

Anxiété de performance?

par Marie-Karlynn Laflamme
Directrice des communications et de la performance

J'amorce ma rentrée professionnelle cette année en vous faisant part d'une réflexion dont le partage, je dois l'admettre, revêt un objectif un tantinet thérapeutique. Les événements des derniers mois ont éveillé les plaques tectoniques de mon essence même, ébranlant certaines de mes valeurs et croyances, fissurant le mur des si minces certitudes que j'avais sur les objectifs de mon existence. Bon, je m'explique.

Je regardais les épreuves olympiques de plongeon avec mon fils de huit ans quand j'aperçois du coin de l'oeil une petite perle d'eau se frayer un chemin entre ses points de rousseur. Il se tourne vers moi, me regarde dans les yeux et me demande très sérieusement : « Maman, est-ce que tu vas m'aimer même si je ne vais pas aux Jeux olympiques? » J'étais soufflée par cette question aussi sincère qu'irrationnelle... mais quel était donc le lien entre mon amour maternel et des hommes qui vrillent en maillot?

« Hier tu as dit à papa que les parents doivent être vraiment fiers de leurs enfants qui sont

aux Jeux olympiques... mais je ne serai jamais capable de faire ça moi! » Brisé, émietté et broyé, voilà comment était mon coeur. Du coup, je venais de réaliser que je lui transmettais depuis un bon moment toute cette compétitivité malsaine, celle qui ne pousse pas à aller plus loin mais bien à se décourager à force de vouloir devenir extraordinaire pour se tailler une place dans notre société avide de héros.

Est-ce parce que nous avons été tsunamisés de super-héros au cours des derniers mois que cette question émergeait soudainement? Sont-ce les leaders étudiants, Pierre Lavoie ou encore les Olympiens qui ont contribué à réveiller ma faille de San Andreas existentielle? Je venais tout à coup de m'apercevoir que je passais ma vie à me sentir coupable d'être normale et que je transmettais ce sentiment débile à mes enfants, tout en passant à côté de l'essentiel...

Et c'est quoi l'essentiel? Certainement cette petite main qui a atterri sur la mienne accompagnée d'un « en tout cas moi je t'aime maman, même si t'es pas très sportive! »



Des nouvelles de votre Conseil multi



par **Doris Houle**
Présidente du CM

Votre conseil exécutif du CM a repris ses activités régulières et une réunion s'est tenue le mardi 25 septembre dernier. Le plan d'action 2012-2014 était à l'ordre du jour. Des discussions ont eu lieu au sujet de notre implication et celle de nos membres dans certains enjeux de la planification stratégique.

Cette année, la soirée vins et fromages n'a pas été retenue mais un dîner conférence ainsi qu'une activité lors de l'assemblée générale annuelle devraient figurer au calendrier 2012-2013.

Comme par le passé, nous vous encourageons à nous soumettre vos projets de comité de pairs. Si vous désirez des précisions sur la marche à suivre, nous vous invitons à communiquer avec Marc St-Jean, au poste 6260.

Il y a encore deux postes à combler au sein de notre exécutif ; invitation spéciale aux titres d'emploi et aux professionnels des secteurs non représentés au conseil actuellement. Pour de plus amples informations, contactez Doris Houle, au poste 6234.

Elle dépose sa plume...

par **Marie-Karlynn Laflamme**
Directrice des communications et de la performance

De sa petite plume attentionnée, elle nous apprenait, il y a quelques semaines, la fin de son implication au sein des comités du journal et de la Fête des 25 ans et retraités. Fidèle à elle-même, sans faire de vagues, d'un calme déconcertant rempli de gratitude, elle nous disait amorcer de cette façon, le détachement organisationnel qui la mènera, dans quelques mois, vers une retraite qui la fera sans doute voyager aux quatre coins du globe.

Notre chère Lucie Lajoie ferme pour de bon son encier, quelques mois avant de fermer ses chaudrons, nous laissant ainsi seuls devant nos coquilles, tant syntaxiques qu'alimentaires.

Nous souhaitons prendre quelques lignes de cette édition de L'acSSSent pour te dire merci, Lucie, de nous avoir partagé ton

amour de la langue française et d'avoir mis à contribution ton sens de l'organisation pour la réussite d'événements importants pour notre CSSS.

Chaque rencontre et activité passées en ta compagnie ont été des moments de pur bonheur. C'est avec tristesse que nous te disons au revoir mais c'est avec impatience que nous attendons tes cartes postales!!!

Nous te faisons une longue accolade, pleine de tendresse!

Les comités du journal et des 25 ans et retraités



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

Des gens avec l'accent... sur la vie!

Prochaine édition : décembre 2012
Tombée : 16 novembre 2012

Comité du journal

Marie-Claude Boudreault, Isabelle Bouchard, Isabelle Dufour, Marie-Karlynn Laflamme, Mélanie Lavoie, Michèle Phaneuf, Marie Potvin, Jocelyne Roy, Marie-Josée Simard et Monica St-Pierre.

