

L'entre-nous!

Le journal du Jeffery-Hale



**UNE VISITE QUI FAIT TOUJOURS
PLAISIR!**

*Volume 16 - numéro 1
Mars 2015*

JOURNÉE MONDIALE DU BONHEUR VENDREDI 20 MARS 2015

L'Assemblée générale de l'ONU a proclamé le 20 mars,
Journée internationale du Bonheur.

Dans une résolution adoptée par consensus,
l'Assemblée souligne que "la recherche du bonheur est un des
objectifs fondamentaux de l'être humain".

La résolution demande aux 193 pays membres
de célébrer cette journée "de manière appropriée,
notamment par des activités éducatives".

L'idée avait été lancée par le petit royaume bouddhiste himalayen
du Bhoutan, qui a adopté comme statistique officielle le "Bonheur
national brut", plutôt que du Produit national brut.





Le mot de la rédaction

Chères lectrices, chers lecteurs;

À l'heure où mes doigts cliquètent sur le clavier, il appert que, selon les plus récentes informations, le printemps ne serait pas loin de s'ancrer à Québec.

Déjà la noirceur se couche plus tard et les gazouillis des oiseaux sont plus mélodieux (ou peut-être sont-ils moins grelottants ?). Faites comme Monsieur Gros Minou (un matou qui nous a adoptés il y a bien longtemps), yeux mi-clos, collez-vous le nez à votre fenêtre, là où le soleil plombe, vous verrez, c'est magique, le bien-être sera au rendez-vous, et oups, vous oublierez l'hiver.

Je suis toujours impressionnée, année après année, par cette nature si puissante qui refleurit après avoir été enterrée sous des tonnes de neige et congelée à – 40 degrés pendant 4 mois minimum. Le printemps, c'est aussi ça la résurrection...et puis, c'est aussi le temps des sucres, du chocolat de Pâques et des premières fleurs, sans oublier la fête de Saint-Patrick.

Un beau printemps à vous tous !

À mars poudreux, avril pluvieux.

En avril, ne te découvre pas d'un fil.

En mai, fais ce qu'il te plaît.

Marie Bolduc, bénévole

L'entre-nous	3	Mars 2015
--------------	---	-----------



La Perle du mois

Monsieur Denis Marsolais

Monsieur Denis Marsolais est né le 5 juillet 1934 sur le territoire de la municipalité de Saint-Sulpice (pas bien loin de Montréal). Il est le dernier enfant d'une famille de dix qui compte quatre frères et cinq sœurs. Aujourd'hui, il demeure le dernier garçon de la famille et l'une de ses sœurs est toujours active.



Comme ses parents étaient cultivateurs, il a grandi sur la ferme familiale jusqu'à l'âge de 9 ans. Il aimait cette vie à la campagne et il aimait les petits travaux qu'on lui confiait après le temps consacré à l'école de la paroisse. Denis ne détestait pas aller à l'école. Sa matière favorite était les mathématiques.

Malheureusement, sa mère est décédée alors que Denis n'avait que 9 ans. À partir de ce moment, tout a changé dans sa vie. Son père a dû vendre la ferme pour déménager toute la famille en ville, plus précisément à Berthierville. Il a fallu s'organiser autrement. Denis est allé à l'école Saint-François, endroit qu'il affectionnait et où il s'est fait plusieurs amis. La vie a repris son cours.



À 17 ans, il est allé travailler dans le domaine de la construction pour son oncle qui était entrepreneur général. Denis adorait travailler sur les chantiers de construction.

Travailleur apprécié des autres, il aimait particulièrement jouer des tours et il était toujours de bonne humeur et cela, malgré la température, car un charpentier-menuisier, ça travaille dehors et en hiver, ce n'est pas de tout repos.

C'est également difficile lors des canicules d'été. Ce métier lui a permis d'aller un peu partout dans la province de Québec. Il a participé à la construction de plusieurs infrastructures (ponts, écoles, édifices, etc.).



Chemin faisant, il a fait la connaissance d'une belle jeune fille qu'il a trouvée bien à son goût.

Oh surprise, s'appelait Denise!



Les deux tourtereaux se sont mariés le 30 décembre 1954 et ils sont toujours ensemble aujourd'hui! Denise est fidèle à son Denis et elle est toujours à ses côtés. On peut également dire que Denis est fidèle à sa Denise.

En 1965, est arrivé un beau et charmant garçon en bonne santé, qui a été prénommé Alain. Il n'a pas suivi les traces de son père, mais il se débrouille bien pour faire des rénovations dans sa maison.

Lorsque Denis a accroché son marteau (pris sa retraite), l'idée lui est venue de vendre toutes sortes d'objets dans les marchés aux puces. Ce n'était pas pour l'argent, mais plutôt pour rencontrer des gens et s'amuser.

Bien que cela fût un loisir, il fallait se lever tôt et négocier sa place au marché aux puces. Denise ne souhaitait pas particulièrement l'accompagner dans ses tractations au marché aux puces. Homme très sociable, il aimait jouer aux cartes avec les amis, organiser des BBQ et des épluchettes de blé d'Inde.



Ils sont demeurés à Sainte-Béatrix, dans la région de Lanaudière, pendant près de cinquante ans, jusqu'en 2002. Ils ont par la suite déménagé à Québec afin de se rapprocher de leur fils, de leur belle-fille et de leurs trois petits-enfants. Denise déménagea pour la première fois de sa vie. Ce fut une aventure, oh oui...

Quelques années plus tard, la santé de Denis demanda davantage d'interventions médicales. C'est pourquoi, il a été admis au Jeffrey Hale le 3 juin 2014. Au début, l'adaptation a été difficile, mais assez rapidement, il a apprécié sa nouvelle demeure. Maintenant, il aime bien les préposés et les autres résidents.

En terminant, Denis se compte chanceux de voir régulièrement ses petits-enfants.

Il dit merci à toute sa famille de l'épauler et d'être là pour lui.

Son épouse Denise



Comité des résidents

MERCI, MERCI, MERCI !

La période des Fêtes est maintenant derrière nous. Le comité des résidents aimerait souligner l'excellence et la quantité d'activités qui ont été organisées par M. Roch Lamontagne et son équipe de bénévoles pour souligner cette période de festivités.

