



Gaspésie – Îles-de-la-Madeleine

No. 5 Printemps 2007

L'ANTIDOTE

Pour pratiquer la médecine autrement

www.antidote-gim.qc.ca

Les gagnants
du concours
Antidote 2007

Dominique Gagnon
et Jean-Hugues
Robert, conjoints
de médecin

Réflexions sur
ma vie « rurale »

L'album des
commençants
2006-2007

Dans la Baie-
des-Chaleurs,
les richesses
de la nature
en cadeau !

La ruée
« vert » l'Est

Venez vous
« ancrer »
au CSSS du
Rocher-Percé !



Gagnants du concours Antidote 2007

6 équipes gagnantes, 6 forfaits d'une semaine, 6 destinations.
On vous attend ! Bonnes vacances ! Une histoire à suivre...

Destination : Baie-des-Chaleurs

du 8 au 15 juillet 2007
Groupe de Montréal



Nathalie Gemme, Véronique Samuel-Thomassin, Sandra Jeannot, Sophie Ruffet, Elizabete Sobreira et Marie-Eve Tremblay



Destination : Rocher-Percé

du 22 au 29 juillet 2007
Groupe de Québec

Étienne Boiteau, Marie-France Jutras, Évelyne Chevrete et Guillaume Boiteau
Antonio Juan Su et Marie-Christine Chevrete (absents de la photo)

Destination : Haute-Gaspésie

du 23 au 29 juillet 2007
Groupe de Québec



Jonathan Brunelle, Véronique Groleau, Anthony Roy, Marianne Boulanger, Sarah Pépin-Gagné et Valérie Murphy-Laverdière



Destination : Rocher-Percé

du 4 au 11 août 2007
Groupe de Chicoutimi et Trois-Rivières

Jean-Philippe Garant, Ann-Claude Molo-Poirier, Sandrine Royer, Jami Breton, Yves Leduc, et Olivier Maynard

Destination : Îles-de-la-Madeleine

du 25 août au 1^{er} septembre 2007
Groupe de Sherbrooke



Élyse Baril-Guérand, André-Anne Richard-Denis, Geneviève Baril-Guérand, Simon-Pierre Landry, Jean-Philippe Morency et Jérôme Couture



Destination : Côte-de-Gaspé

du 25 août au 1^{er} septembre 2007
Groupe de Québec

Saber Labidi, Philippe Lachance, Geneviève Lalonde, Marie-Hélène Dufour, Alexandra Dufresne et Catherine Martin (absentes de la photo)

L'ANTIDOTE

Sommaire

No. 5 Printemps 2007

Coordination et réalisation :

André Boudreau

Collaboration :

Comité consultatif

Révision française :

Diane Turcotte

Conception graphique :

Azentic, Gaspé

Impression :

Imprimerie du Havre, Gaspé

3 parutions par année

Photographie de la page couverture :

Nelson Boisvert

Photographies :

André Boudreau
Bobby Balleine
Dr Alexandre Chouinard
Dre Johanne Landry
Jean-Guy Béliveau
Charles Bilodeau
Daniel Lambert
Bernard Demers
Dominique Gagnon
Line Danis
Marc Lusignant
Nelson Boisvert
René Bouchard
T. îles-de-la-Madeleine

Bande dessinée :

Hugh Langis

Ce magazine est produit par :

Agence de la santé et
des services sociaux
de la Gaspésie-
Îles-de-la-Madeleine

Québec



Archives :
www.antidote-gim.qc.ca

ISSN 1715-913X

2 Touriste? Ou...

4 Le Centre de santé et de services sociaux des Îles
Dominique Gagnon et
Jean-Hugues Robert,
conjoints de médecin

6 Grands territoires
et similitudes

Le site internet
« Antidote »
Gaspésie-Îles-de-la-
Madeleine avec vous
et pour vous !

9 Le Centre de santé et
de services sociaux
du Rocher-Percé
Venez vous « ancrer »
au CSSS du Rocher-Percé !

18 Le Centre de santé et
de services sociaux
de La Haute-Gaspésie
Réflexions sur
ma vie « rurale »

20 Postes disponibles
en Gaspésie et aux Îles

23 Le Centre de santé et
de services sociaux
de La Côte-de-Gaspé
La ruée « vert » l'Est

26 Le Centre de santé et
de services sociaux
de la Baie-des-Chaleurs
Dans la Baie-des-
Chaleurs, les richesses
de la nature en cadeau !

11

Beaucoup de travail,
beaucoup de peine

13

L'album des
commençants
2006-2007

Selon eux, le bien-être
qu'ils ressentent,
les expériences qu'ils
vivent sont trop difficiles
à expliquer. Ils sont
unanimes à dire, qu'il
faut absolument le
vivre pour bien
le comprendre...



Touriste ? Ou...

Chaque année, des centaines de milliers de personnes de toutes nationalités s'accordent un petit intervalle de plaisirs et de pleine nature en Gaspésie et aux Îles-de-la-Madeleine ! Ce n'est pas pour rien...

Choisir d'y vivre, c'est beaucoup plus que du plaisir, c'est un choix Santé, un « Antidote » pour l'avenir...

André Boudreau

Saison 2007

*C'est notre première visite chez vous, mais pas la dernière...
Avec les enfants, nous nous sommes baignés dans une petite fosse d'eau turquoise,
absolument magique, les enfants en parlent encore.*

*« De l'eau de Pâques » à la source de la grotte, au clair de lune, je n'ai
jamais bu de l'eau aussi bonne !
Si tu te mêles aux gens, tu découvriras encore plus beau.*

*Les dauphins nous suivaient de chaque côté du bateau, le pique-nique sur un banc
de sable, merveilleux!, merci Daniel!*

*Nous avons été reçus comme des rois
Voyage de pêche 2007 : rivières superbes et eaux limpides ! Incroyable !*

*Je reviendrai
Traverser aux Îles en voilier, m'a donné la piqure.
Un vrai « bouillon » de culture.*


*Nous avons passé la soirée sur le cap à regarder la lune se lever
et à sentir la mer, vous êtes vraiment privilégiés.
Mes amis avaient organisé un feu de joie sur la plage avec tous les enfants.
J'ai encore cette musique dans la tête.*

*On est allés voir les Perséides, étendus sur la plage emmitoufflés dans nos sacs
de couchage, à regarder le ciel. On a couché à la belle étoile wow !
Vous êtes chanceux de vivre dans un si bel endroit.*

*Les enfants ont passé toute la journée à faire des châteaux de sable et à se baigner.
Les enfants ne veulent plus partir, ils se sont fait des tas d'amis.*

*Ce matin, je suis allé directement au bateau chercher du homard pour le souper.
Si j'étais plus près, je plongerais tous les jours. Les sites sous-marins sont superbes.
Jamais je n'aurais pensé qu'un jour, j'aurais bu directement dans une rivière !*

*Trois jours en montagne, une vraie thérapie !
La vue est imprenable !*



Centre de santé et de services sociaux des Îles

Personnes ressources :

M. Germain Chevarie,
directeur général

Dr Marc St-Pierre,
directeur des services professionnels
et hospitaliers
marc.st-pierre.archipel@ssss.gouv.qc.ca

Dre Édith Grégoire,
chef du département de médecine
générale

Mme Line Danis,
agente de recrutement

Coordonnées

430, chemin Principal
Cap-aux-Meules
Îles-de-la-Madeleine (Québec)
G4T 1R9

Tél. : (418) 986-2121
Télec. : (418) 986-6845

Spécificités

Les Îles-de-la-Madeleine couvrent une superficie d'environ 202 km² répartis sur 80 km de longueur et comptent une population de 13 000 habitants.

La majorité des ressources médicales disponibles aux Îles-de-la-Madeleine sont regroupées à l'intérieur du CSSS des Îles.

Mission CLSC

Localisation des services : Cap-aux-Meules, Grosse-Île, l'Île d'Entrée, Bassin

Mission hôpital

Localisée à Cap-aux-Meules

- 30 lits de courte durée

Mission hébergement

- 72 lits d'hébergement de longue durée

Mission CRDI – TED

- Centre de réadaptation en déficience intellectuelle – troubles envahissants du développement
- 85 usagers

Volume d'activités

- Hospitalisation : 1 033 admissions
- Clinique externe : 30 317 visites
- Bloc opératoire : 1 447 visites
- CLSC :
 - volet services courants : 2 507 interventions
 - volet prévention et protection : 1 600 interventions

Service d'urgence

- Cap-aux-Meules : 20 990 visites

Budget annuel : 31 640 200 \$

Équipe médicale

Médecins de famille (22 membres actifs)
Médecins spécialistes (9 membres actifs)

Formation médicale

Le CSSS des Îles est associé à l'Université Laval et reçoit des externes et des résidents en médecine familiale. De la formation médicale continue est aussi offerte sur place.

Particularités sur place

Établissement pionnier dans le développement de la télésanté, en partenariat avec le Centre hospitalier universitaire de Québec.

- Prime d'installation et primes de maintien : consultez le nouveau cadre de gestion des mesures incitatives sur le site Web www.antidote-gim.qc.ca
- Prime d'isolement selon les ententes négociées (MSSS/FMSQ) : Annexe 20 de l'accord-cadre.
- Primes de disparité régionale :
 - 8 441 \$ par année avec dépendants.
 - 5 626 \$ par année sans dépendants.
- Frais de déménagement payés.
- 4 déplacements payés par année, pour ressourcement.
- 1 sortie annuelle payée pour le médecin et chacun de ses dépendants.
- 20 jours de ressourcement payés par année après un an d'exercice.
- Médecin spécialiste : Primes de revalorisation et primes de rétention.
- Tous les autres avantages de région « isolée ».

<http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/organisation/medecine/medregion.html>



Dominique Gagnon et Jean-Hugues Robert, conjoints de médecin

Par Marie-Ève Langelier et Véronique Poirier

Stagiaires Projet-Défi

Pratiquer la médecine aux Îles-de-la-Madeleine dans un hôpital donnant sur la plage, où on voit la mer tous azimuts, où le vent nous porte en voile, où les sports nautiques sont à portée de main... c'est alléchant non ? Mais qu'en sera-t-il pour mon conjoint ? Et, risquons-nous l'isolement?

Dre Rosalie Moreau, son conjoint Jean-Hugues Robert et ses enfants Arnaud et Nataël au Concours de Châteaux de sable

Médecin aux Îles... aussi bien pour les conjoints !