Collaborateurs

Véronique Beaulieu, Manon Doucet, Cindy Fillion, Julie Fortin, Émilie Girard, Johanne Girard (Bibliothèque d'Alma), Doris Houle, France Thibeault, France Tremblay, Estelle Tremblay et Noémie Tremblay.

Vieille branche, Jeune pousse

L'équipe du journal l'acSSSent lance une nouvelle chronique

par **Monica St-Pierre**
Organisatrice communautaire Santé publique et préventive

Nous vous invitons à user de votre créativité pour nous présenter les séniors et les nouveaux arrivants de vos équipes respectives. La rubrique se veut un endroit privilégié pour offrir une petite tape sur l'épaule de vos concœurs et confrères expérimentés et un mot de bienvenue aux jeunes recrues.

L'équipe d'Action communautaire du CLSC aura l'honneur de lancer la chronique pour marquer les transformations qu'elle subit depuis une couple d'années avec le départ de son premier retraité, Paul Boivin et l'annonce de la retraite imminente de sa doyenne, Huguette Boivin, pour 2013. La petite équipe, composée de quatre organisateurs communautaires, est tissée serrée en raison de la faiblesse du nombre de détenteurs de ce poste très particulier, mais également parce que l'équipe est appelée à travailler en très étroite collaboration sur des dossiers communs ou interreliés.

Baptisée « m'man » par son équipe, Huguette est la mère protectrice de l'Action communautaire du CLSC. Engagée dans cette profession marginale depuis trente ans, elle s'évertue à la défendre tant au plan professionnel que syndical.



« M'man », comme l'équipe la surnomme affectueusement autant par respect pour son ancienneté que pour sa fibre maternelle, est celle sur qui on compte pour les décisions qu'on ne veut pas prendre, les orientations, les conseils éclairés, les grands engagements, les gros dossiers, les défis d'envergure. Le développement social, l'économie sociale, la consultation locale, l'élaboration d'un plan d'action local, la concertation, le réseautage... ses épaules peuvent en mener large!

« M'man », dans le milieu almatois, a une nombreuse progéniture. Certains de ses enfants ont d'ailleurs atteint leur majorité et rayonnent dans la

communauté. C'est le cas du Groupe Le Pas qui œuvre en santé mentale. En plus des organismes qui sont ses bébés, elle a servi de sage-femme pour plusieurs accouchements communautaires. Heureusement, par contre, ceux-ci n'ont jamais nécessité d'intervention médicale! Toutefois, sa spécialité reconnue régionalement, est sans contredit le développement de la concertation qui fait maintenant l'orgueil de notre secteur et qui porte indéniablement son empreinte génétique.

Huguette est une personne d'une grande chaleur. Vous aurez compris qu'elle a une personnalité chaleureuse, fort appréciée de l'entourage, mais si vous avez l'image de celle qui a toujours chaud et le visage bien rougeaud, c'est que vous la connaissez! Et si vous l'avez déjà côtoyée dans une des places d'affaires où elle a navigué, que ce soit au CLSC Secteur-Centre, dans l'édifice du Service régional Info-Santé/Info-Social ou au Pavillon Alfred-Villeneuve, vous la voyez entourée d'un amoncellement de boîtes et de documents non classés!

Depuis le premier départ à la retraite, de « petites jeunesses » ont rejoint les rangs de l'équipe communautaire pour de longs remplacements ou comme nouvelle détentrice de poste. Il y avait belle lurette que l'équipe n'avait pas reçu de nouvelles venues! Une fois les inquiétudes du départ dissipées par le talent et les habilités des nouvelles recrues, les anciens ont pu apprécier une relève prometteuse et engagée qui pourra elle aussi laisser sa marque dans la communauté de Lac-Saint-Jean-Est. Les Stéphanie (Plourde et Larouche) ainsi que la chaleureuse Lyne Sénéchal se sont rapidement imprégnées des approches particulières à l'intervention communautaire et ont plongé dans les dossiers locaux. Elles ont en commun un remarquable dynamisme, un intérêt certain pour les gens et les relations humaines et un grand désir d'apprendre et de se dépasser.

Bref, malgré sa dimension modeste au sein de l'organisation, l'Action communautaire dans notre CSSS ne semble pas près de s'éteindre avec le départ de ses deux imminents fondateurs et elle continuera à laisser des traces indélébiles dans le milieu!



Un mot de votre nouvelle commissaire aux plaintes et à la qualité des services

par Manon Doucet
Commissaire aux plaintes
et à la qualité des services



Comme certains d'entre vous le savent déjà, je suis votre nouvelle commissaire aux plaintes, en remplacement de votre collègue Marie-Andrée Tremblay. Je suis en poste depuis le premier août dernier et, déjà, j'ai pu apprécier votre cordialité, votre accueil et votre exceptionnelle collaboration. Cela me touche et je vous en remercie très sincèrement.

