention en contexte interculturel. La durée moyenne du suivi auprès des parents est de 15 semaines, mais il peut se prolonger bien au-delà en fonction de leurs besoins. L'objectif premier est de briser l'isolement des familles d'ici et d'ailleurs.

En agissant sur le bien-être des parents et sur la création d'un environnement favorable, l'action des mères-visiteuses et des pères-visiteurs a des répercussions sur l'ensemble des membres de la famille et renforce

le lien d'attachement à l'enfant. *La Fondation de la Visite* a développé également une approche spécifique aux pères, dans le cadre d'un projet-pilote de pères-visiteurs en complémentarité à l'action des mères-visiteuses et d'une recherche-action « *Relais Pères* », pour promouvoir son rôle au sein de la famille, susciter davantage l'engagement paternel et mieux connaître ses préoccupations. Tous les types d'intervention sensibilisent

les familles à l'amélioration de leur qualité de vie et à la valorisation de leur rôle parental. En travaillant sur l'estime de soi des parents, ces derniers prennent en main leur avenir sur tous les plans.

Les services offerts par La Fondation de la Visite sont :

La visite à domicile : Au moins une fois par semaine, l'intervenant se rend au domicile des parents pour lui offrir une écoute, un soutien et une présence.

Les accompagnements aux diverses ressources : Ces activités sont très précieuses pour les parents. En plus de découvrir les ressources de leur quartier, les familles bénéficient d'une présence et d'une aide dans leurs déplacements.

Les appels téléphoniques : Les familles possèdent le numéro personnel de leur mère-visiteuse et de leur père-visiteur. Elles peuvent les rejoindre en tout temps pour les situations urgentes, et aux heures régulières pour des informations diverses, des conseils et surtout du soutien émotif.

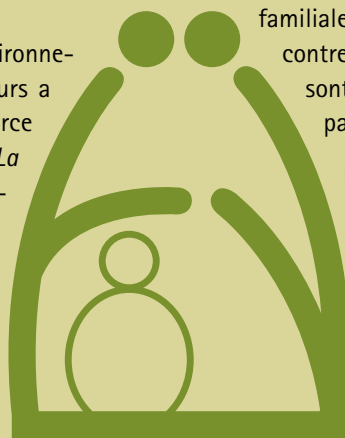
Les périodes de répit : Ces périodes favorisent les temps de repos, de détente, de formation et de loisirs des familles. Elles permettent aux parents de prendre du temps pour eux.

Les activités de regroupement : Les équipes d'intervention organisent des activités pour créer des réseaux naturels d'entraide, renforcer le lien avec les ressources du milieu et stimuler l'aspect ludique de la relation à l'enfant. Des fêtes familiales, des activités récréatives, des tournées de quartier et des rencontres interculturelles se font ponctuellement durant l'année. D'autres sont plus structurées : ateliers de formation, sessions sur les habiletés parentales et autres.

Le service de dépannage : Les familles visitées peuvent bénéficier, lorsque les articles sont disponibles, d'un dépannage d'urgence qui consiste à fournir du lait maternisé, des couches, des prêts de bassinettes, sièges d'auto, poussettes et autres équipements.

Les partenariats : L'équipe d'intervention a établi de solides partenariats avec les ressources communautaires, professionnelles et municipales des quartiers desservis. La Fondation travaille en intersectorialité. La participation aux tables de concertation, à des sous-comités ou à toute forme de regroupement local favorise le développement et la réussite du service.

Le travail et l'action de *La Fondation de la Visite* ont été reconnus par l'obtention de prix importants dans le domaine de la prévention et de la petite enfance. Le 30 octobre dernier, la Fondation était l'heureuse lauréate du 11^e Prix Marie-Vincent qui reconnaissait le travail des pères-visiteurs depuis 2003 auprès des pères. Ces marques de reconnaissance s'avèrent des sources de motivation pour poursuivre l'action de la Fondation.



Remise du prix Marie-Vincent en reconnaissance du travail des pères-visiteurs

Pour le plaisir des yeux

Pour égayer et réchauffer l'atmosphère de l'Hôpital Fleury, des décorations apparaissent mystérieusement dans l'entrée principale à plusieurs moments de l'année. Derrière elles, se cache Nicole St-Pierre, préposée à l'entretien sanitaire.

Elle s'était lancée dans l'aventure avec deux autres collègues Françoise Ouimet et Mario Laplante. Si, aujourd'hui, elle a perdu ses complices, Nicole n'a pas abandonné la partie : « *Je le fais pour le plaisir de la faire tout simplement et parce que je sais que cela fait plaisir aux patients, aux enfants surtout, et au personnel.* » Il faut dire que de nombreux collègues l'encouragent beaucoup à exercer sa créativité.