Les Îles-de-la-Madeleine recèlent des trésors cachés quant à la possibilité de s'y trouver un emploi. Dominique Gagnon et Jean-Hugues Robert nous parlent de leur vie en plein golfe du Saint-Laurent.

Un passionné conquis par l'authenticité des Îles

C'est l'hôtellerie qui a amené Dominique Gagnon ici il y a déjà 16 ans. Travaillant à la Table des Roy, restaurant de fine gastronomie madeleinienne, il aime être en contact avec les gens du pays, vit au rythme des Îles et développe une sensibilité aux causes environnementales. Après avoir fréquenté le milieu pendant quelques années, il décide de s'y investir plus activement. S'intéressant à tout, il devient bénévole pour le Concours de Châteaux de sable et se retrouve bien vite impliqué dans la fondation de la corporation de cet événement annuel. De plus, il donne un deuxième souffle à la télévision communautaire en réalisant plusieurs productions dépeignant la vie aux Îles.

Il agit maintenant comme Président du conseil d'administration d'Attention Fragiles, un organisme pour la protection de l'environnement. Secrétaire pour l'Association de tourisme Îles-de-la-Madeleine, Dominique s'implique également dans la Société d'Aide au Développement de la Collectivité (SADC) et dans la ZIP (Zone d'Intervention Prioritaire).

Dans ses temps libres (oui, il lui en reste encore !) il reçoit les touristes au gîte qu'il a créé. La description de son brunch dominical entièrement concocté de produits locaux nous a vraiment mis l'eau à la bouche ! On retrouve aussi Dominique comme maître d'hôtel au Vieux Couvent.



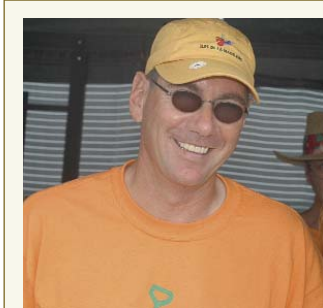
Tu peux jouer avec moi dans mon carré de sable, il y a de place...



Le travail abonde dans l'archipel et Dominique en est une preuve vivante. Il nous livre d'ailleurs quelques statistiques : en 1993, les Îles abritaient cinq petites entreprises dans le secteur des produits du terroir. En 2006, on en dénombre 33, offrant plus de 125 produits. Les permis de location de maison, de 35 en 1993, sont passés à plus de 400 à l'heure actuelle et le nombre de gîtes, initialement de 9, a maintenant plus que quadruplé.

Et que lui réserve le futur? Dominique avoue en avoir pris un peu trop à sa charge. Il désire donc consacrer ses énergies aux causes qui lui tiennent le plus à cœur.

Pour conclure, il se dit enrichi par son implication et touché par le milieu. Son conseil: « Il ne faut pas avoir peur de se lancer, c'est une communauté dynamique et inspirante. »



« Je me suis senti chez moi, j'avais envie d'aller nulle part ailleurs ! »

Dominique Gagnon, conjoint du Dre Édith Grégoire

Un papa à la maison

Aux Îles depuis trois ans, Jean-Hugues Robert, conjoint de Dre Rosalie Moreau, a opté pour une vie proche de ses enfants. Il suit de près les premiers pas, premiers dessins, progrès et cheminements de ses deux garçons, N a t a e l (6 ans) et Arnaud (2 ans). Formé en histoire, il a enseigné à l'école secondaire des Îles et s'est fait offrir par le Musée de la mer et la Corporation du Parc de Gros Cap la prise en charge de plusieurs projets de recherche. Sa passion pour le cinéma l'a amené à s'impliquer pour KinOcéan, un regroupement de cinéastes amateurs. S'engageant lui aussi dans la vie communautaire des Îles, il siège au c.a. du Centre de la petite enfance La Ramée. Ses projets ne s'arrêtent pas là ! Il a récemment fondé une nouvelle entreprise, les Éditions la Morue verte, qui publiera un premier livre en juin 2007.

Lui manque-t-il quelque chose? Grand amateur de spectacles, il avoue une certaine nostalgie pour les scènes de Montréal. Il profite donc de ses escapades dans la métropole pour se remplir les yeux et les oreilles. Lors de sa dernière visite, il a fait le plein au Festival de Jazz. « Après ça, j'avais des réserves pour un bon petit bout ! » nous dit-il.

La vie aux Îles

Bien que l'isolement géographique puisse en apeurer certains, la vie en plein golfe révèle des avantages insoupçonnés.

Ici, aux Îles -de-la-Madeleine, insularité rime avec solidarité.

Dans une société insulaire, chaque geste posé a un impact

direct sur le milieu. Vivre sur une île comporte des responsabilités communes. Ainsi, un esprit de coopération prédomine ici ; on le sent, on le vit chaque jour.

Par ailleurs, pour progresser comme communauté, il faut innover. Or ici, une bonne idée trouve toujours un chemin vers sa réalisation, car l'isolement géographique laisse place à la liberté d'action. Aux Îles, on peut véritablement changer les choses.

Insularité rime aussi avec originalité, celle d'une identité propre qui s'exprime si bien ici et qui charme le nouvel arrivant. Bien qu'il soit possible de se sentir un peu dépaysé à l'arrivée, l'ouverture des Madelinots fait qu'on se sent rapidement

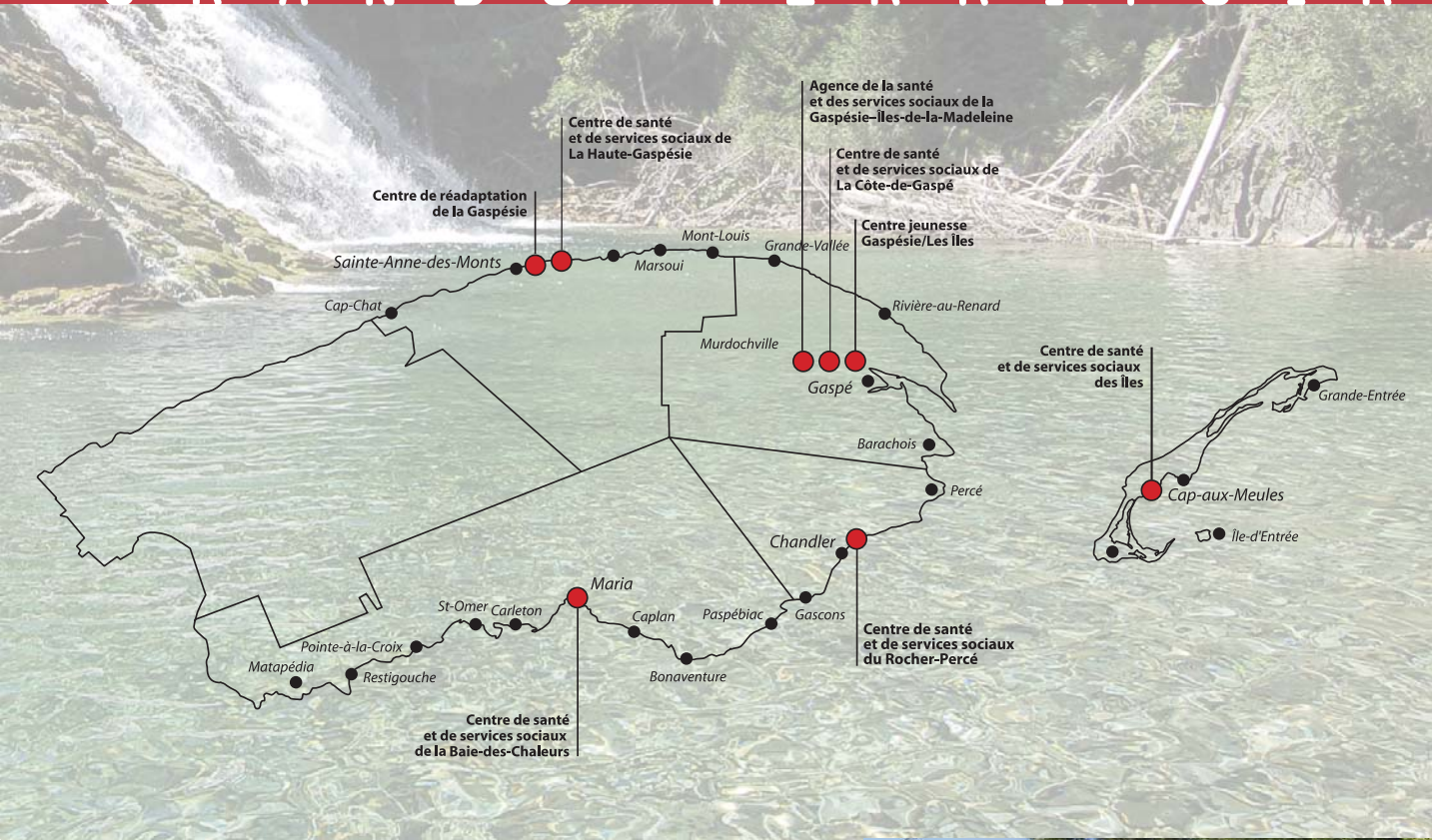
chez soi !

Côté services, on n'a rien à envier aux grands centres ! Pas d'attente, tout y est. Et, en prime, les gens sont souriants ! Bien qu'aucun pont ne relie l'archipel au continent, ses habitants ne sont pas coupés du monde pour autant, le bateau et l'avion assurant leurs déplacements.

Vivre aux Îles devient rapidement une expérience hors du



Le gîte de Dominique Gagnon



Le site Internet

www.antidote-gim.qc.ca

avec vous et pour vous !

Unique au Québec, le site Internet « Antidote » offre la possibilité de discuter directement avec des médecins de région. Cette expérience vous permet de comparer, et même de vous rassurer sur la gestion de cas rencontrés en milieu universitaire versus en région. Vous pouvez également consulter ces médecins sur l'orientation de votre formation en vue d'une future pratique de région ou à titre de personne-ressource au niveau professionnel, selon différents champs d'intérêts.

Avec le temps, le site Internet Antidote Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine devra sortir des sentiers battus. Sans artifice particulier, nous voulons en faire un outil de communication privilégié entre vous et les médecins de notre région, ainsi qu'avec tout le réseau de la santé Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine.

Avec votre participation, nous raffinerons les outils d'information et le contenu et nous faciliterons votre recherche de renseignements sur la région Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine.

« L'Antidote » Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine est une marque de commerce, une garantie de qualité en information, en promotion et en recrutement médical.

L'Antidote = Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine

Abonnez-vous !