Je suis donc la petite nouvelle parmi vous qui arrive de Dolbeau-Mistassini, secteur Vauvert. J'étais à l'emploi du CSSS Maria-Chapdelaine depuis 29 ans. J'y ai été travailleuse sociale pendant 18 ans et les 11 dernières années, j'ai agi à titre de responsable des communications, de gestionnaire des risques et de coordonnatrice à l'agrément. De 2001 à 2006, j'étais également commissaire aux plaintes pour l'établissement. En 2006, la Loi sur les services de santé et les services sociaux a été modifiée, afin que cette fonction soit exclusive et qu'elle relève directement des conseils d'administration, pour garantir l'indépendance du commissaire. C'est pourquoi les trois établissements du Lac-Saint-Jean se sont unis pour créer un poste de commissaire aux plaintes et à la qualité des services à temps complet.

Ainsi, tout comme le faisait Marie-Andrée avant moi, je travaille deux jours par semaine à Alma, deux jours par semaine à Roberval et une journée par semaine à Dolbeau.

Je trouve mon nouveau poste très intéressant et très stimulant. Avec votre collaboration, j'ai vraiment l'impression que nous travaillons ensemble à améliorer les services lorsque c'est indiqué ou encore, à bien expliquer aux clients les raisons de nos procédés et de notre fonctionnement. Souvent, quand un client sent qu'il est écouté avec sincérité et compris dans les difficultés qu'il éprouve, cela réussit à abaisser la tension qu'il vit. Soyez assurés que j'offre la même écoute et le même respect aux employés, aux gestionnaires et aux directeurs qu'aux clients de l'établissement et, quand certaines mesures peuvent améliorer les services à la population, c'est collectivement que nous pouvons en être fiers!

En terminant, je veux vous assurer que je suis toute disposée à répondre à vos questions et à vous offrir mon support au besoin. N'hésitez surtout pas à venir me rencontrer, cela me fera toujours plaisir ou communiquez avec moi, au poste 3352.

Programme 0-5-30 Les rabais sont de retour!

par Noémie Tremblay
Kinésiologue

Des rabais vous sont offerts sur présentation de la carte d'identification d'employé du CSSS, aux endroits suivants :

- **Club Physico-Lac-Saint-Jean (Regain)** : Un rabais de 15% sur les prix réguliers et de 5% sur les promotions (en vigueur du 1^{er} septembre 2012 au 31 août 2013).
- **Centre Curves de Ville de Saguenay et d'Alma** : Un rabais de 15 % sur les abonnements annuels.
- **OStudio d'Alma** : Un rabais de 15 %.
- **Club de ski de fond Dorval** : 10 \$ de rabais sur la carte de saison en prévente (jusqu'au 1^{er} décembre 2012).

Dans le cadre du cours de Tonus-Stretching qui s'est tenu au CLSC Secteur-Centre à l'automne 2011 et à l'hiver 2012, deux prix de participation ont été tirés au hasard. Ainsi, les gagnantes d'un bon d'achat de 25\$ chez Sports Expert sont **Marie-Audrey Bergeron** et **Annie Poirier**. Félicitations!



Date à retenir...

Cette année le 5 à X
se tiendra
le jeudi 6 décembre
au Complexe Jacques-Gagnon.

Surveillez les formulaires
d'inscription qui seront
affichés dans vos services.

Nous vous attendons
en grand nombre!



Nouvelle plateforme de téléapprentissage

Formation continue pour les infirmières et infirmiers

par **Émilie Girard**
Infirmière clinicienne CECIL, Mission 1^{re} ligne

La formation continue occupe une place importante pour les infirmières du Québec autant que pour les dirigeants des différents organismes de la santé et des services sociaux. Elle permet la mise à jour des connaissances en plus d'améliorer les services et la qualité des soins dans une perspective de protection du public.

Depuis janvier 2012, la norme de formation continue est en vigueur. À titre d'infirmière, vous devez consigner les heures de formation que vous suivez au cours d'une même année afin d'en faire la déclaration lors de l'inscription au Tableau de l'Ordre. Ces vingt heures de formation doivent répondre à certains critères; sept heures doivent être accréditées. L'O.I.I.Q. travaille actuellement à la mise en ligne d'une nouvelle plateforme de téléapprentissage nommé « **Mistral** ». Cet outil améliorera l'accessibilité à la formation continue dans toutes les régions du Québec. En plus de faciliter l'accès à une panoplie d'activités de formation continue, elle offrira entre autres :

- un répertoire de formation continue (en ligne et en salle) offerte par l'O.I.I.Q. et par d'autres organismes;
- un calendrier des formations;
- un espace personnel où chaque membre pourra suivre le cumul de ses heures de formation (registre).

Les formations en ligne seront interactives, de durée variable et on y retrouvera des tableaux, des capsules vidéo, des textes de recherche et des présentations « power point ». Le coût pour ces formations variera entre 7 \$ et 100 \$ approximativement. À partir du moment de l'achat d'une formation en ligne offerte par l'O.I.I.Q., les participants disposent d'une durée de six mois pour la compléter. Concernant les autres fournisseurs, rien n'est encore statué. Après chaque activité d'apprentissage, la personne devra compléter un questionnaire d'évaluation permettant de mesurer ses nouveaux apprentissages qui mènera à l'accréditation, s'il y a lieu. Chaque formation proposée décrira la clientèle cible, les objectifs et le nombre d'heures de formation. Mistral permettra ainsi aux membres de choisir les formations correspondant le mieux à leurs besoins et intérêts professionnels.