Nicole St-Pierre devrait prendre sa retraite d'ici quelques années, mais se dit toute prête à poursuivre ce travail de décoration qui donne une touche de convivialité au milieu hospitalier.

Bravo Nicole et merci!



Nicole St-Pierre





Un lieu de convalescence pour notre clientèle !

par Catherine Leblanc, coordonnatrice du continuum de services

Pour désengorger les urgences des hôpitaux Fleury et Jean-Talon et libérer des lits de courte durée en procurant à nos usagers un milieu de vie adapté à leurs besoins spécifiques à la suite d'une hospitalisation, une entente a été signée avec la Résidence Navarro.

Par conséquent, notre CSSS et celui du Coeur-de-l'Île bénéficient désormais d'un programme de lits de soins posthospitaliers en ressource non institutionnelle (RNI), à raison de 15 lits.

Cela signifie, que suite à un épisode de soins aigus, une hospitalisation ou un séjour à l'urgence, une personne aura la possibilité de profiter d'un séjour de convalescence afin de pouvoir regagner son domicile dans des conditions optimales.

Tandis que la Résidence Navarro fournit le gîte et le couvert ainsi que les services de soutien et d'assistance, les intervenants du CSSSAM-N en collaboration avec ceux du CSSS du Coeur-de-l'Île assurent les services professionnels.

Pour toute information complémentaire :
Catherine Leblanc,
514 327-0400, poste 7667



Clientèle cible

Personne inscrite à l'urgence ou hospitalisée répondant aux critères suivants :

- La personne âgée ou adulte en perte d'autonomie temporaire ou permanente dont l'état de santé est stable, les soins actifs sont terminés et pour qui le retour à domicile est compromis;
- La personne dont la condition biopsychosociale actuelle ainsi que son environnement physique et humain rendent incertain son retour à domicile;
- La personne avec un profil gériatrique ou en perte d'autonomie significative qui nécessite une convalescence, de la réadaptation ou de la rééducation pour une période n'excédant pas 12 semaines et dont le profil se situe à moins de 3h/soins par jour, et ce, en prévision d'un retour à domicile;
- La personne avec possibilité d'hébergement dont la condition présente un potentiel de récupération qui pourrait éviter ou retarder l'hébergement.
- La personne référée par le centre hospitalier en centre hospitalier de réadaptation (CHR) ou unité de réadaptation fonctionnelle intensive (URFI) et qui, après un séjour en réadaptation, a atteint un plateau qui ne lui permet pas le retour à domicile à court terme, et ce, en vue de déterminer l'orientation;
- La personne qui a un lieu de domicile identifié et toujours disponible dans la région de Montréal, donc le CSSS doit accueillir des usagers en provenance de tous les territoires de CSSS;
- La personne à domicile pour laquelle on voudrait évaluer la possibilité de récupération avant une orientation en longue durée évitant ainsi l'urgence ou l'hospitalisation;
- La personne en attente d'un programme existant dont la condition de santé est stable mais ne permet pas de faire des activités dudit programme dans l'immédiat (ex : en attente d'un lit de réadaptation en CHR ou URFI). L'attente aurait lieu en RNI-lits de soins posthospitaliers plutôt que dans un lit de soins de courte durée. Des activités de reconditionnement et de maintien seront réalisées.

La démarche d'agrément se poursuit...

par Michelle Le Blanc, conseillère cadre à l'amélioration continue de la qualité



La démarche d'autoévaluation est achevée ! Les résultats sont à l'étude dans les 19 équipes d'amélioration continue de la qualité.

À cette étape, il est louable de questionner les acteurs impliqués sur l'expérience qu'ils ont vécue lors de l'analyse des résultats. La participation des membres de ces équipes, soit des gestionnaires, des intervenants de différentes disciplines et de différentes installations, n'a pas été fortuite. Elle leur a fait prendre conscience d'ores et déjà de certains faits et elle est venue les questionner.

Ainsi, nombreux sont ceux qui ont réalisé l'importance du travail effectué dans les divers secteurs du CSSSAM-N. Pour cela, il fallait comprendre l'ensemble des processus liés aux divers services ou programmes. Or, les discussions ont précisément permis de saisir ces réalités et de mettre en relief l'indéniable interdépendance des personnes impliquées dans la prestation des services aux usagers. Certes, il est apparu que certaines pratiques se devaient d'être harmonisées tout en admettant que si des points de similitudes sont souhaitables et existent déjà dans les diverses installations de notre centre de santé, des différences sont également notables et peuvent avoir leur raison d'être. Chaque employé ou intervenant du CSSSAM-N supporte un rôle et c'est l'ensemble de ces rôles qui permet à la population d'obtenir les soins et services dont elle a besoin. Voilà qui est des plus intéressants, car en soulignant à nouveau cet état de fait, les membres des équipes se sont recentrés davantage sur l'usager, le résident, en gardant à l'esprit que des normes sont nécessaires, des normes qui leur permettront par ailleurs d'apprécier les réalisations dont ils auront été porteurs.