Services médicaux disponibles dans les CSSS Gaspésie - Îles-de-la-Madeleine

Spécialités de base

- Anesthésiologie
- Chirurgie générale
- Imagerie médicale
- Médecine interne
- Psychiatrie

Autres spécialités

- Anatomie pathologie
- Dermatologie
- Gastro-entérologie
- Médecine nucléaire
- Obstétrique-gynécologie
- Ophtalmologie
- ORL
- Orthopédie
- Pédo-psychiatrie
- Santé communautaire

Médecine générale

- Prise en charge et suivi des usagers
- Urgence, hospitalisation
- Gériatrie active, soins prolongés
- Oncologie (médecine de jour)
- Soins à domicile
- Services médicaux courants avec et sans rendez-vous
- Clinique jeunesse en milieu scolaire
- Médecins-conseil pour programme spécifique
- Cabinet privé

Équipements médicaux

- Unité mobile de résonance magnétique
- Imagerie médicale complète incluant échographie, doppler cardiaque et tomodensitométrie axiale
- Radiologie numérique et télé radiologie
- Système de monitoring à la salle d'urgence et télémétrie
- Tapis roulant
- Respirateur intégré avec ordinateur
- ECG
- Clinique « pace maker »
- Chambre des naissances

Support paramédical

- Pharmaciens(nes)
- Assistants(tes) techniques en pharmacie
- Infirmiers(ères)
- Inhalothérapeutes
- Technologistes médicaux
- Techniciens(nes) en radiologie
- Techniciens(nes) en ECG
- Orthophonistes
- Physiothérapeutes
- Ergothérapeutes
- Thérapeutes en réadaptation physique
- Travailleurs sociaux
- Diététistes
- Psychologues
- Éducateurs spécialisés
- Archivistes

Médecins spécialistes visiteurs

Haute-Gaspésie

- Gastro-entérologie
- Hématologie
- Microbiologie
- ORL
- Orthopédie
- Pédiatrie
- Pneumologie
- Urologie

Côte-de-Gaspé

- Cardiologie
- Cardiologie-pédiatrique
- Chirurgie vasculaire
- Hématologie
- Microbiologie
- Neurologie
- Neuro-pédiatrie
- Neuro-psychologie
- Pneumologie
- Rhumatologie, allergie
- Urologie

Rocher-Percé

- Cardiologie
- Chirurgie plastique
- Chirurgie vasculaire
- Gastro-entérologie
- Hématologie
- Microbiologie
- Ophtalmologie
- ORL
- Pédopsychiatrie
- Urologie

Baie-des-Chaleurs

- Biochimie
- Cardiologie
- Cardiologie-pédiatrique
- Gynécologie
- Hématologie
- Microbiologie
- Neurologie
- Neurologie-pédiatrique
- Pneumologie
- Urologie

Îles-de-la-Madeleine

- Audiologie
- Cardiologie
- Cardiologie-pédiatrique
- Chirurgie plastique
- Chirurgie vasculaire
- Endocrinologie
- Gastro-entérologie
- Hématologie
- ORL
- Lipidologie
- Néphrologie
- Neurologie
- Neuro-pédiatrie
- Ophtalmologie
- ORL
- Orthopédie
- Orthopédie
- Physiatrie
- Pneumologie
- Psychogériatrie
- Rhumatologie, allergie
- Urologie



Centre de santé et de services sociaux du Rocher-Percé

Personnes ressources

Mme Chantal Duguay,
directrice générale

Dre Audrey Smith,
directrice des services professionnels
et hospitaliers

M. Jean St-Pierre,
adjoint administratif à la direction
des services professionnels
jean.st-pierre.chandler@ssss.gouv.qc.ca

Responsables du recrutement médical et pharmaceutique

Dr Samer Daher, 418-680-2856

M. Daniel Lambert, 418-680-2857
medlambda@yahoo.ca

Coordonnées

451, Mgr Ross Est
C.P. 3300
Chandler (Québec)
G0C 1K0
Tél. : (418) 689-2261 (poste 2148)
Télec. : (418) 689-4957

Spécificités

Le territoire du CSSS du Rocher-Percé couvre 100 km le long de la côte gaspésienne, de Port-Daniel à l'ouest jusqu'à la ville de Percé à l'est. Il compte une population d'environ 19 000 habitants.

Mission CLSC

Localisation des services : Chandler,
Gascons, Percé

Mission hôpital

Localisée à Chandler

- 52 lits de courte durée et 5 lits de psychiatrie

Mission hébergement

- 111 lits d'hébergement de longue durée

Volume d'activités

- Hospitalisation : 2 232 admissions
- Cliniques externes : 17 862 visites
- Bloc opératoire : 1 622 visites
- Consultations médicales (CLSC) : 4 111 usagers

Service d'urgence

- Chandler : 21 862 visites

Budget annuel : 35 794 294 \$

Équipe médicale

Médecins de famille (17 membres actifs)
Médecins spécialistes (12 membres actifs)

Formation médicale

Le CSSS du Rocher-Percé est associé avec l'Université Laval et reçoit des externes et des résidents en médecine familiale. De la formation médicale continue est aussi offerte localement.

Particularités sur place

Service régional en médecine nucléaire

Spécialités sous-régionales offertes :
Chirurgie orthopédique, pédiatrie.

- Prime d'installation et primes de maintien : consultez le nouveau cadre de gestion des mesures incitatives sur le site Web www.antidote-gim.qc.ca
- 4 déplacements payés par année, pour ressourcement.
- 20 jours de ressourcement payés par année après un an d'exercice.
- Médecin spécialiste : Primes de revalorisation et primes de rétention.
- Tous les autres avantages de région « éloignée ».

<http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/organisation/medecine/medregion.html>

Tu viens faire
une promenade sur la
plage avec moi ?



Venez vous « ancrer » au CSSS du Rocher-Percé !

Une invitation du
Dre Audrey Smith,
directrice des services
professionnels et
hospitaliers

Bonjour à vous,

L'équipe du Centre de santé et de services sociaux (CSSS) du Rocher-Percé vous invite personnellement à venir découvrir l'un des plus beaux coins de la province, une véritable oasis située du côté sud de la péninsule gaspésienne.

Vivez-vous actuellement dans un grand centre urbain où vous êtes de plus en plus affectés par le trafic dense, le stress omniprésent, l'air pollué, les gens pressés, les gangs de rue et la violence en augmentation constante? Vous rêvez d'un esprit sain dans un corps sain? Vous désirez changer d'air?

Pour votre famille et vous, nous offrons une meilleure qualité de vie et un environnement plus salubre. Voici donc ce que vous retrouverez chez nous :

- Un air salin pur, non pollué par les usines, le smog et les émanations de carburant diesel des autobus et autres véhicules lourds.
- Dès votre lever, quelques bonnes bouffées d'air, une petite balade en vélo, une marche dans les sous-bois ou sur le bord de la mer et vous voilà regaillardé, en forme pour le boulot.
- Aucun stress sur nos routes panoramiques car les Gaspésiens sont des gens calmes et patients. Pas d'attente inutile aux feux de circulation car ils sont très rares.
- L'esprit d'équipe et d'entraide de notre personnel faciliteront votre journée de travail.
- À cinq minutes du lieu de travail se trouve un beau terrain de golf de dix-huit trous, belle opportunité de relaxer après une journée bien remplie tout en élargissant son cercle d'amis. Et le trajet pour s'y rendre offre des paysages à en mettre plein la vue.
- Il y a aussi du sport pour tous les goûts et toutes les saisons : natation et cours de natation, cours de danse pour jeunes et adultes (rap, gimbe, ballet-jazz, sociales, etc.), patinage à l'aréna ou à l'extérieur sur le lac Vachon, patinage artistique, raquette, ski de fond, ski alpin, para ski, motoneige, hockey, escalade, planche à voile, kite-surf, etc. Vous pourrez faire de la plongée sous-marine ou vous initier à ce sport avec d'excellents moniteurs, vous promener sur la mer en kayak, descendre des rivières en canot, marcher le long de nos belles plages sablonneuses ou prendre tout simplement une bonne baignade dans la mer.

Dre Audrey
Smith



Centre de santé et de services sociaux du Rocher-Percé



Dre Line Routhier et sa famille



- Des cours de peinture, d'artisanat, de piano, guitare ou violon sont dispensés par des professeurs privés ou même dans le cadre de la formation académique pour les jeunes d'âge scolaire.
- Les amateurs de bonne bouffe ne seront pas déçus. Les produits du terroir et de la mer sauront séduire les plus critiques. Le chef en vous sera comblé par la diversité et la fraîcheur des produits disponibles dans nos épicereries et nos poissonneries.
- Le poisson le plus frais n'est-il pas celui qu'on pêche soi-même? Nos nombreux lacs et rivières d'eau cristalline, faciles d'accès et situés à proximité regorgent de truites et de saumons atlantiques. Début juin, à la brunante, c'est la cueillette du capelan qui roule sur la plage: vous serez sûrement impressionné par ce phénomène naturel de frai du poisson, et profiterez de cette manne tout en vous réchauffant près d'un bon feu de grève.
- Des diffuseurs de spectacles tels que Sapinart et la Vieille Usine de l'Anse-à-Beaufils dynamisent la scène culturelle de la région et ce, toute l'année. Les cinéphiles sur grand écran auront accès localement aux plus récents succès du box-office.
- Par ailleurs, vos enfants seront bien accueillis et bien encadrés dès la garderie et tout au long de leur parcours scolaire. Un avantage primordial pour vos jeunes est l'absence des gangs de rue, ce qui assure un contexte plus paisible.

N'hésitez pas et venez constater par vous-même ce que nous avons à offrir. Qui sait? Peut-être déciderez-vous d'élire domicile ici? Vous y serez alors accueillis cœur et bras ouverts par vos collègues, notre personnel et la population. Votre famille et vous ne serez pas considérés comme des numéros mais comme des personnes à part entière de notre communauté. Entendre parler de notre belle région, c'est bien, mais s'y « ancrer », c'est beaucoup mieux.

Au plaisir de vous recevoir chez nous !... chez vous ! ■

Beaucoup de travail, beaucoup de peine

*Pêcher, pêcher aux Îles-de-la-Madeleine
Beaucoup de travail et beaucoup de peine
Tu peux pas flâner quand il y a du travail à faire
Demande aux pêcheurs
S'ils ont le temps de prendre une bière*

Chanson de Gary Prest et Calvin Keating

Par Dr Alexandre Chouinard

- Vous passez de belles vacances aux Îles ?
- Non, en fait je travaille ici depuis un an...