L'O.I.I.Q nous informe que tous les efforts sont déployés pour livrer la plateforme **Mistral** le plus rapidement possible!

Hélène Jean a quitté ses fonctions au sein du CII. Nous tenons très sincèrement à la remercier pour sa grande implication au fil des ans.

Concours

Trouver un logo pour l'approche adaptée à la personne âgée

par **France Thibeault**
Conseillère clinicienne en soins infirmiers

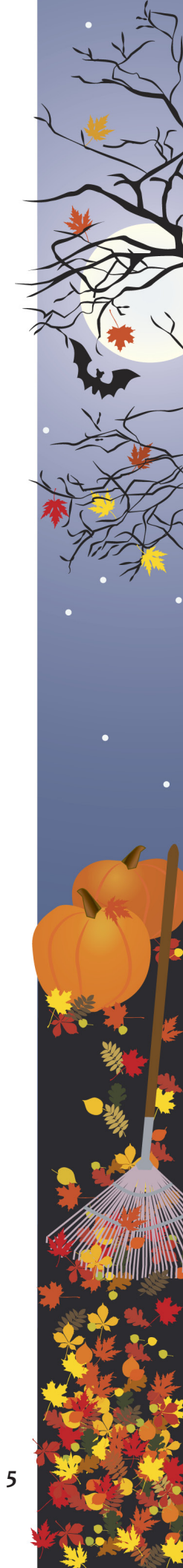
Pour débiter, je souhaite un bon retour de vacances à tout le personnel. Cette année, plusieurs d'entre vous ont suivi la formation sur l'approche adaptée à la personne âgée (AAPA). Dès cet automne, d'autres formations et activités vous attendent!

La direction des soins infirmiers tient à personnaliser l'AAPA dans notre établissement par un logo qui sera utilisé lors d'activités, de création d'outils ou autres.

Le concours s'adresse à tout le personnel de notre CSSS. Vous pouvez vous référer au document disponible sur les unités de soins, si vous désirez plus d'information sur l'AAPA.

À noter qu'un prix sera attribué au grand gagnant. Pour participer faites parvenir votre logo à la Direction des soins infirmiers et du réseau de services soutien à l'autonomie d'ici le 15 novembre 2012.

Je vous invite à participer en grand nombre.



Mesures d'urgence

par **Marie-Karlynn Laflamme**
Directrice des communications et de la performance

Depuis le mois de juin dernier, l'équipe des mesures d'urgence du CSSS travaille à répertorier les différents risques qui pourraient affecter la prestation de nos soins et services dans le cadre de la mise à jour de nos plans d'intervention en mesures d'urgence. Cette initiative s'inscrit dans le cadre d'un projet pilote émanant du MSSS qui vise à structurer et standardiser nos façons d'agir lors d'une mesure d'urgence, particulièrement lors d'événements reliés à la sécurité civile.

Que ce soit pour faire face à un tremblement de terre, à l'arrivée massive de patients reliée à un accident d'autobus ou encore à un bris électronique nous plongeant dans le noir de nombreuses heures, notre établissement doit être prêt à faire face à toute éventualité. Vous souhaitez en savoir plus sur ce projet?

N'hésitez pas à en parler à l'un des membres du comité... chacune de vos interventions peut nous aider à améliorer notre capacité à réagir en mesure d'urgence!!!

Votre comité :

Olivier Bellemare

Responsable de la sécurité

Marie-Karlynn Laflamme

Responsable des volets coordination et communication

Kim Larouche

Responsable du volet services santé

Eric Pedneault

Responsable du volet maintien des activités

Diane Roy

Responsable du volet santé publique

Martin Roy

Agent de sécurité responsable de la formation

Guylaine Roy

Responsable du volet psychosocial

Josée Simard

Responsable de la gestion des risques

Marie-Josée Simard

Responsable logistique

Sophie Simard

Responsable du volet santé physique

Julie Tremblay

Responsable du volet ressources humaines

Du 1^{er} au 16 novembre 2012

Campagne de vaccination

par **Véronique Beaulieu**
Chef du Service santé

La grippe saisonnière est non seulement une maladie très contagieuse, mais elle peut entraîner des complications qu'il faut prendre au sérieux. En plus de causer plusieurs désagréments comme la fièvre, la toux ou une fatigue intense, elle peut occasionner de graves complications. La meilleure défense demeure donc le vaccin antigrippal. Il est important de se faire vacciner chaque année pour se protéger et pour protéger son entourage ainsi que la clientèle.

La campagne de vaccination pour les employés se tiendra du 1^{er} au 16 novembre 2012 prochain. Le calendrier complet des séances vaccinales vous sera distribué prochainement. Ne vous laissez pas surprendre par la grippe!