Non seulement ces activités ont permis de mettre de la joie dans le cœur des résidents, mais aussi dans le quotidien des proches aidants qui accompagnent chaleureusement leurs personnes chères.

Un merci sincère partagé par tous les membres du comité des résidents.

Sylvie

LES MEMBRES DU COMITÉ DES RÉSIDENTS DU JEFF			
<i>FONCTION</i>	<i>NOM</i>		<i>COMITÉ</i>
<i>Présidente</i>	<i>Huguette Lavoie</i>	<i>Bénévole</i>	<i>Unité protégée</i>
<i>Vice-présidente</i>	<i>Renée Gauthier</i>	<i>Bénévole</i>	<i>Risques (chutes, plaies)</i>
<i>Trésorier</i>	<i>Alain Côté</i>	<i>Résident 6^e</i>	<i>Qualité de vie</i>
<i>Secrétaire</i>	<i>Clémence Robitaille</i>	<i>Aidante naturelle</i>	<i>Usagers</i>
<i>Conseillère</i>	<i>Lise Proulx</i>	<i>Bénévole</i>	<i>Qualité de vie</i>
<i>Conseillère</i>	<i>Sylvie Morneau</i>	<i>Aidante naturelle</i>	
<i>POUR NOUS JOINDRE :</i>			
Courriel : comiteresjeff@gmail.com Tél : 418-684-2252, boîte vocale 1454			

L'entre-nous	8	Mars 2015
---------------------	----------	------------------



Nouvelles de la direction



1- ENTRAIDE 2014 *+

La campagne Entraide et celles de nos fondations 2014, dont le slogan était : « Osez changer le monde », s'est avérée un succès encore une fois cette année.

En effet, les activités organisées par les membres du comité ainsi que le tirage d'une carte-cadeau ont connu une réussite considérable. Depuis les trois dernières années, le bilan de la campagne démontre une légère augmentation de gains d'année en année.

De plus, notre institution s'est méritée un prix de distinction pour sa précieuse contribution lors d'une soirée qui a eu lieu le 25 février dernier à l'espace Dalhousie.

Ce prix est affiché à l'entrée principale du Jeffery Hale, ainsi qu'à l'entrée du Saint Brigid's. Les membres du comité remercient les participants aux tirages et aux activités ainsi que les gestionnaires qui ont collaboré au succès de cette campagne.

2- IMPACT DE LA LOI 10

C'est le 6 février dernier que le gouvernement adoptait le projet de loi 10 venant ainsi modifier la gouverne de tous les établissements du réseau de la santé et des services sociaux à l'échelle nationale. La loi sera effective à compter du 1^{er} avril 2015.

Dans la période qui a précédé son adoption, la communauté anglophone s'est mobilisée avec l'appui de l'établissement afin de faire reconnaître l'importance que le Jeffery Hale- Saint Brigid's (JHSB) maintienne son

L'entre-nous	9	Mars 2015
--------------	---	-----------

autonomie afin de préserver sa capacité à bien servir la population d'expression anglaise. Voici les principaux changements apportés pour le JHSB suite à l'adoption de cette loi :

- Le JHSB sera regroupé plutôt qu'intégré au futur Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale (CIUSSS), ce qui lui confère le maintien de son entité juridique et le pouvoir de propriétaire des lieux et de gardiens de sa mission;
- Le JHSB n'aura plus de conseil d'administration ni de direction générale;
- Le JHSB conservera son statut bilingue conformément à l'article 29.1 de la Charte québécoise de la langue française;
- La communauté anglophone occupera un siège au futur conseil d'administration du CIUSSS;
- Le JHSB continuera d'offrir les mêmes services et de fonctionner comme une unité distincte à l'intérieur du CIUSSS avec un directeur qui en coordonne les activités;
- Le JHSB aura son comité consultatif qui exercera son pouvoir de recommandations au conseil d'administration du CIUSSS;
- Le comité des usagers et les comités des résidents sont maintenus.

Au fil de la réorganisation, plusieurs directeurs seront appelés à relever de nouveaux défis à l'intérieur de la nouvelle organisation, alors que d'autres choisiront la retraite. Nous vous tiendrons informés de ces mouvements futurs et soyez assurés que nous ferons le nécessaire pour que le JHSB maintienne des services de qualité, sécuritaires et empreints de compassion durant cette période de grands changements.

3-PROJET SOINS PALLIATIFS

Les travaux liés au réaménagement de l'unité des soins palliatifs et de UTRF vont bon train.

L'entre-nous	10	Mars 2015
--------------	----	-----------

En effet, la clientèle du 2^e étage du Jeffery Hale a été déplacée vers le 1^{er} étage à Saint Brigid's en novembre dernier, ce qui a permis à la clientèle de l'unité transitoire de réadaptation fonctionnelle (UTRF) du 3^e étage du Jeffery Hale de se déplacer au 2^e étage pour le début des travaux.

La clientèle des soins palliatifs sera reconduite au 2^e étage en mars après avoir provisoirement occupé les locaux de l'UTRF. Les travaux de démolition de la phase 2 au 3^e étage pourront donc s'amorcer.

Ce projet de réaménagement apporte son lot de déplacements, mais il est fait dans le souci de mieux servir notre clientèle et de réduire les désagréments occasionnés par le bruit.

Le plus grand souci de nos chargées de projet demeure l'aspect humain, et je profite à nouveau de l'occasion pour les remercier de leur précieuse contribution.

4-PROJET ESPACE JARDIN

Dans le but d'offrir un milieu de vie des plus agréables à nos résidents, nous avons reçu un budget de l'Agence s'ajoutant à une généreuse contribution de la Fondation Jeffery Hale pour concrétiser notre projet de jardin sur les terrains de l'établissement.

Un comité composé d'intervenants du milieu et de représentants de notre clientèle travaille depuis l'automne à identifier les besoins, à en faire l'analyse et à établir les priorités.

Nous en sommes à l'étape de la réalisation des plans par un architecte paysagiste et les travaux débuteront à l'été pour une livraison prévue en août 2015. Un chapiteau sera disposé à l'avant comme par les années passées afin d'accommoder la clientèle durant les travaux.