Même si nous habitons ici depuis près d'un an, pour certaines caissières de la COOP, j'étais toujours un touriste. J'ai l'accent du continent mais, surtout, je ne faisais pas la différence entre une morue et un maquereau. J'étais bien résolu à remédier à mon ignorance des choses de la mer. Un de mes patients du Havre-aux-Maisons, pêcheur à la retraite, m'a donné une occasion de parfaire mes connaissances sur la pêche aux homards. À la fin d'une consultation avec lui, j'en ai profité pour me faire expliquer certains détails de la pêche. Le visage du patient s'est tout de suite illuminé. Visiblement, évoquer la pêche lui faisait plus de bien que de discuter des traitements que j'avais à lui proposer.

- Mon garçon fait la pêche. Ça lui ferait plaisir de vous amener avec lui le printemps prochain.

C'est ainsi que je me suis retrouvé, quelques mois plus tard, sur les quais de la marina de Cap-aux-Meules à deux heures du matin, pour un rendez-vous avec Alcide et Lauréat à bord du Marielle-Monica.

Pendant les deux heures de navigation qui séparaient le port des premières cages d'Alcide, nous avons assisté à un ardent lever de soleil. Arrivé dans la zone de pêche, Lauréat, armé d'une longue gaffe, saisissait au passage les bouées pour les accrocher à la roue de la puissante hydraulique qui hâlait le câble dans un mugissement tonitruant.

Cette tâche exige une grande vigilance. Un moment d'inattention et un doigt reste coincé entre la corde et la roue de l'hydraulique. Le plus faible des trois doit céder et ce n'est jamais le câble ou l'hydraulique. Certains pêcheurs ont sacrifié quelques bouts de leur anatomie pour l'apprendre. Il faut aussi porter attention à ses pieds car, au moment de jeter les cages à l'eau, si un câble s'enroule autour d'une jambe, il entraîne le pêcheur distrait au fond de l'eau comme appât pour les homards.

Lauréat, économe de gestes et de paroles, s'acquittait très bien de sa tâche. Rien de superflu, aucune brusquerie. Il tirait à bord une à une les sept

cages suspendues à chaque câble qui relie deux bouées fixées à ses extrémités. Aux arrêts, Alcide quittait la barre pour lui donner un coup de main.

Chaque cage était ouverte et vivement débarrassée des intrus : crabes, anguilles, maquereaux. Puis ils rejetaient à l'eau tous les homards femelles qui couvaient des oeufs sous leur queue et ceux dont la carapace n'avait pas atteint la taille réglementaire.

Une fois les indésirables éliminés, ils enlevaient ensuite les restants de boîte à moitié dévorée par les homards et les puces de mer. Puis, de la boîte fraîche à l'odeur « corsée » était empalée sur la *pitchette* de cage. Le grand ménage des sept cages complété, elles étaient refermées et passées par-dessus bord, prêtes pour piéger d'autres homards insoucients.

C'est donc un labeur qui demande à la fois précision et rapidité. Les journées en mer ont beau être longues, souvent plus de douze heures, il y a beaucoup à faire. Et moi, avec mon inexpérience, je me sentais les mains pleines de pouces. Je me suis rabattu sur la tâche la moins compromettante : enfiler sur les pinces les fameux élastiques bleus et roses.

Entre les sites où se trouvaient ses cages, Alcide reprenait la barre et Lauréat se permettait un brin de jasette avec moi. Il m'a ainsi conté combien il adore la mer, mais comment il n'aime pas pêcher.

- Mais il faut ben que je gagne ma vie !

Il en a profité également pour me montrer son coude qui l'incommodait.

- J'ai des lances qui me partent d'ici pis qui vont jusque dans la mansul. Ça me fait pas mal corver. Y aurait pas une graisse pour ça ?

Quelques questions et un examen sommaire ont suffi pour que le diagnostic s'impose :

- Tu fais une épicondylite !

Pas étonnant avec les mouvements répétitifs qu'il doit exécuter dans une journée! Je lui ai expliqué comment soulager son malaise : de la glace, des anti-inflammatoires, une attelle spéciale.

- Et si ça ne marche pas, donne-moi un coup de fil et je te ferai une infiltration de cortisone.

J'étais content de pouvoir enfin me sentir utile sur ce bateau ! Au bout d'un peu plus de dix heures, la dernière cage a été remise à l'eau. Il restait encore plus d'une heure de « route » avant de regagner le port. J'ai rejoint Alcide dans la cabine. Il était fatigué mais heureux : il pratique le plus beau métier du monde, surtout quand le temps est agréable. Par contre, certains jours, lorsque la houle se met de la partie, le travail devient très exigeant. Ces jours-là,

tout s'entrechoque, cages, bateaux, tibias, crânes et humérus. Les blessures sont fréquentes dans ces conditions, quand on ne perd pas un homme à la mer. Mais cette journée-là, je n'ai rien eu d'héroïque à rapporter, si ce n'est ma victoire sur un homard qui a essayé de m'arracher un doigt alors que je tentais de lui *clouer* la pince !

Les pêcheurs se dirigeaient vers leur port d'attache. C'était l'heure du *talk-show* local. Chacun à son CB, les potins étaient transmis d'un bateau à l'autre. C'est là que je me suis aperçu que je n'étais pas encore très familier avec l'accent d'ici. Au bureau, je me débrouille bien, mais comprendre des pêcheurs qui causent entre eux par radio émettrice, c'est autre chose. Ça a été aussi une occasion d'entendre ce que les patients, parfois, n'osent pas exprimer dans le bureau des médecins :

- T'sé pour mon mal de coude de l'aut'jou'? Eh ben, la godème de cowtisone ç'a pas duyé t'ois jou' tabaynak. J'ai passé la nuit païe le mal ! Le docteu' y m'a dit que ça m'aideyait des semaines, kwiss!

Si je décodais bien, le docteur était mieux de continuer à mettre des élastiques sur les pinces des homards! Je suis retourné sur le pont où Lauréat était en train de faire cuire une douzaine de homards pour qu'on puisse en manger avant notre retour à Cap-aux-Meules. Il tranchait aussi des filets dans les quelques anguilles qu'il avait mises de côté.

- Tu me donnes un petit morceau?
- Tu veux pas manger ça cwu?
- Pourquoi pas ? C'est comme du sushi.
- Du quoi?

Il y a une poissonnerie à Cap-aux-Meules qui prépare des sushi. C'est vrai qu'un pêcheur comme Lauréat n'a pas besoin de fréquenter ce genre d'endroit pour se procurer d'excellents poissons frais. Lauréat m'a tout de même donné un peu d'anguille que j'ai dégustée malgré son sourire narquois. Je me suis promis qu'un jour, je lui ferais découvrir les délices du sushi !

Une fois les filets découpés, Lauréat les a repris un à un et les a inspectés minutieusement en enfonçant la pointe de son couteau dans la chair de temps en temps.

- Qu'est-ce tu fais Lauréat ?
- J'enlève les vers. C'est toujours plein de vers les anguilles de mer !

À l'édition du *talk-show* du lendemain, les pêcheurs devaient se bidonner en évoquant l'histoire du médecin qui se délectait du sushi d'anguille! N'empêche qu'avec Lauréat et Alcide, j'ai participé à un festin de homards (bien cuits ceux-là), des crustacés frais comme aucun sushi-bar de Montréal n'en pourra jamais offrir. Depuis, je comprends un peu mieux les patients qui évoquent leurs activités de pêche quand ils viennent au bureau. Et, en bonus, je sais maintenant faire la différence entre une morue et un maquereau ! ■

Album des commençants 2006-2007

Mot du « directeur » des affaires médicales et de santé physique



18 mai 2007 : éveillé à 5 heures; incapable de me rendormir! Je prends aujourd'hui les deux mois de vacances et congés accumulés et je ne reviens pas en juillet; j'ai choisi de me retirer de mon poste actuel après 30 ans de vie active.

Et quelle vie!

Arrivé en juillet 1977 pour un an à Grande-Vallée, Gaspésie, fraîchement émoulu de la Faculté de médecine de l'Université de Montréal; 120 lbs et des poussières! CLSC de Grande-Vallée; ma toute première affectation comme médecin de famille. Premier appel : une dame souhaite que j'enlève des épines de porc-épic, son chien ayant flirté avec un tel animal...! Et c'est parti!

Et depuis, la vie a été trépidante; j'ai diversifié ma pratique clinique (suivi en bureau, urgences, consultations en externe, obstétrique, longue durée, IVG, et j'en passe!), puis on m'a demandé si j'avais de l'intérêt pour de l'enseignement (médecine familiale de l'Université de Montréal); j'ai donc initié des stages en région éloignée pour des résidents en médecine familiale, pour poursuivre plus intensément cette facette professionnelle en 1984 (l'année des Grands Voiliers) à Gaspé en fondant l'UMF de Gaspé; je m'inscris à une maîtrise en pédagogie des sciences de la santé, à la faculté de médecine de l'Université Laval, que je termine en 1990!

J'avais dit durant mon expérience à Grande-Vallée que je ne ferais jamais de gestion! Et pour cause : après différentes expériences dans les départements de médecine générale et des CMDP des établissements pour lesquels j'ai travaillé, on m'a offert de moderniser la direction des services professionnels du CH Hôtel-Dieu de Gaspé, qui devint la direction des services professionnels et des services hospitaliers; et cela ne s'est pas arrêté. De fil en aiguille, après des fusions, des ouvertures de services, des compressions budgétaires que je détestais, j'ai postulé pour le poste actuel qui n'existait pas avant mon arrivée à l'agence mais qui était présent dans la majorité des régions du Québec.

Et l'expérience a été intense! Je profite d'ailleurs de l'occasion pour remercier toutes celles et ceux qui m'ont aidé à réussir une partie de mes rêves professionnels; Antidote fait d'ailleurs partie de ceux-ci; je souhaitais développer des outils de promotion de la pratique médicale en Gaspésie et Îles-de-la-Madeleine. Je dois beaucoup au PDG Pierre Michaud qui a pris récemment sa retraite et qui a cru aussi en ces rêves.

Tout cela à travers une région magnifique, à tous points de vue, dans laquelle j'ai trouvé l'Amour avec un grand A et qui m'a permis de grandir et que j'ai essayé, un tout petit peu, de faire grandir. Elle m'a aussi permis de développer mes passions!