Rappelons que la démarche d'agrément vise l'amélioration continue de la qualité des services.



Des membres de l'équipe PALV- Hébergement - Arrière gauche à droite : Luc Mackay, Martine Fortin, Denise Simard, Marie-Claude Quirion, Denis Nuckle, Linda Monssen, Avant gauche à droite : Valérie Lanciault, Karine Sorel, Roseline Veilleux



Des membres de l'équipe du Département de biologie médicale, Denyse Villeneuve, Micheline Blondin, Isabelle Girard

VOX POP

Vous avez dit détente ?

par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication

Pour le numéro du mois de mars, nous avons organisé un petit VOX POP impromptu. Nous avons demandé à près de 70 personnes du CSSSAM-N quelles étaient leurs recettes pour se détendre. La question a suscité une bonne dose d'enthousiasme. Suffirait-il de parler de détente pour que se dessinent ses premiers effets ? Comme vous pouvez le deviner, les réponses ont été des plus variées. Tous les registres étaient présents, même si l'un d'eux a été évoqué mais aussitôt suivi « oui, mais n'écris pas cela » ou « non, je plaisante ! ». Si je me fie donc à cette non-réponse que presque chacun suggérerait avant de se replier dans la dénégation afin de ne pas passer pour une personne perverse, il n'en reste pas moins que le SEXE apparaît comme un moyen privilégié pour se détendre. Toutefois, il est troublant de le voir entouré d'un tel tabou surtout quand on voit combien il est galvaudé dans les médias et sur la scène publique. D'autres réponses n'ont nécessité aucune censure de la part des personnes interrogées. Dans le palmarès de la détente, les recettes gagnantes indiquées sont donc les suivantes :

- La lecture a été citée 20 fois
- La marche 19 fois
- La musique 15 fois
- Un verre de vin 14 fois

Pour mieux saisir quelles tendances prévalaient en matière de détente chez le personnel du CSSSAM-N, nous avons rassemblé l'ensemble des réponses données dans diverses familles thématiques. Le propos est certes subjectif, mais prenons-le pour ce qu'il est, c'est-à-dire un exercice de détente. Voici donc les données colligées :



- planification financière
- courtage en valeurs mobilières
- placements
- gestion privée
- succession
- assurances
- prêts

PASSEZ AU VERT TOUT POUR VOS BESOINS FINANCIERS

Accès, continuité et qualité des services en santé mentale



par Isabelle Gagné, conseillère cadre en communication

En déposant, il y a deux ans, son plan d'action en santé mentale 2005-2010 « La force des liens », le ministère de la Santé et des Services sociaux a donné le coup d'envoi aux changements importants et prioritaires que le réseau de la santé et des services sociaux montréalais s'apprête à vivre. Les CSSS seront les acteurs principaux de la mise en œuvre de ces changements.

Rappelons que :

- À Montréal, une personne sur 13 consulte chaque année pour un problème de santé mentale
- 60 % des personnes requérant des soins de 1^{re} ligne ne reçoivent pas ces services
- Plus de 1 300 personnes aux prises avec un problème consultent à l'urgence sans être prises en charge par un établissement ou un professionnel.

Tiré de Direction Réseaux, « Une démarche planifiée pour le mieux-être de la clientèle », vol. 3, n^o 20, 14 juin 2007.

Le nouveau modèle proposé prévoit la création d'équipes de première ligne en santé mentale dans chacun des 12 CSSS de Montréal pour améliorer l'accès, la continuité et la qualité des services à la population. À l'instar des autres CSSS, le CSSSAM-N se doit de développer les services de première ligne en santé mentale pour répondre aux besoins des clientèles adultes, jeunes et enfants.

L'action de l'équipe de première ligne en santé mentale se veut en continuité avec les services de première ligne existants. Elle s'adresse à toute personne présentant un trouble de santé mentale, qu'elle soit ou non prise en charge par un médecin de famille ou un pédiatre, ainsi qu'aux personnes ayant des troubles mentaux graves mais dont la condition est stabilisée. L'équipe de première ligne en santé mentale est la voie d'accès privilégiée aux services de deuxième et troisième lignes; elle servira à la fois de porte d'entrée, de lieu de traitement et de lieu intégrateur des soins offerts à la personne.

Au printemps 2008, le CSSSAM-N consolidera son équipe de première ligne en santé mentale dédiée à la clientèle adulte par l'embauche de 33 intervenants dont des travailleurs sociaux, des psychologues, des infirmières, des ergothérapeutes ainsi que des psychoéducateurs. À cette fin, un processus de recrutement a été lancé en janvier afin d'embaucher ce nouveau personnel.