Troubles de personnalité

par **Cindy Fillion**, thérapeute du comportement humain
et **Julie Fortin**, psychoéducatrice

Actuellement, notre CSSS, en collaboration avec l'équipe spécialisée régionale en santé mentale, procède à l'implantation d'un programme qui consiste en une offre de service pour le traitement des personnes qui ont des traits ou des troubles de la personnalité. En général, les traits ou les troubles de la personnalité résultent d'une combinaison d'expériences passées particulièrement difficiles et d'une grande sensibilité émotionnelle. De 12 à 14 % de la population générale souffrirait d'un trouble de la personnalité et la présence de ce trouble chez une personne est associée à une détérioration de sa qualité de vie comparable à celle vécue par des personnes souffrant de maladies physiques chroniques telles l'arthrite rhumatoïde et la maladie de Parkinson (Soeteman, Verheul & Busschbach, 2008). Les personnes qui ont cette problématique décrivent souvent des difficultés comme une humeur instable, des problèmes relationnels, des comportements impulsifs, une difficulté à savoir qui ils sont et à identifier des objectifs de vie. Les principes sur lesquels se base l'intervention auprès de cette clientèle sont : le contact d'adulte à adulte, la responsabilisation, le respect, la prévisibilité, la stabilité et la cohérence. Le programme de traitement, d'une durée d'environ deux ans, vise particulièrement ces difficultés.

Des trajectoires de services ont été établies selon le type de personnalité de chacun. L'encadrement thérapeutique spécifique et la structure du programme a démontré son efficacité dans d'autres régions du Québec¹ et comprend un suivi individuel ainsi que des rencontres de groupe dont l'objectif est la psychoéduca-

tion. Les personnes ont alors l'occasion de développer des habiletés comme la sagesse interne, la tolérance au stress, la gestion des émotions et la gestion des relations interpersonnelles.

Notre CSSS en est actuellement à l'identification de la clientèle. Les intervenants qui ont reçu une formation spécifique, se familiarisent avec les particularités du programme afin de débiter les phases de prétraitement. Cette étape s'effectue entre la réception de la demande de service et le début du traitement. Ainsi, il nous apparaît réaliste que le début de l'année 2013 marque la mise en place du premier groupe.

Pour obtenir plus d'information concernant l'offre de service régionale ou l'implantation du programme dans notre CSSS, vous pouvez contacter :

Cindy Fillion

Thérapeute du comportement humain, poste 7206

Julie Fortin

Psychoéducatrice, poste 6405

1. CSSS Québec-Nord, Clinique sans mur, Clinique le Faubourg Saint-Jean, CSSS de l'énergie, et autres. Voir Busque, H. (2010). L'approche dialectique comportementale en ressource non spécialisée : la recherche d'un équilibre gagnant. *Psychologie-Québec*, 27(5), P.18-21



LE CONSEIL DE LINE

Petit à petit, l'oiseau améliore son nid pour le plus grand profit de tous ceux et celles qui y font leur vie. — *Inconnu*

Vous rêvez de rénovation. C'est maintenant le moment de passer à l'action. En vous proposant des solutions de financement adaptées, Desjardins met tout en place pour vous aider à concrétiser vos rêves : l'Option Multiprojets, la marge de crédit personnelle, le prêt personnel Desjardins.

SIÈGE SOCIAL JONQUIÈRE 1936, boul. Mellon 418 548-4683	CENTRE DE SERVICES JONKÉPRI 3690, rue Cabot 418 548-4683	CENTRE DE SERVICES D'ALMA 410, Collard Ouest 418 668-3341
---	---	--

 **Desjardins**
Caisse d'économie
de la Métallurgie et des
Produits forestiers (SLSJ)
Coopérer pour créer l'avenir

La reconnaissance de soi

par France Tremblay
ARH

Cet article s'inscrit dans une série de deux portant sur la reconnaissance de soi. Ce premier article vous permettra de vous sensibiliser à l'importance de l'estime de soi et de vous amener à vous questionner sur la connaissance de vos forces, de vos capacités et de vos difficultés.

Dans un contexte où la mondialisation et l'individualisation s'inscrivent au premier rang, l'être humain est souvent négligé pour diverses raisons, entre autres, dû à la charge de travail à accomplir et au lot d'obligations pour ne nommer que celles-là... Ayant tous besoin du regard d'autrui, nous nous attendons à ce que notre supérieur, nos collègues, notre entourage reconnaissent ce que nous accomplissons. Cependant, nous avons personnellement un rôle primordial à jouer face à la reconnaissance de soi, puisque nous sommes en grande partie responsable de la façon dont nous construisons notre image. La bienveillance envers soi-même nous permet de développer notre confiance, notre estime de soi, à accepter nos essais, nos erreurs et nos lacunes.

Donc, n'attendez plus que les gens de votre entourage reconnaissent vos bonnes actions et prenez votre vie en main. Félicitez-vous pour vos bons coups, vos améliorations et dites-vous un compliment par jour!

Je vous invite également à prendre un moment de réflexion, afin de prendre conscience de vos forces, de vos qualités ainsi que de vos bons coups.

Voici quelques questions afin d'amorcer ce travail sur soi :

- Quels sont les trois mots qui vous décrivent le plus favorablement?
- Quelles sont vos principales forces et compétences? Comment les partagez-vous avec les autres?
- Quelles sont les réalisations dont vous êtes fiers?
- Avez-vous des talents que vous aimeriez développer?