Alors, je dis bravo à celles et ceux qui ont choisi notre belle région pour venir y pratiquer et à ceux et celles qui hésitent encore, n'hésitez plus; je venais pour 1 an et finalement après 30 ans, je trouve encore la mer belle et remplie de promesses. D'ailleurs, c'est Gilles Vigneault qui a déjà dit : « La mer agrandit le regard ».

Et je suis la preuve vivante qu'un médecin (même s'il est né en ville, comme on dit) non seulement peut s'épanouir professionnellement en région dite éloignée mais peut aussi se réaliser sur le plan social et familial!

Bienvenue à ceux qui arrivent et bon séjour à ceux qui continuent leur excellent travail.

Dr Michel Desjardins

Îles-de-la-Madeleine



**Dr Nicolas Tremblay,
médecin de famille**

« J'ai succombé à l'accueil des Madelinots et aux charmes de la mer ! »



**Dre Julie-Anne Falardeau,
radiologiste**

« La mer et les plages à perte de vue. Le choix n'a finalement pas été très difficile... »



**Dre Isabelle Marchand,
médecin de famille**

« J'ai choisi les Îles-de-la-Madeleine car je voulais relever le défi d'avoir une pratique obstétricale en région, en plus de faire du bureau et de l'urgence. Ici le milieu est stimulant et les gens tellement sympathiques ! J'ai hâte de voir les plages en été... »



**Dre Caroline Gagnon,
anesthésiste**

« Après deux enfants durant ma résidence en anesthésie, j'aspirais à un meilleur équilibre entre ma vie personnelle, familiale et professionnelle. Aux Îles, mon milieu de travail est accueillant, je me sens utile, appréciée et j'ai le temps de profiter du plein air et de ma famille. »



**Dre Amélie Hubert,
médecin de famille**

« Pourquoi les Îles ? Pour la beauté des paysages, pour les kilomètres de belles plages, pour la mer et pour la beauté des gens des Îles... Mais surtout parce que la vie a mis un Madelinot sur mon chemin... »



**Carl Desparois,
pharmacien**

« Toutes ces réponses. »

Haute-Gaspésie



**Dre Éva Majorie Couture,
médecin de famille**

« Oui, j'ai des racines Annemontoises. Oui, j'ai besoin de l'air pur et j'aime les grands espaces gaspésiens. Oui, j'ai le goût de la diversité de la pratique présente en Haute-Gaspésie. Alors, je réponds : Présente ! et à bientôt. »



**Dr Éric Sauvageau, médecin de famille
et sa conjointe Mylène Genot, orthophoniste**

« Pourquoi la Gaspésie ? Pour vivre la Vie. Sainte-Anne-des-Monts ? Entre mer et montagnes. Professionnellement parlant, nous avons chacun nos raisons d'avoir hâte de travailler au CSSS de La Haute-Gaspésie. »

Baie-des-Chaleurs



Dr Sébastien Hade-Héту,
médecin de famille

« Un citadin comme les autres rêvait de Nature... skier à quelques minutes de la maison, plusieurs fois par semaine; camper en montagne avec sa petite famille, à moins d'une heure de chez lui; pagayer au soleil levant, avant d'aller au travail; et pourquoi pas, s'y rendre en canot, tout simplement! Montréal peut toujours vibrer, voilà un doc comblé. »



Dre Martine Beauchamp,
médecin de famille

« Faire un portrait de notre nouvelle vie dans la Baie-des-Chaleurs en quelques lignes seulement tient de l'exploit! Il y a tant à dire, mais surtout il y a tant à vivre.... un milieu de vie apaisant et confortant, un milieu de travail stimulant et excitant, collègues disponibles et supportants. Nous avons une agréable impression d'être enfin arrivés à bon port... »



Dre Julie Pinard,
psychiatre

« Mon conjoint et moi avons décidé de quitter les grands centres urbains afin de jouir " pour de vrai " de la qualité de vie dans la Baie-des-Chaleurs. Pour ma part, l'expérience, la maturité et la convivialité de l'équipe de santé mentale ne pouvaient être que des atouts. »



Dre Florence-Ernest Bizet,
psychiatre

« Déjà séduite par cet hôpital au bord de la mer, et attirée en Gaspésie par la perspective d'une vie plus proche de la nature, j'ai commencé mes démarches pour demander un poste au département de santé mentale du CSSS de la Baie-des-Chaleurs. J'ai été très impressionnée par l'organisation remarquable des services. Au cours des inévitables démarches administratives reliées à mon recrutement, j'ai tout particulièrement apprécié le support chaleureux et l'efficacité de madame Andrée-

Roche-Percé



Dr Daniel Dumont,
psychiatre



Dr Thierry Bégin,
médecin de famille



Valérie Cloutier, Mylène Tousignant et Geneviève Préfontaine,
pharmaciennes



Éric-Yan

« Je veux être impliqué dans la communauté. »

Dre Émilie Boucher Gagné,
médecin de famille

« Je suis attirée par la pratique médicale variée qui existe en région. L'équipe de Chandler est jeune et dynamique. J'aime la mer, les grands espaces et les délices de la mer qui y sont toujours frais ! »



Dr Simon Fredette,
médecin de famille

« La nature époustouflante, la pratique variée et la quantité impressionnante de gens sympathiques, un endroit idéal. »

Dre Sylvie Larocque-Laplante,
médecin de famille

« Après avoir visité plusieurs milieux de pratique qui nous offraient plein de belles possibilités, c'est l'esprit de l'équipe de Chandler qui m'a convaincue de m'y établir. »

Côte-de-Gaspé



**Dr Arnaud Bocquier,
médecin de famille**

« Il me semblait naturel de venir travailler à Gaspé ; la pratique médicale y est variée et les défis nombreux à relever... S'impliquer dans la communauté devient un véritable plaisir sur un territoire où l'accueil légendaire des Gaspésiens est à la hauteur de mes espérances. Finalement la proximité des montagnes et de la mer assure à l'amateur de plein air que je suis le moyen parfait d'équilibrer le tout ! »



**Dre Caroline Ann Cardona,
médecin de famille**

« Qui aurait cru qu'une passionnée de la ville abandonnerait les gratte-ciels pour les collines de la Gaspésie et l'enchanteresse baie de Gaspé qui me dit bonjour chaque matin? C'est une équipe du tonnerre, motivante et dynamique qui m'a fait changer de cap, et la pratique passionnante qui m'attache à ce bout de terre... Ici, j'ai la chance d'assouvir mon goût pour les soins aigus en faisant des soins intensifs et de l'urgence, une chance vraiment unique ! »



**Dre Marie-France Savoie et Dr Jonathan Dionne,
médecins de famille**

« Initialement, nous avons choisi la Gaspésie pour la proximité de la nature, l'opportunité de faire plusieurs activités de plein air et la qualité de vie qu'offre la région éloignée. Nous sommes très heureux de notre choix. Après un an de recul, nous pouvons ajouter que l'ambiance de travail exceptionnelle, la collaboration entre les divers professionnels et une équipe jeune et très dynamique nous ont agréablement surpris et devraient vous inciter à considérer ce lieu de pratique. Au plaisir de se voir ! »



**Dre Lyne Judd, médecin de famille
et son conjoint, Christian Guillemette**

Ils ont déjà quitté et ils sont revenus, cela dit tout !



**Dre Stéfane Gaudry,
médecin de famille**



**Dre Chantal Picard,
médecin de famille**



**Dre Marie-Yanouk Blain,
gynécologue-obstétricienne**

« Je suis venue en Gaspésie pour me sauver de la frénésie de la ville, pour offrir à mes enfants un environnement sain et paisible. Je suis très heureuse de mon choix. Je viens d'acquérir un terrain en vue de me construire une maison l'été prochain. »



**Dr Antonio Pellicano
gastro-entérologue**

« Se réveiller devant la baie à L'Anse-aux-Cousins. C'est ça la vraie vie ! »

**Nancy Richard,
Lynnette McGregor et
Marie-Noelle Dupuis,
pharmaciennes**



Centre de santé et de services sociaux de La Haute-Gaspésie

Personnes ressources :

M. Robert Deschênes,
directeur général

Dr Renaud St-Laurent,
directeur des services professionnels
renaud.stlaurent.cssshg@ssss.gouv.qc.ca

Mme Solange Blouin,
agente de recrutement
solange.blouin.cssshg@ssss.gouv.qc.ca

Coordonnées :

50, rue du Belvédère
Sainte-Anne-des-Monts (Québec)
G4V 1X4
Tél. : (418) 763-2261
Télec. : (418) 763-7460

Spécificités

Le territoire du CSSS de La Haute-Gaspésie s'étend des municipalités de Cap-Chat à Rivière-Madeleine, et compte une population de 13 000 habitants.

Mission CLSC

Localisation des services : Cap-Chat, Marsoui, Mont-Louis, Ste-Anne-des-Monts

Mission hôpital

Localisée à Ste-Anne-des-Monts

- 29 lits de courte durée

Mission hébergement

- 93 lits d'hébergement de longue durée

Mission réadaptation-toxicomanie (centre régional)

- 14 places

Volume d'activités

- Hospitalisation : 1 406 admissions
- Services ambulatoires : 20 767 visites

Service d'urgence

- Ste-Anne-des-Monts : 14 538 visites

Budget annuel : 30 300 000 \$

Équipe médicale

Médecins de famille (11 membres actifs)
Médecins spécialistes (7 membres actifs)

Formation médicale

Comité de formation médicale très actif

Particularités sur place

- Tomodensitomètre 40 barrettes.
- Un groupe de médecine de famille (GMF) est accrédité et implanté en Haute-Gaspésie depuis 2002.
- Prime d'installation et primes de maintien : consultez le nouveau cadre de gestion des mesures incitatives sur le site Web www.antidote-gim.qc.ca
- 4 déplacements payés par année, pour ressourcement.
- 20 jours de ressourcement payés par année, après un an d'exercice.
- Médecin spécialiste : Primes de revalorisation et primes de rétention.
- Tous les autres avantages de région « éloignée ».

<http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/organisation/medecine/medregion.html>

Réflexions sur ma vie « rurale »

Par Dre Johanne Landry

Médecin de famille, chef du département
de médecine générale et de l'urgence

Urbains, aimez-vous vraiment votre travail ? Aimez-vous vraiment votre vie ? Je crois que trop peu de gens se posent la question car ils ont peur de la réponse...

Quand on est en amour, on a envie de le crier sur tous les toits, on a envie de partager notre bonheur. Nous, on est en amour avec notre vie ici en Gaspésie et on a envie de l'exprimer haut et fort !