Dans un deuxième temps, le déploiement de l'équipe de première ligne en santé mentale se poursuivra avec l'embauche de nouveaux intervenants pour répondre aux besoins des clientèles jeunes et enfants.

Pour le CSSS d'Ahuntsic et Montréal-Nord, le rehaussement des équipes de première ligne représente un levier majeur pour atteindre les cibles du projet clinique en santé mentale. Un défi de taille au plan du recrutement des ressources humaines, de l'accueil et de l'intégration au sein des équipes cliniques et au plan de l'espace physique.



Les bénévoles lors de la formation organisée à l'Hôpital Fleury le 16 janvier 2008

Des bénévoles très prévenants

Être bénévole dans une institution du réseau de la santé exige non seulement la volonté d'offrir du temps et de l'aide à des personnes en ayant besoin, mais également un certain bagage de connaissances.

Les bénévoles oeuvrant au CSSSAM-N n'ont pas dérogé à la vitalité qui les caractérise lors des ateliers de prévention des infections organisés à leur intention dans chacune des installations. Ils ont été très intéressés par l'information et tous les détails très pertinents à la compréhension du « pourquoi on fait de telle manière » et « pourquoi c'est important ».

Grâce à cet excellent échange, ils sont désormais dotés de meilleures connaissances en matière de prévention. Ils pourront ainsi mieux agir au quotidien, dans le respect de l'intégrité physique de celles et ceux à qui ils apportent du support.



Activités physiques : 69 réponses

Marche, gym, yoga, arts martiaux de combat, ski, natation, vélo, taï chi, cardio stretching, course à pied, Pilates, raquette, patin à glace

Épicurisme : 66 réponses

Verre de vin, restaurant, 5 à 7, manger, film, cinéma, massage, bain chaud, humour, amis, cocooning, s'asseoir et s'arrêter, danser

Intellect et arts : 42 réponses

Lecture, musique, peinture

Nature : 9 réponses

Plein air, jardinage, observation d'oiseaux

Manuel : 9 réponses

Construction, travail manuel, tricot, décoration

Philosophie de vie : 9 réponses

Spiritualité, méditation, Reiki, se parler, prendre la job avec du détachement, relativiser les choses

Domaine familial : 5 réponses

Temps en famille, enfants, faire du ménage

Espace virtuel : 3

Informatique, surfer sur le web, jeux vidéo (WII)

Hors catégorie : 3

Cigarette, manucure, exposition canine

L'ensemble des formules dénote un bel équilibre. Seule une personne a mentionné la cigarette comme moyen de détente. Il y aurait fort à parier que cette catégorie aurait remporté bien plus de suffrages si on remontait le temps de quelques années. Il ne nous reste donc plus qu'à vous souhaiter un bon entraînement physique, suite auquel vous pourriez vous abandonner avec plaisir aux pages de cet excellent livre qui trône sur votre table de chevet, avant d'aller en discuter avec vos amis devant un verre d'un magnifique millésime ! Bonne détente.

POUR PLUS D'INFORMATION, CONTACTEZ-NOUS
UN SEUL NUMÉRO **514 382-2742**

Siège social
2612, boul. Henri-Bourassa Est
Montréal (Québec) H2B 1V6
Télécopieur : 514 382-4933

Centre de service Fleury
2100, rue Fleury Est
Montréal (Québec) H2B 1J5
Télécopieur : 514 384-1335



Desjardins
Caisse populaire
du Sault-au-Récollet

Pâques

Des coutumes et des us



Fête païenne aux origines, Pâques célébrait le printemps et le renouveau lors de la première lune suivant l'équinoxe. Fête de commémoration pour le peuple juif, Pessah, elle rappelle le passage de la Mer Morte. Quant à la religion chrétienne, Pâques fête la résurrection de Jésus.

De nombreuses légendes entourent ce temps de l'année dont l'une liée à la Grèce antique. La déesse Perséphone, Proserpine dans la civilisation romaine, fille de Zeus et de Déméter, la déesse de la terre, se retrouva prisonnière des enfers. Toute à son désespoir, sa mère abattit la désolation sur la terre jusqu'au retour de sa fille. Le **Dieu des Enfers** et la **Déesse de la Terre** durent trouver un accord. Perséphone passerait la moitié de l'année dans le royaume des morts, sous terre, et l'autre moitié parmi les vivants. La période hivernale lourde de son absence symbolise donc la tristesse et la désolation tandis que le printemps célèbre son retour et donc la vie sur terre.

Les œufs, symbole pascal privilégié

L'œuf est avant tout un symbole universel du printemps car il représente le renouveau de la vie. La coutume des œufs colorés aurait pris naissance en Perse, dès 3000 avant Jésus-Christ. En divers lieux et diverses périodes, les œufs ont été entourés de coutumes. Ainsi, en Europe médiévale, la période du carême jetait un interdit sur les œufs. Il était interdit d'en consommer. Point de gâchis cependant ! Pour les conserver et distinguer les plus vieux des plus frais, ils étaient cuits et peints. Cette nécessité a engendré la tradition des œufs décorés.