Directeur général adjoint

L'entre-nous	11	Mars 2015
--------------	----	-----------



Service de soins spirituels

VERS LA FÊTE DE PÂQUES

Bientôt nous allons souligner, comme chrétien, le Jeudi, le Vendredi et le Samedi Saint. Tous ces moments sont précieux dans notre vie chrétienne. Ils nous mènent à célébrer ensemble la fête de Pâques.

JEUDI SAINT

« Tu ne me laveras pas les pieds; non jamais ! »

Pierre ne comprend pas le geste de Jésus qui est là, à genoux devant lui, dans la position de l'esclave. Il ne saisit pas que le Christ n'a qu'une manière d'aimer : *jusqu'au bout!* Jusqu'au bout du service, jusqu'au bout du don de soi, jusqu'au bout de la croix. «Qu'il est difficile d'aimer» chantait Gilles Vigneault. Il aurait pu chanter aussi : «Qu'il est difficile de se laisser aimer». Surtout lorsque celui qui aime ne mesure pas, va à l'extrême limite, jusqu'à verser sa dernière goutte de sang...

En ce Jeudi Saint, Jésus ne nous demande qu'une chose: avoir part avec lui, c'est-à-dire entrer dans cet amour, l'accueillir comme une grâce inattendue, imméritée... Mais il ira plus loin aussi. Étrangement, il ne dira pas : «Aimez-moi, comme je vous ai aimés», mais plutôt : «Aimez-vous les uns les autres comme je vous ai aimés». (Jean 15, 12)

Il n'y a qu'une manière d'aimer totalement le Christ, c'est d'aimer les autres. Les aimer avec son cœur, bien sûr, mais aussi son corps, ses mains, ses pieds, avec tout ce que l'on est.

Seigneur, apprend-moi à me laisser aimer par toi, jusqu'au bout. Et donne-moi d'aimer les autres, comme toi tu m'as aimé : jusqu'au bout.

Texte de Georges Madore, ptre

L'entre-nous	12	Mars 2015
--------------	----	-----------

VENDREDI SAINT

Il n'était pas facile, ce vendredi-là, de reconnaître en Jésus, l'Envoyé de Dieu, le Sauveur du monde... Plusieurs devaient plutôt se demander : Que reste-t-il du message de Jésus? Où sont les malades qu'il a guéris?... les pécheurs qu'il a accueillis?... les disciples qu'il a choisis?...

Celui qu'on avait acclamé quelques jours auparavant, apparaissait ce jour-là comme un homme faible et impuissant, incapable de se défendre. «Il était méprisé, abandonné de tous», nous dit le prophète, «homme de douleurs, familier de la souffrance, semblable aux lépreux dont on se détourne... Nous pensions qu'il était châtié, frappé par Dieu, humilié...»

Il a été flagellé, couronné d'épines et revêtu d'un semblant de manteau royal, en signe de dérision... Pilate le présente à la foule, en disant : «Voici l'homme.» Il exprime ainsi son profond mépris, pour ce prisonnier qu'on lui a amené...

Et pourtant, même s'il est tout défiguré par la torture, même s'il subit les moqueries, les insultes et les humiliations, même si on lui crache au visage, cet homme-là ne perd rien de sa dignité... Il ne sombre pas dans la colère, les désirs de vengeance ou le désespoir...

Jusqu'au bout, il continue d'aimer avec patience et de pardonner à ses bourreaux et à tous ceux qui l'ont abandonné.

En le contemplant, dans sa passion, et sa mort, les croyants reconnaissent en lui, l'Homme accompli, qui met sa confiance en Dieu et qui donne sa vie, par fidélité et par amour. C'est bien Lui, qui nous était annoncé, par les paroles du prophète Isaïe : «C'était nos souffrances qu'il portait, nos douleurs, dont il était chargé... C'est par ses blessures, que nous sommes guéris.»

Aux yeux des croyants, la venue du Christ sur notre terre, ne se termine pas par un échec... Sa mort sur la croix, loin d'être une défaite honteuse, est plutôt une éclatante victoire sur la méchanceté et la mort. Elle est même la cause de notre salut éternel. Le bois de la croix, devient l'arbre de vie... Dieu va jusque-là, pour nous dire qu'il n'y a pas de plus grand amour, que de donner sa vie pour ceux qu'on aime.

Texte de Marc-André Lemay ptr

L'entre-nous	13	Mars 2015
--------------	----	-----------

SAMEDI SAINT

Sans bruit, Dieu fait de grandes choses

Le matin de la Résurrection du Christ, on aurait pu s'attendre à des événements grandioses qui auraient suscité la foi de centaines de personnes et qui auraient converti toutes celles qui avaient condamné Jésus. Mais il n'y a que la pierre roulée et quelques linges à l'intérieur d'un tombeau. Il n'y a que trois femmes apeurées qui reçoivent la mission d'annoncer aux disciples et à Pierre que le Crucifié est vivant et qu'il les attend en Galilée.

Voilà les traces de la victoire de Dieu sur la mort. Le premier jour du monde nouveau commence discrètement. N'est-ce pas souvent la façon d'agir de notre Dieu puissant?

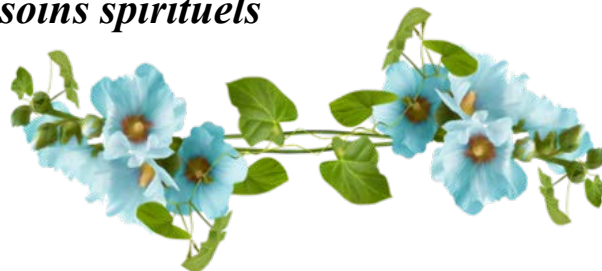
À l'heure où la haine et la mort semblaient l'emporter sur notre terre, Dieu accomplit une œuvre encore plus grandiose que celle de la création, victoire sur le néant, une œuvre plus extraordinaire que l'exode, victoire sur l'esclavage et l'oppression d'un peuple. Cette nuit-là, Dieu fait passer Jésus, d'une mort injuste et honteuse, à la vie, la vie toute nouvelle, libre et éternelle.