Oui, collègues urbains, il existe d'autres options que le Plateau Mont-Royal et la pratique péri-universitaire pour avoir une vie trépidante et épanouie !

Je me réjouis de quelques interventions récentes à la télévision : certaines personnes y dénonçaient la sous-représentation des régions au niveau médiatique et dans l'univers télévisuel et exprimaient le ras-le-bol envers la surexposition de Montréal et de sa banlieue.

Au nom de quelles valeurs privilégiez-vous la vie urbaine ?

La vie culturelle? Oui, effectivement, la grande variété est attrayante. En profitez-vous vraiment ? C'est une autre question. Ici en Gaspésie, on a l'occasion de voir plusieurs beaux spectacles par année car la plupart des artistes de l'heure font des tournées, et oui, viennent en Gaspésie... Et en plus dans des salles beaucoup plus intimes, où l'on peut même souvent rencontrer les artistes.

Les bons restaurants ? Je n'ai jamais rien mangé d'aussi délectable que les produits de la mer gaspésienne: homards, crabes, moules, myes, etc. On s'offre des repas absolument divins. En région, on retrouve de plus en plus d'épicerie fines et de marchés valorisant les produits du terroir. Les traiteurs et restaurants s'adaptent à la demande en offrant des repas thématiques de fine gastronomie.

L'éducation ? Beaucoup de personnalités de l'élite artistique, sportive ou politique viennent des régions. Présentement, cinq étudiants originaires de Sainte-Anne-des-Monts font des études en médecine. Eh oui, ils ont fréquenté les écoles d'ici! Les enfants, ici, ont autant la chance d'apprendre le violon, de jouer au hockey, d'être bons en ski, de pratiquer le karaté, et en plus ils peuvent voir les étoiles, les grenouilles, les chenilles ailleurs que dans les livres.

La famille ? Réalise-t-on que le quotidien de parents qui travaillent hors foyer est très similaire, peu importe l'endroit où l'on vit. Le métro-boulot-dodo constitue environ 80 % de notre journée. Cependant, ce 80 % peut être beaucoup moins contraignant dans un endroit comme ici. « Je suis à cinq minutes de tout ! Ça me prend 5 minutes pour aller au



Lac aux Américains dans
le parc de la Gaspésie

Cela fait un peu de changement de l'école de musique, n'est-ce pas?



Dre Johanne Landry, Antoine et Ève



Claude Dugas et Ève

travail. Je reviens régulièrement dîner chez moi. La garderie est à côté de l'hôpital. Je suis à 5 minutes de l'épicerie, de la pharmacie, de la bibliothèque municipale, du cinéma, de l'aréna, de la piscine, du fleuve Saint-Laurent, du parc et de sentiers pédestres magnifiques. Qui dit mieux ? Il y a un centre de ski à 10 minutes, un autre à 20 minutes et le magnifique Parc de la Gaspésie à 20 minutes. »

Je trouve d'une grande tristesse les petits enfants qui doivent être réveillés par leurs parents, amenés en vitesse à la garderie, ramenés chez eux à 18 h après une heure dans le trafic et qui se couchent à 19 h, épuisés. On ne connaît pas cette réalité ici. La conciliation travail-famille, je crois qu'en région elle est plus facile !

Et l'amour du travail ? J'entame ma 9^e année comme médecin et je suis encore en amour avec la médecine. Pas n'importe quelle médecine! Une médecine de qualité avec une grande dimension humaine. Entre un cas de douleur thoracique et un autre de dépression, on a encore le temps de parler aux patients, d'entrer en contact avec ce que l'humain a de plus intime à dévoiler. On ne fait pas de

médecine de débit et on n'a pas la pression du 6 h d'attente qui nous harcèle constamment.

Il existe encore des préjugés par rapport au travail que nous faisons. Le premier est que nous pratiquons une médecine de « pépères » et qu'on se la coule douce. Le deuxième, au contraire, prétend que nous travaillons comme des fous en raison de la pénurie de médecins.

Nous avons une exposition tout à fait intéressante et stimulante. Nous sommes en première ligne pour tout. Que ce soit la traumatologie, la toxicologie, la pédiatrie, etc., nous pouvons connaître des journées exigeantes mais qui apportent combien de satisfaction et de valorisation lorsqu'on revoit un patient un mois après un infarctus, qu'il nous reconnaît et nous dit qu'on lui a sauvé la vie, ou un autre qui déclare qu'on lui a sauvé la vue en diagnostiquant un glaucome atypique. Dans les congrès, mon expérience de travail se compare tout à fait à l'expérience des omnipraticiens urgentologues des centres urbains. Souvent, j'ai même la dimension de suivi aux soins intensifs qu'eux n'ont pas. Je ne traite pas les patients que 15 minutes. Qui croirait qu'à Sainte-Anne-des-Monts, dans la dernière année, j'ai entre autres vu un cas de tularémie, de toxoplasmose oculaire, de thrombose de l'artère spinale avec choc neurogénique, un status épileptique sur lupus cérébral, 8 intoxiqués au monoxyde de carbone en même temps, etc., en plus de notre quotidien d'infarctus, de FA, d'insuffisance cardiaque, de diabète, de soins palliatifs, de transferts ambulanciers, etc. Eh oui, en région, l'omnipraticien prend tout son sens!

Le deuxième préjugé est également faux. Il est possible d'avoir un horaire tout à fait convenable en raison de l'accès aux médecins dépanneurs. De plus, nous profitons souvent d'ententes à l'amiable entre collègues, d'une belle flexibilité d'horaire et nous avons la chance d'orienter notre pratique en fonction de ce qu'on aime vraiment.

Et la ville dans tout ça ? Bien sûr, on aime en profiter ! On combine des jours de ressourcement offerts et payés et quelques jours de vacances pour faire des « razzias » de magasinage, s'offrir de bons restaurants, de beaux hôtels, de belles sorties, voir des amis, bref je crois qu'on profite plus de la ville en ce sens que si on y vivait, sans subir les désagréments du quotidien.

Bref, je suis une femme moderne tout à fait typique avec un mari, deux enfants et un chien (la mini-fourgonnette s'en vient...) et pourtant je suis tout à fait en harmonie avec ma vie rurale. J'espère que les regards vont changer envers nous, médecins des régions, et que la prochaine fois que je me retrouverai en congrès au Mexique, au milieu d'une faune lavalloise ou d'autres urbains du même genre, j'aurai moins l'air d'une extraterrestre ! ■

MÉDECIN DE FAMILLE

CSSS de La Haute-Gaspésie	CSSS de La Côte-de-Gaspé	CSSS du Rocher-Percé	CSSS de la Baie-des-Chaleurs	CSSS des Îles
5 postes <ul style="list-style-type: none"> Hôpital de Sainte-Anne-des-Monts CLSC de Cap-Chat CLSC de Marsoui CLSC de Mont-Louis CLSC de Ste-Anne-des-Monts GMF 	9 postes <ul style="list-style-type: none"> Hôpital de Gaspé, USI et urgence CLSC de Grande-Vallée CLSC de Murdochville CLSC de Rivière-au-Renard Enseignement UMF, Clinique de planning familial possibilité de travailler en GMF 	13 postes <ul style="list-style-type: none"> Hôpital de Chandler CLSC de Chandler CLSC de Gascons CLSC de Percé 	10 postes <ul style="list-style-type: none"> Hôpital de Maria CLSC Malauze CLSC de Pointe-à-la-Croix CLSC de St-Omer CLSC de Caplan CLSC de Paspébiac Centre d'hébergement de New-Carlisle Centre d'hébergement de Matapédia Centre d'hébergement de Maria 	3 postes <ul style="list-style-type: none"> Hôpital des Îles

Pratique diversifiée

- Prise en charge et suivi des usagers
- Urgence
- Hospitalisation
- Soins intensifs
- Pédiatrie, pouponnière
- Services courants
- Oncologie
- CHSLD
- Gériatrie active
- Pratique en CLSC
- Soins à domicile
- Pratique privée

Rémunération

- Forfait-acte
- Tarif horaire ou honoraire fixe
- % additionnels
- Majoration 130 % année 1-2-3
- Majoration 135 % année 4 à 20

- Majoration 140 % année 20 et plus
- 120 % en cabinet, 125 % année 4 et suivantes
- Tous les avantages de région « éloignée »

www.msss.gouv.qc.ca/sujets/organisation/medecine/medregion.html

Rémunération particulière au CSSS des Îles

- Tarif horaire ou honoraire fixe
- % additionnels
- Majoration 130 % année 1-2-3
- Majoration 135 % année 4 à 20

- Majoration 140 % année 20 et plus
- Tous les avantages de région « isolée »

MÉDECIN SPÉCIALISTE

PREM 2007

	CSSS de La Haute-Gaspésie	CSSS de La Côte-de-Gaspé	CSSS du Rocher-Percé	CSSS de la Baie-des-Chaleurs	CSSS des Îles
Anatomopathologie - 1 poste		•			
Anesthésiologie - 5 postes	•	•	••	•	
Chirurgie générale - 2 postes	•		•		
Dermatologie - 1 poste		•			
Médecine interne - 8 postes		•••	••	•	•
Médecine nucléaire - 1 poste			•		
Obstétrique-gynécologie - 1 poste				•	
Ophthalmologie - 2 postes		•		•	
Pédiatrie - 5 postes		••	••	•	
Psychiatrie - 4 postes	•	•	••		
Radiologie diagnostique - 3 postes		••	•		

Rémunération mixte ou à l'acte, majoration 145 %, forfaits de garde

Tous les avantages de région « éloignée » en Gaspésie • Tous les avantages de région « isolée » aux Îles-de-la-Madeleine

www.msss.gouv.qc.ca/sujets/organisation/medecine/medregion.html

PHARMACIEN(NE)

3 postes disponibles

CSSS de La Haute-Gaspésie	CSSS de La Côte-de-Gaspé	CSSS du Rocher-Percé	CSSS de la Baie-des-Chaleurs	CSSS des Îles
		•	•	•

CONJOINT(E) ET FAMILLE

POSTES DANS LE DOMAINE DE LA SANTÉ ET DES SERVICES SOCIAUX EN GASPÉSIE-ÎLES-DE-LA-MADELEINE

Demandez à recevoir par courriel, une copie des différents affichages de postes ou contactez directement les personnes ressources.