Dans certains pays, la décoration des œufs est désormais considérée comme un art à part entière, tel qu'en Ukraine ou en Pologne. Un dessin est appliqué sur l'œuf à la cire d'abeille avant de le plonger dans de la teinture. Chaque œuf est unique. Si les russes orthodoxes ont pour habitude de manger des œufs lors du déjeuner du dimanche de Pâques après les avoir fait bénir à l'église, ils ont permis, par le biais du tsar Alexandre III et son fils Nicolas II, la réalisation de près d'une quarantaine d'œufs par le très célèbre bijoutier Fabergé.

Toutefois, point besoin d'or et pierres précieuses pour vous adonner au bricolage avec vos enfants et fêter à votre façon la période pascale et l'annonce du printemps. Un peu de peinture ou de teinture, quelques feutres de couleur, de la colle, des plumes colorées, toutes sortes de collants feront l'affaire. Soyez cependant prudents si vous comptez manger ces œufs par la suite. Utilisez des colorants alimentaires et veillez à ne pas les laisser plus de deux heures hors du réfrigérateur. Si vous souhaitez simplement vous consacrer à une activité ludique, il serait préférable de les évider.



Police de la ville de Montréal

Fusion des postes de quartier

Il va du Service de police de la Ville de Montréal (SPVM) comme du réseau de la santé. Il y a eu fusion. Désormais, Montréal-Nord et Ahuntsic ne possèdent plus qu'un poste de quartier chacun, à savoir :

Montréal-Nord

Poste de quartier 39
6100, boul. Henri-Bourassa Est [près du boul. Lacordaire]
Montréal-Nord (QC) H1G 5X3
Téléphone : 514 280-0139
Télécopieur : 514 280-0639
Commandant : Roger Bélair

Le poste 39



Ahuntsic

Poste de quartier 27
10416, rue Lajeunesse [près de la rue Prieur]
Montréal (QC) H3L 2E5
Téléphone : 514 280-0127
Télécopieur : 514 280-0627
Commandant : Carole Lalonde



L'équipe du poste 27

Priorités :

- Assurer une visibilité policière favorisant des contacts directs et réguliers avec la population
- Maintenir les efforts à l'égard de la criminalité des gangs de rue
- Améliorer le respect du code de sécurité routière par les conducteurs de véhicules routiers
- Accentuer la concertation et renforcer les liens avec nos partenaires
- Poursuivre des activités de rapprochement avec la communauté

Rappelons que le SPVM a pour mission de protéger la vie et les biens des citoyens; de maintenir la paix et la sécurité publique; de prévenir et de combattre le crime et de faire respecter les lois et règlements en vigueur (articles 48 et 69 de la Loi sur la police, L.R.Q. c. P-13.1). Pour cela, il travaille en partenariat avec les institutions, les organismes socio-économiques, les groupes communautaires et les citoyens et citoyennes de chaque territoire. C'est ainsi que plusieurs protocoles d'entente ont été signés avec le CSSSAM-N.

Pour plus d'information sur votre poste de quartier, consultez le site web de la SPVM : www.spmv.qc.ca

Fondation des maladies du cœur du Québec

Le CSSSAM-N se lance dans le concours 2008 !

par Marie-Claude Baril, coordonnatrice des activités d'alimentation et nutrition clinique



L'équipe des services d'alimentation et de nutrition clinique a inscrit le CSSSAM-N au concours piloté par la Fondation des maladies du cœur du Québec : « Sachez, chasser le sel caché, à la maison, au travail et à l'épicerie » qui s'est déroulé du 1^{er} février au 29 février 2008.

Les employés des centres d'hébergement de Louvain, Laurendeau, Légaré et Paul-Lizotte et ceux de l'Hôpital Fleury ont pu ainsi participer au tirage de prix relié à ce concours à condition toutefois d'avoir rempli un bulletin de participation et surtout de s'être engagé à adopter de nouvelles habitudes afin de diminuer leur consommation de sel. En effet, il s'agissait avant tout d'une activité de promotion de la santé. La liste des gagnants devrait être diffusée en avril 2008.

Extraits du dépliant du concours :

« En moyenne, les Québécois consomment chaque jour, trois fois plus de sel que la quantité recommandée. Le coupable ? Le sel ajouté à table et à la cuisson a une part de responsabilité, mais le principal coupable est le sel caché dans les aliments préparés comme les soupes, les sauces et les bouillons en conserve ou en sachet, les viandes fumées et les charcuteries, les repas prêts-à-manger et les mets du restaurant.