De ce tombeau à jamais ouvert, le monde a surgi. Notre avenir n'est plus menaçant et sans issue, car nous croyons que Dieu continue toujours de faire la Pâques pour nous. Regardons attentivement autour de nous. Des petites fleurs, encore bien fragiles poussent sur nos tombeaux. Ne les écrasons pas. Ce sont les fleurs du nouveau monde.

Texte de Normand Provencher, ptre

Puissent ces textes vous aider à bien vivre ce temps du Triduum Pascal.
Joyeuses Pâques à chacun et chacune de vous!

Conrad Poulin, ptre
Intervenant en soins spirituels





Ça se passe au Jeff!

OUI, IL S'EN PASSE DES CHOSES AU JEFF!

Voici pour vous, un résumé des activités qui se vivent au Coin Soleil la plupart du temps, mais aussi sur les étages.

Le lundi, la Zoothérapie, Animoforme et la Stimulation globale sont offerts sur les étages. Les mardis et jeudis matin, Roch regroupe les résidents sur les étages pour un brunch à 8 heures. Le mercredi après-midi c'est la messe au Coin Soleil.

Le Bonhomme Carnaval nous rend visite comme à chaque année. Il a été particulièrement présent cette année. Il a parlé à chacun des résidents et a accepté d'être photographié avec eux. Il avait du temps pour le faire. Les personnes présentes ont beaucoup apprécié son amabilité.



Ça se passe au Jeff!



Les résidents apprécient quand Bonhomme prend le temps de leur parler et de se faire photographier avec eux



Le 12 mars, ces deux musiciens, commandités par S.A.M.S., ont joué de la musique classique pour les résidents.

Ça se passe au Jeff!

Le dîner de la St-Valentin, beau moment pour se retrouver et témoigner de l'affection aux résidents. Madame Marcelle Gagnon nous invite à chanter, c'est merveilleux. Voici des photos prises durant ce repas convivial.

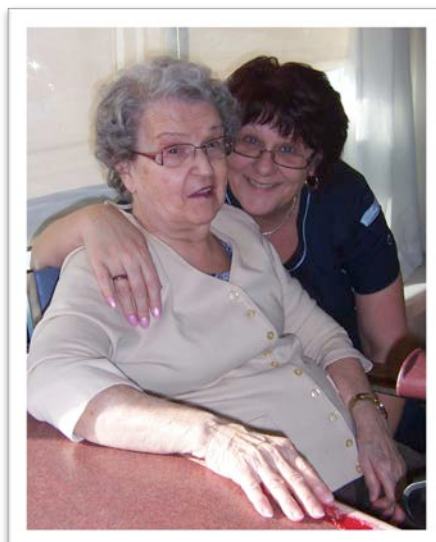


Mme Marcelle Gagnon



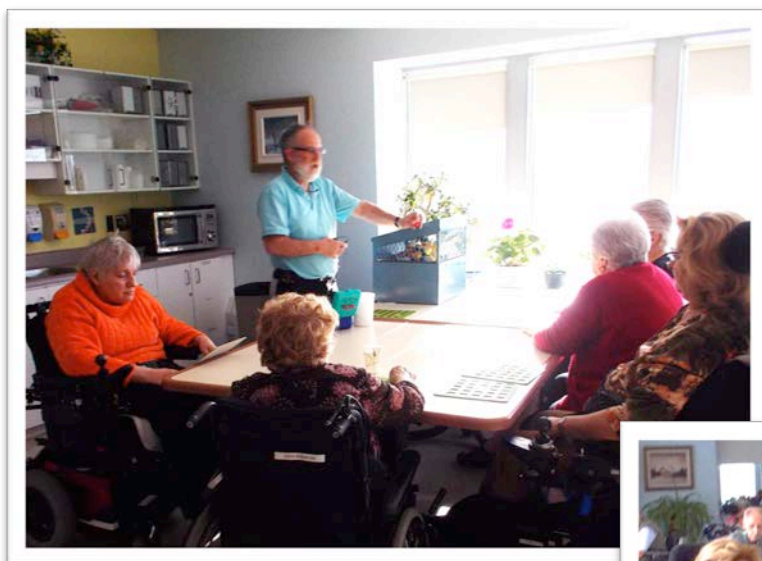
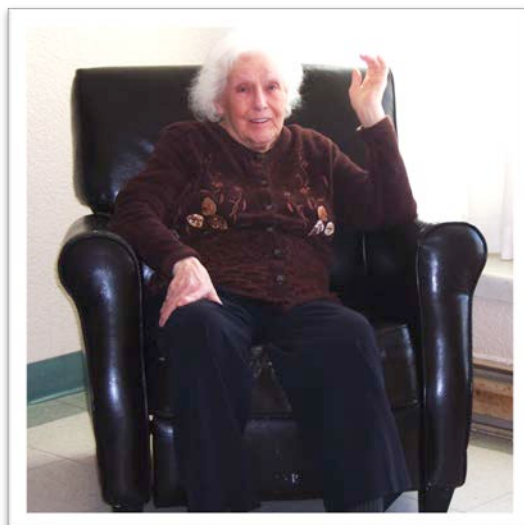
Ça se passe au Jeff!

Je suis passée à Saint-Brigid's et j'ai rencontré des résidents au 1^{er} étages. Ce sont les résidents qui ont été transférés du Jeff, durant que le temps que les réparations se fassent au 3^{ième} étage. Ils étaient réunis dans une salle, seuls ou accompagnés d'un membre de leur famille. Voici quelques photos de ces résidents, de leurs proches et de certains intervenants qui travaillent auprès d'eux.



Ça se passe au Jeff!

Ces deux résidentes du Jeff vivent également à Saint-Brigid's durant les travaux au Jeff.



Les résidents jouent au bingo au Coin Soleil pratiquement tous les jeudis en compagnie des bénévoles supervisés par notre ami Roch.



Ça se passe au Jeff!













Mme Ginette Leclerc, bénévole, souhaite la bienvenue aux résidents en ce jour de la St Patrick. Elle leur transmet des vœux spécialement conçus pour les Irlandais qui arrivaient autrefois au Québec. Ces vœux sont également à propos pour nous tous aujourd'hui!