- Archiviste
- Audiologiste
- Assistant(e) technique en pharmacie
- Cadre intermédiaire
- Diététistes
- Éducateur(trice) spécialisé(e)
- Ergothérapeute
- Infirmière coordonnatrice d'activités
- Infirmière - Infirmier
- Infirmière auxiliaire
- Inhalothérapeute
- Nutritionniste
- Orthophoniste
- Physiothérapeute
- Psychologue
- Préposé aux bénéficiaires
- Technologue en électrophysiologie
- Technicien(ne) en assistance sociale
- Technicien(ne) en radiologie
- Technologistes médicaux
- Thérapeute en réadaptation physique
- Travailleur social

DIRECTION DES RESSOURCES HUMAINES

Centre de santé et de services sociaux des Îles

CSSS des Îles
430, chemin Principal
Cap-aux-Meules (Québec) G4T 1R9
Tél. : (418) 986 2121 Téléc. : (418) 986 6845
M. Philippe-Simon Laplante, poste 8321
philippe-simon.laplante.archipel@ssss.gouv.qc.ca

Centre de santé et de services sociaux de la Baie-des-Chaleurs

CSSS de la Baie-des-Chaleurs
419, boulevard Perron
Maria (Québec) G0C 1Y0
Tél : (418) 759 3443 Téléc : (418) 759 5063
M. Michel Bond, poste 2270
michel.bond.chbc@ssss.gouv.qc.ca

Centre de santé et de services sociaux du Rocher-Percé

CSSS du Rocher-Percé
451, rue Mgr Ross Est, C.P. 3300
Chandler (Québec) G0C 1K0
Tél. : (418) 689 2261 Téléc. : (418) 689 4957
M. Gervais Marcoux, poste 2198
gervais.marcoux.chandler@ssss.gouv.qc.ca

Agence de la santé et des services sociaux de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine
Québec

Agence de la santé et des services sociaux de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine
144, boulevard Gaspé
Gaspé (Québec) G4X 1A9
Tél. : (418) 368 2349 Téléc. : (418) 368 4942
Mme Manon Dufresne, poste 264
manon.dufresne.assgi@ssss.gouv.qc.ca

Centre de santé et de services sociaux de La Côte-de-Gaspé

CSSS de La Côte-de-Gaspé
215, boulevard York
Gaspé (Québec) G4X 2W2
Tél. : (418) 368 3301 Téléc. : (418) 368 7150
M. Gerald O'connor, poste 3131
gerald.o'connor.chgaspe@ssss.gouv.qc.ca

CENTRE DE RÉADAPTATION DE LA GASPÉSIE

Centre de réadaptation de la Gaspésie
230, route du Parc
Sainte-Anne-des-Monts (Québec) G4V 2C4
Tél. : (418) 763 3325 Téléc. : (418) 763 5631
Mme Caroline Charrette, poste 232
Caroline.charrette.crgaspésie@ssss.gouv.qc.ca

Centre de santé et de services sociaux de La Haute-Gaspésie

CSSS de La Haute-Gaspésie
50, rue Belvédère
Sainte-Anne-des-Monts (Québec) G4V 1X4
Tél. : (418) 763 2261 Téléc. : (418) 763 7460
M. Luc Guilbeault, poste 2525
luc.guilbeault.cssshg@ssss.gouv.qc.ca

Le Centre jeunesse Gaspésie/Les Îles

Centre jeunesse/Gaspésie-les-Îles
205, boulevard York Ouest
Suite 100, Gaspé (Québec) G4X 2V7
Tél. : (418) 368 1803 Téléc. : (418) 368 5478
Mme Chantal Cloutier, poste 8350
chantal.cloutier.cj11@ssss.gouv.qc.ca

AUTRES DOMAINES D'EMPLOIS

Demandez à recevoir par courriel, la liste à jour de toutes les offres d'emplois disponibles ou contactez directement les personnes ressources.

En Gaspésie :

M. Pascal Caron
Agent de migration, Place aux Jeunes / Desjardins
(418) 689-6160
Courriel : pascalcaron@cjerp.org

Aux Îles-de-la-Madeleine :

Mme Julie Jomphe
Agente de migration
Tél. : (418) 986-2536 Téléc. : (418) 986-2522
Courriel : juliej@cjedesiles.qc.ca

www.accrodesregions.qc.ca www.placeauxjeunes.qc.ca www.portailjeunesse.ca



Centre de santé et de services sociaux de La Côte-de-Gaspé

Personnes ressources :

Dr Martin Lamarre,
directeur santé physique et services généraux

M. Jean-François Sénéchal,
directeur adjoint, services spécialisés
jeanfrancois.senechal.chgaspe@ssss.gouv.qc.ca

M. Marc Pelletier,
consultant à la direction des services professionnels
marc.pelletier.chgaspe@ssss.gouv.qc.ca

Coordonnées

215, boulevard York Ouest
Gaspé (Québec)
G4X 2W2
Tél. : (418) 368-3301, poste 3248 ou
(418) 368-2546
Télééc. : (418) 368-7150

Sites web :

www.chgaspe.qc.ca
www.clscmeretmontagnes.com

Spécificités

Le CSSS de La Côte-de-Gaspé dessert la population d'un grand territoire compris entre les localités de Rivière-Madeleine à Coin-du-Banc (Percé), incluant Murdochville. Il compte une population totale de 22 000 habitants.

Mission CLSC

Localisation des services : Barachois, Rivière-au-Renard, Grande-Vallée, Murdochville, Gaspé

Mission hôpital

Localisée à Gaspé

- 69 lits de courte durée

Mission hébergement

- 126 lits d'hébergement de longue durée

Volume d'activités

- Hospitalisation : 2 326 admissions
- Clinique externe : 32 229 visites
- Bloc opératoire : 2 696 visites
- Tous services en CLSC : 17 017 usagers

Services d'urgence

- Gaspé : 26 815 visites
- Grande-Vallée : 11 596 visites
- Murdochville : 2 948 visites

Budget annuel : 44 millions \$

Équipe médicale

Médecins de famille (39 membres actifs)
Médecins spécialistes (18 membres actifs)

Formation médicale

Une grande proportion de l'enseignement dispensé sur le territoire de l'établissement est réalisé à l'Unité de médecine familiale, qui est

affiliée à l'Université Laval pour la réalisation de stages d'immersion, stages d'externat, stages de résidence en médecine familiale et en psychiatrie. Certains stages en médecine se font également par l'entremise de l'Université de Montréal à Grande-Vallée. Enfin, d'autres stages ont lieu sur le territoire, et ce, dans différents programmes de formation, soit en soins infirmiers (niveau collégial), en physiothérapie (internat), en pharmacie (internat) ainsi qu'en travail social (niveau collégial).

Particularités sur place

Fonction régionale en anatomo-pathologie, en dermatologie, en gastro-entérologie, en pédopsychiatrie, en psychiatrie légale et en planning familial, incluant IVG.

Autres spécialités régionales et sous-régionales offertes : Chirurgie orthopédique, ophtalmologie, ORL, pédiatrie.

Le CSSS de La Côte de Gaspé a la responsabilité d'offrir le service Info-Santé pour l'ensemble de la région.

- Prime d'installation et primes de maintien : consultez le nouveau cadre de gestion des mesures incitatives sur le site Web www.antidote-gim.qc.ca
- 4 déplacements payés par année, pour ressourcement.
- 20 jours de ressourcement payés par année après un an d'exercice.
- Médecin spécialiste : Primes de revalorisation et primes de rétention.
- Tous les autres avantages de région « éloignée ».

<http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/organisation/medecine/medregion.html>

Les agates de
l'Anse-à-Beaufils,
vous connaissez?



La ruée « vert » l'Est

Marc Pelletier

Plusieurs nouveaux visages viennent de s'ajouter à l'équipe médicale du CSSS de La Côte-de-Gaspé. Vous vous demandez probablement par quel engouement ces derniers expliquent leur choix. Il n'existe malheureusement pas de réponse courte et simple. Dans l'article qui suit, nous tenterons de vous révéler quelques-uns des incitatifs recueillis auprès des nouveaux arrivants, ce qui, nous l'espérons, vous éclairera davantage.

La beauté au naturel

Tout d'abord, prenez un instant et imaginez un lieu où l'environnement est bordé de rivières non polluées (et de plans d'eau salée d'aussi belle qualité) et où les bouchons de circulation n'existent qu'au bulletin de 18 heures. Un endroit où il vous est possible de pratiquer autant d'activités physiques par les voies terrestres que nautiques et ce, sans smog, à moins de 15 minutes du centre-ville. Cela semble rêverie, voire même idéologie, mais il existe bel et bien un tel endroit et croyez-moi, de plus de plus de jeunes professionnels l'ont découvert. De par sa situation géographique, Gaspé possède tous les attributs pour rassasier les amateurs de plein-air les plus actifs. Marina, plages sablonneuses, lieux exceptionnels de plongée, rivières à saumons, pourvoiries de chasse et pêche, sans compter le parc Forillon, la ville de Percé et le Parc de la Gaspésie tous accessibles dans un horaire d'une seule journée. Pas surprenant que la Baie de Gaspé soit de plus en plus en demande par les croisiéristes toujours avides de destinations mythiques.

Une ville dynamique en pleine expansion économique

Alors que dans la plupart des régions on ne parle que de fermeture d'usines, de barrages routiers et de demandes d'aide gouvernementale, Gaspé annonce mois après mois l'implantation de nouvelles entreprises tant dans le domaine de l'énergie verte que dans la transformation de ses matières premières. Tout cela amène la création de nouveaux commerces au centre-ville, des investissements massifs de la part de la municipalité pour l'amélioration de



Le festival Musique du Bout du Monde Azentic gagne chaque année en popularité à Gaspé.

ses infrastructures, un marché immobilier plus fort que jamais et une population confiante en l'avenir et qui profite au maximum de son environnement. Tout en gardant le charme typique gaspésien, Gaspé possède tout d'une destination touristique dynamique avec ses festivals et son milieu culturel actif, et ce, douze mois par année.

Un lieu de vie exceptionnel pour fonder une famille

Dans les cinq dernières années, pas moins d'une douzaine de médecins ont décidé de fonder leur famille à Gaspé. Outre le milieu naturel et la situation économique favorable, les infrastructures de la ville permettent aux enfants de développer leurs aptitudes et de pratiquer des sports à proximité de leur demeure. Écoles de voile, de cirque, d'équitation, de musique, centre sportif collégial, Cégep et bien plus. Sans compter que toutes les minutes passées en moins dans les embouteillages peuvent être investies dans du temps de qualité avec la famille. Ici, pas besoin de prendre des vacances pour faire un pique-nique familial à Cap Gaspé ou encore au sommet du Mont Albert. Une journée suffit.