Dans la prochaine parution, j'aborderai les impacts de la non reconnaissance de soi et les outils à utiliser pour rehausser votre estime de soi.

Pour plus d'information ou si vous estimez que vous auriez besoin d'aide afin d'être accompagné dans cette démarche qui peut être difficile, n'hésitez pas et prenez rendez-vous au **418-487-3650** (*programme de thérapie brève, confidentialité assurée*).

Il me fera plaisir de vous aider.

La civilité au travail

par Marie-Claude Boudreault
Conseillère en GRH, responsable de la politique visant à prévenir la violence et le harcèlement au travail

En mai dernier, la politique visant à prévenir la violence et le harcèlement au travail fut révisée et une procédure adoptée. Cette politique se veut un levier organisationnel afin de :

- Privilégier le respect des personnes en favorisant les comportements de civilité en milieu de travail;
- Créer des conditions favorables à la responsabilisation de chacun afin de maintenir un climat de travail sain et empreint de civilité;
- Informer et sensibiliser l'ensemble du personnel aux problèmes de violence et de harcèlement au travail;
- Établir un mécanisme interne pour accueillir et donner suite objectivement et avec diligence aux signalements formulés;
- Prendre les mesures appropriées visant à faire corriger toute situation jugée inacceptable.

Un comité, issu du comité paritaire en Santé sécurité au travail, a maintenant le mandat d'élaborer un plan d'action afin de promouvoir la civilité au travail. Surveillez nos activités!!!

Si vous vivez des situations ou avez des questions, vous pouvez contacter en toute confidentialité :

Votre supérieur immédiat au tout autre gestionnaire;
Votre représentant au comité SST;
Votre représentant syndical;
Le service Santé, poste 6646;
Le service de thérapie brève au 487-3650;
La responsable de la politique, poste 3323.

Utilisez-moi!

par Annie Brassard

Je m'appelle Annie Brassard et pendant quelques mois, je serai parmi vous afin de contribuer à la démarche de développement durable de votre CSSS. Mon mandat officiel consiste à concevoir une politique de développement durable qui reflète la vision et les aspirations de l'ensemble du personnel et des professionnels du CSSS de Lac-Saint-Jean-Est.



Cependant, dans les faits, ce sont les projets concrets qui font une différence. Vous ne m'avez peut-être pas rencontrée au cours des quatre dernières années, mais je donnais déjà un coup de main aux membres du comité de développement durable de l'établissement. C'est ainsi que l'équipe des services alimentaires a réduit l'utilisation de contenants jetables et changé certains produits pour d'autres plus écologiques, que l'équipe

hygiène et salubrité a mis en place un système de récupération multimatière, qu'elle utilise maintenant des produits d'entretien plus écologiques et meilleurs pour la santé, et que l'équipe des ressources humaines travaille continuellement à la qualité de vie et à la mobilisation du personnel.

Seulement, je travaillais dans l'ombre. À partir de maintenant, je travaillerai plutôt de un à deux jours par semaine ici, dans l'une ou l'autre de vos installations. Et je vous lance une invitation : vous avez des idées, des commentaires, des projets? Je suis là pour vous! Pour me joindre, composez le 3361.

Au plaisir de vous rencontrer,
Annie Brassard

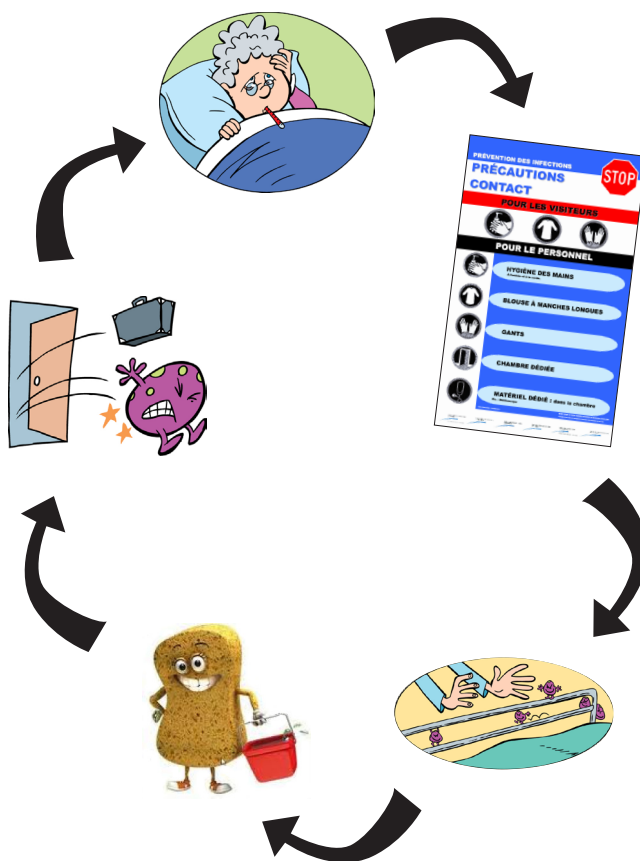
La prévention des infections Une responsabilité partagée

par L'Équipe de prévention
Annie Lavoie et Karine Larouche, *conseillères en prévention*

Afin de relever ensemble le défi de protéger les usagers contre les infections nosocomiales, tout le monde doit mettre l'épaulé à la roue.