Puissiez-vous avoir une maison contre le vent
Un toit contre la pluie
L'amour d'une famille unie
Puissiez-vous toujours être entourés de gens joyeux et d'éclats
de rire
De tous ceux que vous aimez.
Puissiez-vous avoir tout ce que votre cœur désire.

Les anniversaires

Bonne Fête !	AVRIL 2015						
	Dim.	Lun.	Mar.	Mer.	Jeu.	Ven.	Sam.
02 Mme Claudette Levesque				1	2	3	4
13 Mme Rollande Ouellet							
16 M. Jean-Claude Dupré							
16 Mme Gisèle Morneau							
16 M. Pierre Royer							
16 Mme Danielle Tremblay	5	6	7	8	9	10	11
17 Mme Paquerette Levesque							
18 M. Michel Garant							
20 M. Maurice Hamel	12	13	14	15	16	17	18
21 M. Alphonse Racine					 		
29 Mme Adrienne Boies							
29 Mme Gaétane Bérubé							
	19	20	21	22	23	24	25
							
	26	27	28	29	30		
				 			

Toute l'équipe de L'entre-nous
vous souhaite
un bel anniversaire!

Les anniversaires

Bonne Fête !	MAI 2015						
	Dim.	Lun.	Mar.	Mer.	Jeu.	Ven.	Sam.
03 Mme Françoise Jarrold						1	2
04 Mme Thérèse Nolin							
09 M. Sylvain Gérard Léonard							
10 M. Daniel Carignan							
10 Mme Marie-Line Morneau							
16 Mme Antonine Fleury	3	4	5	6	7	8	9
21 Mme Nellie Gast							
23 M. Germain Villeneuve							
27 M. Léopold Gauthier	10	11	12	13	14	15	16
27 Mme Jeannette Gilbert	 						
30 Mme Suzanne Bédard							
	17	18	19	20	21	22	23
							
	24	25	26	27	28	29	30
				 			
	31						

Toute l'équipe de L'entre-nous
vous souhaite
un bel anniversaire!



Témoignage

MA GRAND-MAMAN ROSE

Mamie-Rose, ou Grand-maman Rose, était ma grand-mère maternelle. Du haut de ses 93 ans, elle nous a dit au revoir l'an dernier et ce fut pour toute ma famille, un départ déchirant. Il va sans dire que **Rose-Aimée Côté** était toute une femme! Je lui disais affectueusement qu'elle devait être faite en *téflon* tant les difficultés et les malheurs lui glissaient sur le dos comme du beurre dans la poêle. Ma Rose-Aimée, elle, préférait plutôt s'entourer d'amour et de petits bonheurs et c'est ce qu'elle m'a enseigné tout au long de sa belle et longue vie.

Rose-Aimée portait si bien son nom, elle qui était tellement AIMÉE. Elle savait illuminer une pièce par son rire contagieux et, elle débordait d'amour pour les membres de sa famille. Mais attention, Rose avait tout un caractère! D'un simple regard perçant, elle remettait à sa place toute personne qui osait s'en prendre à ses proches. C'est que Mamie-Rose était un véritable pilier, le ciment qui nous unissait les uns aux autres. Elle nous a appris que la famille était notre bien le plus précieux et qu'il fallait chérir les moments où nous nous retrouvions ensemble.

D'ailleurs, je ne peux que sourire en me rappelant une veillée à l'hôpital, alors que les médecins nous préparaient à lui dire au revoir, plus d'un an avant son véritable départ (c'est que voyez-vous, Rose-Aimée avait décidé que ce n'était pas du tout son heure, et quand Rose voulait quelque chose, le Bon Dieu avait intérêt à écouter!).

Imaginez-vous la scène : ses 6 enfants et conjoints, ainsi que la plupart de ses petits-enfants, tous dans la « toute petite » salle familiale pendant plus

de 24 heures, se relayant afin de profiter des 5 minutes par heure qui nous était allouées pour la voir.

Une vraie « *Mama italienne* »! Je me rappellerai toujours qu'alors que nous étions tous là, ébranlés et les nerfs à vifs, elle nous répétait que nous devrions retourner chez nous parce que cela nous coûterait trop cher en frais de stationnement... Nous pourrions la visiter lors de son retour à la maison, qu'elle disait. Elle a eu raison finalement, sacrée Grand-maman!

Rose était la mère de six enfants, quatre filles et deux garçons. À plus d'une reprise, elle s'est retrouvée seule durant de longues périodes pour les élever, mon grand-père Roland étant militaire, déployé entre autres au Vietnam et en Corée. Même dans ces conditions, on raconte que la maison de Mamie-Rose brillait toujours comme un sou neuf et qu'elle trouvait toujours le temps pour cuisiner des repas complets, toujours accompagnés de sa délicieuse soupe! Elle a trimé dur, mais elle s'assurait que ses enfants ne manquaient jamais de rien.

Francis Cabrel chantait : *Elle a dû faire toutes les guerres, pour être si forte aujourd'hui, elle a dû faire toutes les guerres de la vie, et l'amour aussi...* Ce passage, c'est tout à fait ma Grand-Maman Rose. C'est par son amour des autres qu'elle a traversé ses propres guerres et c'est ce qui la rendait si forte et si douce à la fois.

Le 11 février, cela a fait un an que ma belle Grand-Maman Rose nous a quittés. Nous nous sommes retrouvés tous ensemble afin de nous remémorer son passage parmi nous. Elle en aura marqué des cœurs cette Rose-Aimée. En tout cas, elle aura certainement gravé sa place dans le mien. Je me répète encore que je souhaite pouvoir vieillir afin de devenir, ne serait-ce qu'une parcelle, de ce petit bout de femme extraordinaire qu'elle a été. Grand-maman Rose, j'espère que tu continues de semer le bonheur d'où tu es... Je suis sûre que tu t'es déjà trouvé des partenaires de cartes pour jouer à ton jeu préféré, le *Tock!* Sache que tu es toujours près de moi, je t'aime très fort,

Audrey xxx

L'entre-nous	24	Mars 2015
--------------	----	-----------

Témoignage



Chaque semaine, différentes activités sont offertes au Coin Soleil. Ces activités permettent aux personnes hébergées de sortir du quotidien, de se rencontrer et de partager. C'est du « Bonheur » et ce grâce aux bénévoles qui sont là pour partager la tâche et faire en sorte que la vie soit belle.