Le sodium, une des composantes du sel, est essentiel à la vie car il équilibre la quantité d'eau dans le corps humain. Cependant, il se transforme en véritable « tueur silencieux » lorsqu'il est présent en trop grande quantité dans l'organisme. Comment ? En élevant la pression artérielle, le sel augmente les risques de maladie cardiovasculaires et d'accidents vasculaires cérébraux. Même si certaines personnes sont plus sensibles que d'autres, il est avantageux pour tous de surveiller sa consommation de sel. »

La Fondation des maladies du Cœur recommande de ne pas consommer plus de 2 300 mg de sodium par jour (1 cuillère à thé de sel).





Les personnes âgées de notre territoire se disent satisfaites des services du CSSSAM-N

par Michelle Le Blanc, conseillère cadre à l'amélioration continue de la qualité

Une enquête de satisfaction révèle que 74 % des personnes âgées en perte d'autonomie se disent très satisfaites des services reçus du CSSSAM-N. Cette étude, réalisée par l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal conjointement avec tous les CSSS, a évalué la satisfaction de trois populations soit : les résidents en centre d'hébergement, les usagers des services à domicile (SAD) et les proches aidants d'usagers à domicile.

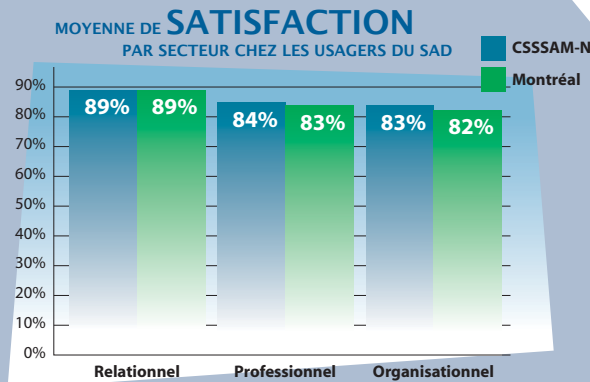
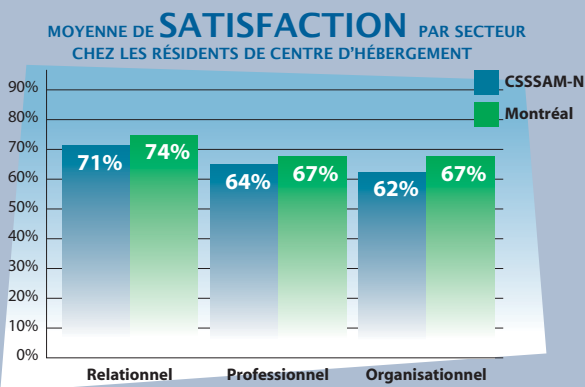
Les usagers recevant des services à domicile expriment le taux de satisfaction le plus élevé, soit 85 %. Cette proportion passe à 73 % pour les proches aidants et à 65 % pour les résidents en centre d'hébergement. Ces taux sont comparables à la moyenne obtenue par l'ensemble des CSSS de l'île de Montréal.

Moyenne des usagers très satisfaits selon les populations à l'étude, CSSSAM-N et la région de Montréal

	CSSSAM-N	Montréal
Résidents en centre d'hébergement	65 %	68 %
Usagers des services à domicile	85 %	84 %
Proches aidants	73 %	72 %

L'évaluation de la qualité des services s'articule autour de 3 secteurs : le secteur relationnel, le secteur professionnel et le secteur organisationnel.

Le secteur relationnel génère le plus de satisfaction pour chacune des trois populations à l'étude, soit 71 % de personnes très satisfaites en centre d'hébergement, 89 % pour les usagers SAD et 85 % pour les proches aidants. Le secteur organisationnel obtient un niveau de satisfaction plus faible.



Enfin, si l'on détaille davantage, dans le secteur relationnel, la confidentialité obtient la meilleure moyenne de satisfaction pour les résidents en centre d'hébergement et pour les proches aidants. Pour ce qui est du secteur professionnel, l'apaisement obtient le plus haut taux de satisfaction pour les usagers SAD et les proches aidants. La dimension solidarisation génère le plus haut de satisfaction pour les résidents en centre d'hébergement et le taux le plus faible pour les proches aidants. La dimension continuité des services du secteur organisationnel obtient la plus faible moyenne de satisfaction pour chacune des populations.