Il est essentiel de reconnaître le rôle du personnel en hygiène et salubrité dans la chaîne de travail, car leur contribution est d'une grande importance. Ces intervenants possèdent les connaissances requises pour le nettoyage de l'environnement et des produits de désinfections à utiliser. Puisque l'information clinique ne peut être partagée par souci de secret professionnel, les outils de travail qui nous permettent de communiquer entre professionnels doivent être utilisés adéquatement.

Alors au personnel soignant d'analyser le type de précautions additionnelles à appliquer, mettre la bonne affiche à la porte de la chambre pour permettre aux personnes qui effectuent le nettoyage de déterminer les produits et les techniques à utiliser pour chaque situation particulière.



Le PDSB au cœur de nos interventions de soins d'hygiène en CLSC

par Estelle Tremblay
Ergothérapeute

En 1997, le CLSC se dotait d'une politique de soins d'hygiène pour faire face aux demandes accrues d'évaluation et de services d'assistance à la réalisation des soins d'hygiène.

La politique vise la dispensation de soins d'hygiène de manière sécuritaire tout en maximisant l'autonomie de la personne. La dernière version de la politique (septembre 2010) propose une répartition de la clientèle entre les ergothérapeutes et les infirmiers auxiliaires. Elle permet d'encadrer les infirmiers auxiliaires dans l'exécution d'une activité bien définie soit : recommander avec l'utilisation d'un protocole d'observation précis et pour une clientèle déterminée, les aides techniques ainsi que la méthode de transfert appropriée à l'usager lors des soins d'hygiène. Ils déterminent également le besoin d'assistance requis de l'usager. Cette politique est conforme aux exigences de l'Ordre des ergothérapeutes du Québec (OEQ) et les infirmières auxiliaires jouent un rôle clé à la prestation des services d'ergothérapie en tant que personnel non ergothérapeute.

L'ASSTSAS propose l'Approche globale de la situation de travail en PDSB :

Approche globale de la situation de travail



Selon ce modèle, le soignant effectue des tâches d'assistance à un client, dans un environnement avec des équipements dans un temps déterminé. Le tout étant géré par l'organisation de travail. Ce schéma de la situation de travail fait ressortir les liens entre ces différents éléments qui rendent chaque situation de travail unique.

C'est ainsi que le PDSB prend tout son sens. PDSB : Principes de déplacement sécuritaire du bénéficiaire. C'est en se basant sur ces principes ainsi que sur les connaissances en ergothérapie que le protocole d'observation a été construit, pour une clientèle bien précise, dans un environnement et avec des équipements bien précis.

Dans le cadre de notre politique, l'infirmière auxiliaire intervient par conséquent dans des situations de travail où la **personne** évaluée présente une condition de santé qui ne requiert pas la présence de l'ergothérapeute ou du physiothérapeute. Au niveau des **équipements** de transfert, quatre aides techniques ont été ciblées, lorsque l'**environnement** présente une baignoire standard. De plus, la politique prévoit le **temps** nécessaire afin que les **tâches** d'observation et d'hygiène soient réalisées de façon sécuritaire. Il est important de préciser que dans ce contexte, aucun usager ne va au fond du bain. C'est une douche en position assise sur l'aide technique appropriée qui est préconisée.

Par conséquent, toute clientèle, tout équipement ou tout environnement qui déroge du protocole de la politique de soins d'hygiène doit faire l'objet d'une consultation ou d'une référence en ergothérapie ou en physiothérapie.

L'application rigoureuse de la politique permet donc d'assurer à notre clientèle et notre personnel un maximum de sécurité lors des soins d'hygiène et de transferts, évitant ainsi tout risque d'accident et de conséquences majeures.

Ceci explique pourquoi notre politique s'intitule « Politique de dispensation conditionnelle de services d'aide à l'hygiène » car elle est conditionnelle à un environnement sécuritaire pour l'intervenant et l'usager lors d'une tâche de soins d'hygiène à l'intérieur d'un temps déterminé.

Qu'est-ce qu'on lit?

par Johanne Girard
Animatrice

Ces suggestions
de lecture vous
sont offertes par
la Bibliothèque
d'Alma
418 669-5104


BIBLIOTHÈQUE
VILLE D'ALMA

Tout a commencé à Monte-Carlo d'Elizabeth Adler

Après *Les nuits de Malibu* et *Un été à Saint Tropez*, voici un troisième opus pour le duo le plus sexy d'enquêteurs : Marc Reilly et Sunny Alvarez! La belle est furieuse, car son amant repousse continuellement la date du mariage. C'en est trop, elle rend la bague et fait sa valise, direction Monte Carlo. Pour oublier son chagrin, quoi de mieux que de faire les boutiques et de flirter avec toutes les tentations! Ses nouvelles rencontres l'entraîneront sur des chemins périlleux et des affaires un peu louches... Mais l'amoureux délaissé veille et est bien décidé à reconquérir sa belle en volant à son secours!