Je veux dire à tous les bénévoles combien leur présence est importante au Jeff et combien je l'apprécie. Les membres des familles et moi sommes chanceux que nos proches puissent profiter de ces occasions qui permettent de changer un peu la routine du quotidien.

Merci mille fois à vous tous, chers bénévoles!
Je vous aime.

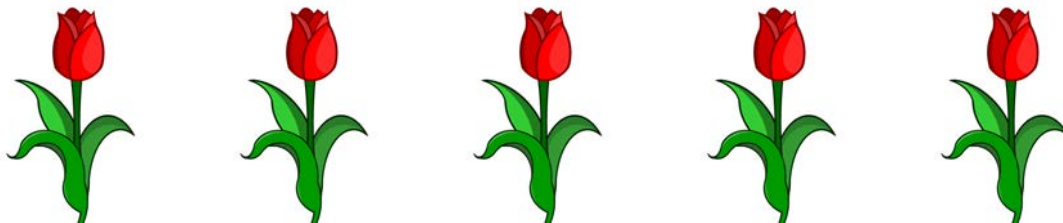
Berthe Lesage, aidante naturelle



PETITE DEMANDE DE ROCH

Roch demande à ceux qui le peuvent, de lui apporter des pots de fleurs pour permettre la transplantation des fleurs et des plantes en prévision de la venue du printemps et de l'été, espérée de nous tous.

Merci à l'avance de vos généreuses réponses à cette demande!



L'entre-nous	25	Mars 2015
--------------	----	-----------

Accueils et Adieux



Mme Suzanne Roy
M. Émile Dionne
Mme Jacqueline Veilleux
M. Joseph Eustache
M. Benoit Morency
Mme Irène Labrecque
Mme Marthe Renaud
Mlle Pierrette Samson
M. Édouard Lambert
Mme Marie-Paule Simard
M. Hector Lemay
Mme Julithe Kakasi
Mme Thérèse Lessard
Mme Murielle Rivard
Mme Gisèle Amyot
M. Alphonse Racine
Mme Jeannette Gilbert
Mme Jeanne D'Arc Mercier
M. Germain Villeneuve
M. Luc Gauthier
M. André Bossé

Bienvenue chers résidents



Mme Marthe Chabot
M. Doria Tremblay
Mme Monique Levasseur
Mme Véronique Dauphin
M. Rolland Houde
M. Raymond Vachon
Mme Madeleine Paré
M. Félix Drouin
Mme Irène Labrecque
M. Édouard Lambert
Mme Adrienne Boies
Mme Colette Sauvageau
Mme Aurore Levesque
M. Émile Dionne
Mme Muriel Picher
Mme Cécile Jacques
Mme Marielle Savard
M. Gilles Roy
Mme Agathe Lessard
M. Jacques Gorguet

*Nos plus sincères
condoléances aux proches*



Saviez-vous que...

MARIE BOLDUC

DIEU N'EST PAS VRAIMENT PARTOUT !

Une application permet de confesser ses péchés via le Smartphone d'Apple.
L'Église catholique américaine approuve, mais Rome refuse.



Les catholiques ne peuvent pas se confesser via leur *iPhone*, a jugé le Vatican. Le porte-parole du Vatican, le père Federico Lombardi, a expliqué que la technologie ne pourrait jamais se substituer à

l'absolution accordée par un prêtre à un pécheur. L'application *Confession: A Roman Catholic app*, vendue \$1,99 avait pourtant été approuvée par la Conférence des évêques catholiques américains. Dans cette affaire, Rome a donc contredit l'Église catholique américaine.

L'application voulait permettre « un examen de conscience personnalisé pour chaque utilisateur », selon la société américaine Little iApps, basée dans l'Indiana. « Notre volonté est d'inviter les catholiques à adapter leur foi à la technologie numérique », avait expliqué l'un des concepteurs.

Loin d'être convaincu, le père Federico Lombardi a affirmé qu'on « ne peut en aucun cas parler de confession via iPhone ». Le Vatican a par ailleurs souligné que le sacrement de pénitence nécessitait la présence du pénitent et du prêtre.

Source : Le Point.fr

LE CERVEAU A AUSSI BESOIN D'UNE PAUSE

Les pauses sont bénéfiques pour le cerveau, car elles lui permettent de prendre le temps d'assimiler les informations recueillies. C'est la conclusion qui est tirée d'une récente étude américaine.

Le cerveau n'arrête jamais de travailler pour nous, mais durant les pauses, il en profite pour faire le point.

Pour cette étude, on a analysé l'activité cérébrale de 16 personnes à l'aide de l'imagerie par résonance magnétique. L'IRM s'est faite avant et pendant un visionnement d'images ainsi que durant la pause qui a suivi.

Les volontaires n'avaient aucune idée qu'ils participaient à un test de mémorisation. On leur avait simplement dit que pendant leur pause, ils devaient rester éveillés et penser à n'importe quoi.

On a constaté que les zones très actives du cerveau durant le visionnement des images le demeuraient durant la pause, alors qu'elles étaient presque en repos avant de voir les images. Le cerveau travaille donc pour mémoriser ce que l'on vient de lui montrer, même quand on se détend quelque temps.

Plus l'activité du cerveau était similaire durant le visionnement et pendant la pause, plus les participants avaient bien mémorisé les images présentées. On croit que pendant les pauses, les zones de l'hippocampe et le néocortex travaillent ensemble pour former la mémoire.

Source : Sélection du Reader's Digest

AVOIR DU TEMPS LIBRE EST UNE NÉCESSITÉ

Une étude portant sur l'humeur des adultes salariés démontre que les personnes sont plus heureuses durant le week-end.