		Résidents en centre hébergement	Usagers du SAD	Proches aidants
Relationnel	Respect	74 %	93 %	84 %
	Confidentialité	77 %	89 %	91 %
	Empathie	57 %	86 %	84 %
Professionnel	Fiabilité	62 %	85 %	72 %
	Responsabilisation	66 %	84 %	68 %
	Apaisement	63 %	88 %	86 %
	Solidarisation	83 %	81 %	47 %
Organisationnel	Simplicité	67 %	84 %	80 %
	Continuité	42 %	71 %	53 %
	Accessibilité	na	92 %	65 %
	Rapidité	56 %	81 %	62 %
	confort	66 %	93 %	na

Un tel exercice d'évaluation n'a de sens que s'il est dirigé vers l'amélioration de la qualité des services. C'est pourquoi les équipes du programme Personnes en perte d'autonomie liée au vieillissement examineront plus en détail les résultats afin d'identifier les mesures à mettre en place pour améliorer les services.

Prix Racine Une hygiéniste dentaire du CSSSAM-N à l'honneur

Hygiéniste dentaire au CSSSAM-N, Elaine Bertrand a reçu le Prix Racine 2007 pour l'article scientifique qu'elle a publié dans la revue de l'Ordre des hygiénistes dentaires du Québec, *L'Explorateur*. Son texte est consacré au syndrome de Gougerot-Sjören, une maladie qui affecte les glandes exocrines et touche majoritairement les femmes. Nous vous invitons à lire cet article à partir du site web de la revue :

<http://www.ohdq.com/Ressources/Documents/Le%20syndrome%20de%20Gougerot-Sjoren.pdf>

Félicitations à Madame Bertrand !



Extrait de l'article :

« Le syndrome de Gougerot-Sjören est étroitement lié aux maladies du collagène. Vocabulaire sous lequel on regroupe bon nombre de maladies, comme le lupus érythémateux aigu, la sclérodémie, le rhumatisme articulaire aigu, la polyarthrite rhumatoïde. Ces maladies ont en commun l'atteinte diffuse du collagène et font partie de la catégorie des maladies « d'auto-agression » ou « auto-immune. »

Élaine Bertrand

Soins infirmiers Le recrutement, une question de mobilisation !

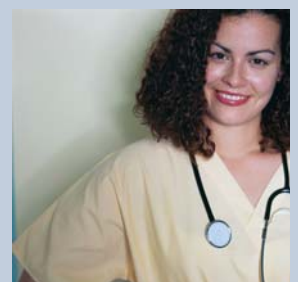
par Caroline Mathieu, conseillère en soins spécialisés et Joane Boulanger, adjointe à la Direction du programme de santé physique et à la Direction des soins infirmiers

Pour la deuxième année consécutive, une activité de recrutement s'est tenue à l'Hôpital Fleury, mobilisant ainsi des gens de deux directions. En effet, le dimanche 27 janvier dernier, près de 15 personnes de la Direction des ressources humaines et de la Direction des soins infirmiers ont participé à cette activité essentielle pour notre CSSS.

Vingt candidates à la profession infirmière et tout autant d'externes ont été convoqués, ce processus de recrutement regroupant des entrevues individuelles et de groupe. Les candidats retenus rejoindront les rangs de nos équipes de soins dès le mois de mai 2008.

Cette journée, fort agréable et fructueuse a exigé une préparation et de l'organisation mais, surtout, la participation de plusieurs acteurs. Nous souhaitons remercier tous ceux

et celles qui ont fait de cette journée, une belle réussite : Claude Marcil, Marielle Roy, Hélène Harbec, Claire Boucher, Caroline Roy, Monique Tremblay, Claire Émond, Luc Fortin, Cathy Morency, Nancy Lavoie, Gaétane Poulin.



Le fruit ou le légume de saison

L'épinard



par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication



Avec le printemps qui s'annonce, nous verrons sous peu de jeunes pousses d'épinards sur les étals des marchés. Le célèbre personnage de dessin animé, Popeye le marin, ne s'y était pas trompé. Il s'agit d'un aliment des plus riches en vitamines et en minéraux, sans compter sa teneur en lutéine et en zéaxanthine, deux antioxydants riches pour les yeux. Ce légume est à la base de plusieurs plats typiques de la Grèce et du Japon.

Que vaut une « portion » d'épinards ?¹

	Épinards crus 32 g/100 ml	Épinards bouillis, égouttés 95 g/125 ml
Calories	7	22
Protéines	0,9 g	2,8 g
Glucides	1,2 g	3,6 g
Lipides	0,1 g	0,3 g
Fibres alimentaires	0,7 g	2,3 g

¹ Source : Santé Canada. Fichier canadien sur les éléments nutritifs, 2005.