Une pratique équilibrée avec une équipe dynamique

Vous pouvez habiter dans le plus bel environnement du monde, mais si vous travaillez cent heures par semaine, il deviendra difficile d'en apprécier les vertus. De par sa situation enviable au sein de son équipe médicale, le CSSS de la Côte-de-Gaspé offre une pratique enrichissante sans pour autant être épuisante. Une formation continue bien structurée, une Unité de médecine familiale dynamique, un tout nouveau GMF et une ambiance de travail reconnue permettent une rétention du personnel, contribuant ainsi à la qualité de vie de tous et chacun.

Une visite vous convaincra

Nul besoin de longues vacances pour venir constater la véracité de ces propos. Gaspé a la chance de posséder un aéroport : quelques petites heures de votre temps suffisent donc pour arriver chez nous. Contactez-nous et il nous fera grand plaisir de vous recevoir et de vous présenter notre équipe. ■



Centre de santé et de services sociaux de la Baie-des-Chaleurs

Personnes ressources

M. Bernard Nadeau,
directeur général

Dr Sébastien Toussaint,
directeur des services professionnels
et soutien clinique

Dr Simon Mercier,
président du CMDP

Mme Andrée-Claude Perry,
adjointe à la direction des services
professionnels
andree-claude.perry.chbc@ssss.gouv.qc.ca

Coordonnées

419, boulevard Perron
Maria (Québec)
G0C 1Y0
Tél. : (418) 759-3443, poste 2126
Télec. : (418) 759-5063

Spécificités

Le territoire desservi par le CSSS de la Baie-des-Chaleurs englobe les localités de Shigawake à l'Est jusqu'à L'Ascension-de-Patapédia à l'Ouest. Son territoire couvre deux MRC, soit celles de Bonaventure et Avignon, qui correspondent à une population de 34 000 habitants.

Mission CLSC

Localisation des services : Paspébiac, Caplan, Saint-Omer, Pointe-à-la-Croix, Matapédia

Mission hôpital

Localisée à Maria

- 77 lits de courte durée

Mission hébergement

Localisée à Matapédia, Maria et New-Carlisle

- 214 lits d'hébergement de longue durée

Volume d'activités

- Hospitalisation : 3 778 admissions en courte durée
- Cliniques externes : 25 637 visites
- Bloc opératoire : 3 398 usagers
- Consultations médicales (CLSC) :
Secteur ouest incluant CLSC Malauze de Pointe-à-la-Croix et de St-Omer : 7 484 usagers
Secteur est incluant CLSC de Caplan et de Paspébiac : 10 345 usagers

Services d'urgence

- Paspébiac : 19 459 visites
- Maria : 22 271 visites

Budget annuel : 59 533 000 \$

Équipe médicale

Médecins de famille
(47 membres actifs et 6 associés)
Médecins spécialistes
(22 membres actifs et 49 associés)

Formation médicale

Au chapitre de la formation décentralisée, le Centre de santé et de services sociaux de la Baie-des-Chaleurs est associé à l'Université de Montréal pour les stages d'immersion clinique, les stages d'externat et de résidence en médecine familiale. Ces stages sont structurés dans le cadre du développement d'une unité de médecine familiale (UMF). Le CSSS accueille également des stagiaires dans certaines spécialités de base, soit en médecine interne, en pédiatrie, en psychiatrie et en chirurgie qui proviennent de l'Université Laval et de l'Université de Montréal.

En 2006-2007, plus de 60 périodes/stages ont été réalisées dans la Baie-des-Chaleurs, et ce nombre devrait doubler en 2007-2008.

Particularités sur place

- Spécialités régionales et sous-régionales offertes : chirurgie orthopédique, ophtalmologie, ORL, pédiatrie.
- Accréditation comme centre de traumatologie.
- Équipe interdisciplinaire en oncologie désignée par le MSSS
- Pratique médicale de pointe en médecine interne et en pédiatrie, en ORL et en orthopédie.
- Développement d'une unité de réadaptation fonctionnelle intensive (URFI) en cours.
- Prime d'installation et primes de maintien : consultez le nouveau cadre de gestion des mesures incitatives sur le site Web www.antidote-gim.qc.ca
- 4 déplacements payés par année, pour ressourcement.
- 20 jours de ressourcement payés par année après un an d'exercice.
- Médecin spécialiste : Primes de revalorisation et primes de rétention.
- Tous les autres avantages de région « éloignée ».

<http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/organisation/medecine/medregion.html>



Dans la Baie-des-Chaleurs, les richesses de la nature en cadeau !



Plusieurs citoyens s'installent dans la Baie-des-Chaleurs afin de pouvoir profiter de la multitude d'activités de plein air qui s'offrent à eux et pour se rapprocher de la nature. C'est le cas de Dre Pascale Fournon, qui pratique aux installations du CLSC de Paspébiac et de l'Hôpital de Maria depuis 2001. « Je concentre mes activités physiques entre la voile et le vélo en été, et le ski de fond et le télémark en hiver. Quand on veut prendre soin de son bien-être physique, on en arrive rapidement à s'attarder à ce qu'on mange et à éviter les pièges de l'alimentation industrielle. Ici, l'air salin et la nature en général sont des éléments inspirants pour un changement global de mode de vie ».

Mai



La tête de violon est une jeune pousse de fougère au goût d'asperge fine. On prétend qu'historiquement, cette plante aurait joué un rôle dans la guérison du scorbut.

Juin



On cueille la salicorne sur les rivages, sous les limites de la marée haute. On la consomme en salade ou cuite comme les asperges ou confite dans le vinaigre et servie en hors-d'œuvre.

Juillet



Cueillies en matinée, les framboises sont davantage sucrées et elles se conservent plus longtemps.



La fraise a des caractéristiques toniques : un masque de purée de fraises rend la peau douce et claire. Quant à ses propriétés aphrodisiaques, elles sont connues de tous.

La Baie-des-Chaleurs bénéficie d'un microclimat lié à sa localisation au sud de la péninsule gaspésienne. Les étés sont chauds et confortables en raison du faible taux d'humidité. Les hivers sont tempérés par le climat maritime ; il y a très peu de journées de grands froids comparativement au reste de la province. Malgré des précipitations de neige souvent moindres qu'ailleurs, la pratique des sports d'hiver est assurée par la proximité des Chic-Chocs où il n'est pas rare de mesurer deux mètres de neige au cœur du mois de mai, alors que le soleil prédomine près de la Baie et que la température peut atteindre près de 30 degrés. La saison d'automne est particulièrement agréable en raison du grand nombre de jours d'ensoleillement et de la multitude de couleurs vibrant sous le ciel d'un bleu éclatant. Au 1^{er} octobre 2006, les statistiques de Tania nous indiquent que le mercure a atteint les 20 degrés.

Mon lapin adore
ça ici, alors,
moi aussi !



Pour ceux qui préfèrent la pratique sportive plutôt que de mettre les mains à la terre, il est possible de s'abonner à un service de livraison hebdomadaire de paniers de légumes frais bio ou de profiter du réseau de viandes bio pour faire provision de produits de grande qualité. Parmi les favoris de Dre Fournon, on peut compter les confits de dinde de la Ferme Paquet, les bagels de Mélanie (la Cigale et la Fourmi), le hareng fumé mariné de la poissonnerie La Coquille et le tout nouveau vin de fraises « Julia » distribué par la Ferme Bourdages... Autant de plaisirs à s'offrir et à partager entre amis !

À votre santé !

Août



Le bleuets est le fruit antioxydant no 1. Il a remporté la palme du « Fruit par excellence » lors d'un sondage auprès de spécialistes de la nutrition.

Septembre



Il est recommandé d'être accompagné par un spécialiste des champignons pour en faire la cueillette. Nul doute que vous rencontrerez des Gaspésiens intéressés à vous initier à la mycologie.



On cueille les noisettes lorsque les troquets se détachent facilement des branches. Elles ont très bonne réputation pour les minéraux, les oligo-éléments et l'huile végétale qu'elles contiennent.

Octobre



Le Pimbina est à pleine maturité lorsque les gelées d'automne l'ont rendu translucide, puisque l'action du froid transforme le mésocarpe et le rend plus juteux. Sa saveur est presque identique à celle des « Atocas ».

Postes disponibles en spécialité :

Ophthalmologie, obstétrique-gynécologie, anesthésiologie, médecine interne, pédiatrie

Postes disponibles en médecine familiale :

au CLSC Malauze, au CLSC de Matapédia, et au CLSC de Paspébiac :

Urgence, prise en charge de la clientèle, programmes en CLSC, soins de longue durée en CHSLD

- Un modèle d'organisation basé sur la collaboration.
- Une grande disponibilité des médecins spécialistes en support.
- Un milieu débordant de projets à réaliser.
- Une place importante à l'enseignement en médecine (60 périodes-stages en 2005-2006).
- Un haut niveau de qualité propulsé à l'avant-plan de la pratique médicale.
- 67 membres actifs et 47 membres associés : 114 collègues impatients de vous rencontrer !

Joignez-vous à notre équipe !





Dans le Prochain numéro...

- Nous parlerons Recrutement;
- Surprise pour les abonnés au magazine;
- Portrait économique de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine.

Nous serons à la journée carrière Québec 2007, le 11 octobre. Prenez rendez-vous avec les établissements...pour en connaître un peu plus !

Abonnez-vous et participez à L'Antidote !

Parlez de vos expériences, suggérez des sujets, publiez vos articles, faites la promotion de certains événements, exprimez vos talents, présentez vos photos, peintures, dessins, BD, poèmes et autres.

Surveillez les nouveautés sur le site Web www.antidote-gim.qc.ca

Proposez votre matériel à :

André Boudreau, coordonnateur
Agence de la santé et des services sociaux
de la Gaspésie-Îles-de-la-Madeleine
98, route 132, C.P. 269
Percé (Québec) G0C 2L0
Tél. (418) 782-2572 Téléc. (418) 782-5501
Courriel : andre.boudreau.pabok@ssss.gouv.qc.ca

Langis

Gaspésie - Îles-de-la-Madeleine

L'ANTIDOTE

Pour pratiquer la médecine autrement

*Met la table
pour vous !*



Convention de poste-publications 14298041 :
Retourner toutes correspondances ne pouvant être livrées au Canada.
Direction régionale des affaires médicales
144, boul. de Gaspé
Gaspé, G4X 1A9