Selon le *Journal of Social and Clinical Psychology*, il est essentiel de s'accorder des temps libres. Ceux-ci ont généralement lieu le week-end et sont associés à des sentiments de liberté et d'intimité. Les personnes peuvent relaxer, passer du temps avec leur famille ou leurs amis, ce qui favorise les rapprochements.

La semaine est plus souvent synonyme de contrôle, de pression et de plusieurs contraintes.

Même si les gens aiment leur travail, peu importe leur salaire, leur horaire, leur âge ou leur profession, la majorité se sent mieux le week-end, selon l'étude de l'Université de Rochester, aux États-Unis, qui a interrogé 74 personnes âgées de 18 à 62 ans qui travaillaient au moins 30 heures par semaine.



Cette étude confirme donc la théorie voulant que parmi les besoins de base de l'être humain, on retrouve l'autonomie, la compétence et la sociabilité.

Source : Sélection du Reader's Digest

En naviguant sur Internet, j'ai découvert quelques petits trésors de conseils de santé. À vous d'essayer si ça fonctionne !

Mal à la gorge ?

Mélangez 1/4 tasse de vinaigre avec 1/4 tasse de miel et prenez-en 1 cuillerée à soupe 6 fois par jour. Le vinaigre tue les bactéries.



Le miel peut améliorer les imperfections de la peau

Couvrez le bouton avec une couche de miel et mettez un pansement par-dessus. Le miel tue les bactéries, garde la peau stérile, et accélère la guérison. Il travaille pendant la nuit.

Le vinaigre pour guérir les bleus

Trempez un tampon d'ouate de coton dans du vinaigre blanc et appliquez-le sur le bleu pendant une heure. Le vinaigre réduit la couleur bleuâtre et

accélère la guérison.

Le gruau pour soulager rapidement la douleur arthritique

Mélangez deux (2) tasses de gruau avec une (1) tasse d'eau dans un bol et chauffez au four à micro-ondes pendant une (1) minute; attendez que ça refroidisse un peu puis, appliquez le mélange dans vos mains pour les soulager des douleurs arthritiques.

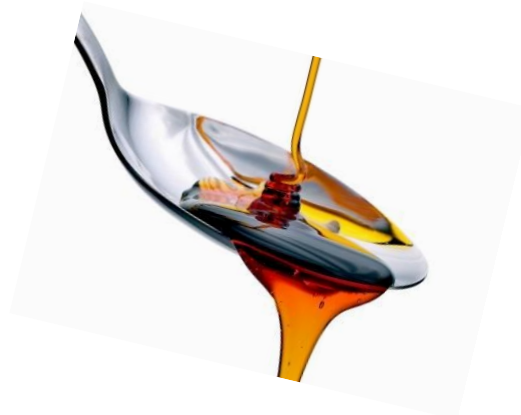
Source : Internet

La recette du mois

BISCUITS AU SIROP D'ÉRABLE

Ingrédients :

10 mL (2 c . à thé) de poudre à pâte
338 mL (1 1/2 tasse) de farine
125 mL (1/2 tasse) de lait
1 oeuf battu
125 mL (1/2 tasse) de shortening
225 mL (1 tasse) de sirop d'érable
338 mL (1 1/2 tasse) de flocons d'avoine
125 mL (1/2 tasse) de noix
50 mL (1/4 tasse) de pépites de caramel écossais (facultatif)



Préparation :

Étape 1 :

Dans un grand bol à mélanger, incorporer la poudre à pâte, la farine, le lait, l'oeuf, le shortening (ou le beurre) et le sirop d'érable.

Étape 2 :

Ajouter les flocons d'avoine et les noix (ajouter les pépites de caramel écossais – si désiré) au mélange.

Étape 3 :

Disposer des boules de la taille d'une cuillerée à soupe sur une plaque à biscuits non beurrée.

Étape 4 :

Cuire à 190 °C (375 °F) pendant 10 minutes.

Bon appétit!

Roch et ses amis



Tordant!

MARIE BOLDUC

Une dame aux cheveux argentés téléphone à son voisin et lui dit :

« S'il te plaît, viendrais-tu chez moi? J'ai besoin de ton aide pour commencer à assembler un puzzle. »

Son voisin décide d'aller lui donner un coup de main. Arrivé chez elle, elle le laisse entrer et lui montre toutes les pièces du casse-tête éparpillées sur la table.

Son voisin lui demande: « Qu'est-ce qu'il est supposé représenter ton casse-tête ?»

Elle lui répond : « Selon la photo sur la boîte, ça devrait être un coq. »



Il se met à examiner les morceaux pendant un certain moment, puis regarde la boîte et, se tournant vers elle, il lui dit : « Premièrement, peu importe ce que nous faisons, nous ne serons pas capables d'assembler ces morceaux pour en faire un coq. »

Il prend sa main et lui dit : « Deuxièmement, je veux que tu te relaxes. Prenons une bonne tasse de thé. » Et ensuite, il ajoute après avoir laissé échapper un profond soupir ...

« Remettons tous les Corn Flakes dans la boîte ! »

PENSÉES EN VRAC

Un mec est venu sonner chez moi pour me demander un petit don pour la piscine municipale, je lui ai donné un verre d'eau.



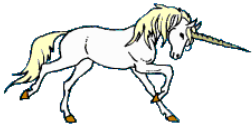
Cette nuit, un voleur s'est introduit chez moi, il cherchait de l'argent... Je suis sorti de mon lit et j'ai cherché avec lui.

La seule fin heureuse que je connaisse, c'est la fin de semaine.

De chez moi au bar il y a 5 minutes, alors que du bar à chez moi il y a 1h50 min.

L'ironie c'est quand tu rentres en prison pour vol de voiture et que tu en sors pour bonne conduite.

Si ton ex te dit: «Tu ne trouveras jamais quelqu'un comme moi !», réponds-lui : « Heureusement ! »



Ne jamais jouer à saute-mouton avec une licorne.
JAMAIS!

Les parents sont les deux personnes qui t'apprennent à marcher et à parler, pour te dire ensuite de t'asseoir et de te taire!

Le travail d'équipe est essentiel. En cas d'erreur, ça permet d'accuser quelqu'un d'autre!