Nutriments les plus importants

Source de	Épinard cru		Épinard bouilli	
	Pour les femmes	Pour les hommes	Pour les femmes	Pour les hommes
Magnésium	Source	Source	Excellente source	Bonne source
Fer	-	Source	Bonne source	Excellente source
Manganèse	Bonne source	Source	Excellente source	Excellente source
Folate (vitamine B9)	Bonne source	Bonne source	Excellente source	Excellente source
Vitamine A	Bonne source	Bonne source	Excellente source	Excellente source
Vitamine K	Excellente source	Excellente source	Excellente source	Excellente source
Cuivre	-	-	Bonne source	Bonne source
Vitamine B2	Source	-	Bonne source	Bonne source
Vitamine B6	-	-	Bonne source	Bonne source

Bémol

L'épinard a tendance à parcourir de très grandes distances entre son lieu de production et son point de vente. Les producteurs à grande échelle sont clairsemés sur le continent, dont certains en Californie. Cet aliment est par conséquent mal coté en terme de « kilomètre-aliments », car source de pollution. Ce légume gagnerait à être davantage cultivé localement et de façon biologique.

Données extraites du site : www.passeportsante.net

Spanakopita

Ingrédients

750 g d'épinards en branche
2 oignons
1 bouquet de persil plat
1 bouquet d'aneth
1 paquet de pâte phyllo
3 œufs
150 g de fromage feta
huile d'olive
2 pincées de noix de muscade
sel, poivre

Préparation

- Équeutez les épinards et plongez-les 2 minutes dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les.
- Lavez, séchez et effeuillez les herbes avant de les hacher.
- Pelez et hachez les oignons. Faites-les blondir dans une poêle avec de l'huile.
- Battez les œufs en omelette. Y émietter la feta et ajouter les herbes hachées et les oignons blondis.
- Hachez grossièrement les épinards, ajoutez la muscade puis incorporez le tout aux œufs battus. Bien mélanger.
- Préchauffez le four 200°C (390°F).
- Badigeonnez d'huile d'olive quelques feuilles de pâte phyllo avant de les appliquer dans le fond d'un moule. Puis versez la préparation aux épinards, étalez-la avec une spatule et recouvrez de feuilles de pâte phyllo badigeonnées d'huile d'olive.
- Enfournez et faites cuire pendant 40 minutes.

8 mars 2008

Des femmes fortes font la force du monde

Début du XX^e siècle, en Europe et aux États-Unis, les femmes se battent pour de meilleures conditions de travail et le droit de vote. *La Journée internationale des femmes* tire son origine de ces manifestations menées par nos aïeules. Cette journée a été officialisée en premier lieu en 1977 par une résolution de l'Assemblée générale des Nations Unies et adoptée par de nombreux pays dont le Canada. Elle reste l'occasion, à l'échelle mondiale, de revendiquer pour l'amélioration de la situation des femmes et de faire un bilan.

Si les femmes peuvent se considérer choyées en Amérique du Nord, la situation est loin d'être analogue de par le monde, comme le souligne Jean-Michel Severino, directeur général de l'Agence Française de Développement : « Elles représentent 70 % du milliard de personnes vivant avec moins d'un dollar par jour. Alors qu'elles effectuent les deux-tiers du nombre total d'heures de travail, elles ne gagnent que 10 % du revenu et possèdent moins de 2 % des terres. » Elles subissent encore nombre de mutilations génitales, l'excision et l'infibulation, restent encore considérées comme de simples tributs guerriers, sont violées et cette liste pourrait se poursuivre à n'en plus finir.

Le thème du Canada pour la *Journée internationale de la femme* et la *Semaine internationale de la femme* 2008 est **Des femmes fortes font la force du monde**.

« Ce thème fait en partie référence à l'une des convictions fondamentales sur lesquelles repose le mouvement féministe moderne, à savoir que la place qu'occupent les femmes dans une société reflète le degré de civilisation de cette société. Il renvoie non seulement à l'autonomisation des femmes comme moyen de susciter des changements sociaux positifs et fondamentaux, mais aussi au rôle essentiel des femmes comme chefs de file, décisionnaires, dispensatrices de soins, éducatrices et artisanes de la paix internationale. Le thème fait aussi référence au fait que des femmes autonomes peuvent jouer et jouent un rôle fondamental dans les efforts de préservation et de protection de l'environnement naturel mondial. » Extrait du site web *Condition Féminine Canada*, http://www.cfc-swc.gc.ca/dates/iwd/index_f.html

Prochains numéros

Avril 2008
Parution : 11 avril 2008

Mai 2008

Annnonce de vos articles : 25 mars 2008
Tombée des articles : 2 avril 2008
Parution : 9 mai 2008

Édition

Marc Fortin, directeur général

Comité de rédaction

Agnès Bousson, directrice des communications
Estelle Zehler, rédactrice en chef
Carmen Dubé, technicienne en administration

Révision

Carmen Dubé, technicienne en administration
Isabelle Gagné, conseillère cadre

Graphisme et mise en pages

Le zeste graphique

Impression

Imprimerie Groupe Litho inc.

Tirage

1 700

Pour renseignements, commentaires ou suggestions d'articles :

Estelle Zehler : 514 381-4221 poste 8335
estelle.zehler.csssamn@sss.gov.qc.ca

Glossaire

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

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