Tu seras notre enfant de Charity Norman

Pour la petite Grace, la vie commence par une tragédie : sa maman meurt dans un accident d'auto, alors qu'elle s'enfuyait de la maternité. Son projet d'offrir son bébé en adoption se retrouve donc bousculé, au grand bonheur d'un jeune couple de parents adoptifs d'une petite ville de la campagne anglaise. Toutefois, le père biologique de 17 ans décide de se battre en justice pour obtenir la garde légale de son enfant, avec l'aide de sa famille. Ainsi s'amorce l'histoire d'un terrible dilemme entre deux familles aimantes, issues de milieux totalement différents : tout ce beau monde ne souhaite que le bonheur de Grace. Qui l'emportera, les liens du sang ou liens du cœur?

La vie romantique d'Alice B. de Mélanie Gideon

Alice, accro de Facebook et prof d'art dans une école primaire, se demande si elle ne couve pas une petite crise de la quarantaine. Malgré une vie épanouie, dans un cadre aisé, elle ne cesse de remettre en cause sa vie et ses vingt années de mariage. Elle n'arrive plus à communiquer avec ses deux grands ados et son mari William, dont elle remet l'amour en doute. Un matin, elle trouvera dans sa boîte de courrier une curieuse invitation à répondre à un sondage sur le mariage du XXI^e siècle. Elle correspondra avec *Chercheur 101* sous le pseudonyme d'*Épouse 22*. Elle se livrera de façon très intime, les deux correspondants développeront une relation d'amitié et finiront par tomber sous le charme l'un de l'autre. Et si perdre le contrôle de leur vie était la meilleure chose qui pouvait leur arriver? Une comédie romantique, drôle, sensible et moderne, un vrai roman de «chick lit» quoi!

Sur mesure de Catherine McKenzie

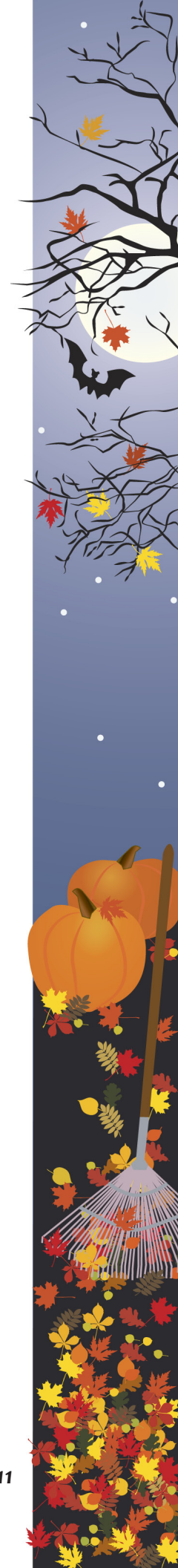
La vie semble sourire à Anne Blythe, belle, la trentaine, auteure populaire, vie aisée, bons amis. Sauf en ce qui concerne ses relations amoureuses. À l'aube du mariage de sa meilleure amie, elle décide de tout mettre en œuvre pour trouver enfin un compagnon de vie en répondant à l'offre d'une entreprise de mariages arrangés qui lui concoctera le match parfait. Elle s'envole pour le Mexique rencontrer son alter ego et l'épouser. Est-ce possible de trouver l'amour sur mesure? L'amitié et les concordances peuvent-elles suppléer à l'amour et la passion? Et surtout, même désespérée, peut-on faire confiance à n'importe qui? Une belle histoire, un conte de fées à l'envers, léger et rocambolesque.

Entre de bonnes mains de Abbie Taylor

Le thème très controversé du suicide assisté est exploité dans ce suspense. Une infirmière compatissante et passionnée par son travail se consacre nuit et jour au bien-être de ses patients, peut-être un peu trop. Quand l'une de ses patientes la supplie d'abrèger ses souffrances, elle fait le choix qui lui semble le plus humain. Mais quelqu'un l'a vue et cette personne est bien décidée à tirer avantage de la situation. L'auteure est médecin et trace un portrait fidèle de toutes les problématiques liées à la pratique, comme la déshumanisation des soins, la surcharge de travail et la solitude des malades.

Les Spellman contre-attaquent de Lisa Lutz

Il s'agit du quatrième tome d'une série de romans (qui se lisent très bien individuellement) relatant les aventures d'une famille légèrement déjantée de détectives privés de San Francisco, présentée dans une écriture empreinte d'humour, de sarcasme et d'ironie. Cette fois, Izzy, l'aînée de la famille, doit mener trois enquêtes de front, et des plus compliquées! Pendant ce temps, ses parents se demandent s'ils ne devront pas vendre l'entreprise pour assurer l'avenir de la fille cadette qui s'est une fois de plus mis les pieds dans les plats. Un thriller pas sérieux où tous les protagonistes semblent répondre à la même règle : éviter tout comportement normal.



Joyeuse Halloween!

Découpez ces poupées et amusez-vous à les déguiser avec vos enfants!