Avant, je savais bien écrire et, un jour, j'ai eu un téléphone portable et depuis il c produit kelk choz 2 biz...



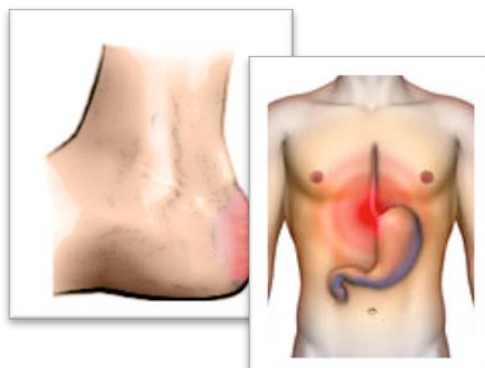
L'être humain est incroyable, c'est la seule créature qui va couper un arbre, en faire du papier et écrire dessus « Sauvez les arbres ».



Au jeu!

Merci à madame Andrée Delisle, bénévole au Jeff
de nous avoir fourni ces jeux
pour notre édition de mars 2015.

Trouvez l'expression représentée par l'image :



Complétez les expressions correspondant aux définitions ci-dessous (une lettre par tiret) :

1. Admirer quelqu'un, c'est le mettre sur un _ _ _ _ _ .
2. Notre relation est très bonne et très stable, elle est au _ _ _ _ _ .
3. Nous avons beaucoup de points communs, et d'affinités, nous avons des _ _ _ _ _ .
4. Nous nous entendons parfaitement, nous avons une vraie complicité, nous nous entendons comme _ _ _ _ _ .
5. Au contraire, nous ne nous supportons pas, nous n'arrêtons pas de nous disputer, comme _ _ _ _ _ .
6. Cet acteur est le préféré des adolescentes, c'est leur _ _ _ _ _ .
7. Ce prof n'arrête pas de me critiquer, je crois qu'il a une _ _ _ _ _ contre moi.

Mots commençants par les lettres "STA"

1. Période de formation au service d'une entreprise : _____
2. Pend du haut d'une caverne : _____
3. S'érige en colonne dans une caverne : _____
4. Conforme à une norme de fabrication en série : _____
5. Qui ne bouge pas : _____

RÉPONSES AU JEU PAGE 51

L'entre-nous	34	Mars 2015
--------------	----	-----------



Réflexion de Sr Yvonne

Maryse Cyr, l'auteur de l'article qui suit, est affiliée à ma communauté Bon-Pasteur! Elle est aussi formatrice PRH, un organisme de formation humaine, comme elle le présente à la fin de son texte.

Cette réflexion sur la SOLIDARITÉ HUMAINE, à partir de l'expérience de la Dr Joanne Liu pour gérer l'épidémie d'Ébola, est de nature à nous aider à reconnaître, autour de nous, des gestes de solidarité vécus dans le quotidien: par exemple la compassion des aidant(es) naturel(les) ou professionnel(les) dont on est témoin ici au Jeffery Hale.

L'entraide des résidents et résidentes entre eux et elles, dans la mesure de leurs capacités si petites soient-elles... Solidarité humaine aussi dans la prière que nous faisons pour les personnes et les pays aux prises avec de lourdes souffrances, de conflits meurtriers... etc.

Laissons-nous émerveiller par le courage de cette femme docteur et aussi par les plus proches autour de nous qui manifestent une solidarité réconfortante et génératrice de VIE!

Docteure Joanne Liu, originaire de Charlesbourg, est présidente internationale de Médecins sans frontières (MSF), une des plus importantes organisations humanitaires au monde. Elle occupe ce poste depuis octobre 2013.

Avant d'occuper le poste de présidente, elle a participé à une vingtaine de missions de MSF sur quatre continents. En accédant à la présidence, elle a pris congé de son poste d'urgentologue pédiatrique au CHU Sainte-Justine.

Soeur Yvonne Lapolice, bénévole.

L'entre-nous	35	Mars 2015
--------------	----	-----------

SOLIDARITÉ HUMAINE

L'Ébola, qui n'en a pas entendu parler? C'est cette épidémie qui sévit en Afrique et qui peut traverser les frontières sans aucune invitation. Dans cette situation assez stressante, y a-t-il trace d'espérance pour notre monde?

J'ai récemment lu un article concernant la D^{re} Joanne Liu, un médecin de Montréal au Québec, qui a été élue présidente internationale de Médecins sans frontières. Elle œuvre pour cet organisme depuis 1996. Elle a consacré les derniers mois à gérer, à temps plein, l'épidémie d'Ébola. Qu'est-ce qui peut bien inciter une femme médecin de chez nous à investir sa vie auprès des plus démunis à l'étranger? Que dis-je? C'est plus qu'investir! Cela va parfois jusqu'à risquer sa vie pour secourir des malades à l'autre bout du monde, des gens qu'elle ne connaît pas personnellement.

Des êtres humains vivant sur d'autres continents me sont-ils si inconnus? À première vue, ils m'apparaissent vivre au bout du monde. Mais, quand je m'y arrête un instant, ils ne sont pas si loin. Ce qui leur arrive ne me laisse pas indifférente. Nous sommes de la même race. Nous partageons la même Terre et, surtout, nous portons des aspirations qui se ressemblent : réussir sa vie, qu'elle ait du sens, que nos enfants s'épanouissent, qu'ils grandissent dans un climat de sécurité, qu'ils deviennent des adultes se soutenant mutuellement et s'entraïdant.

Évidemment, la D^{re} Joanne Liu n'a pas choisi la p'tite vie tranquille, mais elle se vit tout de même en fidélité à ses aspirations, à ses valeurs profondes de justice, de solidarité humaine et de don de soi. Toute sa personne s'est engagée pour réaliser son rêve de travailler à l'étranger, auprès des laissés-pour-compte. Sa formation académique a été planifiée dans l'optique de pouvoir servir partout dans le monde, peu importe les conditions. Quelle détermination!

La D^{re} Joanne Liu ne se prend pas pour une héroïne.



Voilà plutôt ce qu'elle répond à ceux qui la qualifient ainsi : «La mère Congolaise qui marche pendant des jours pour venir me voir, avec son enfant malade sur le dos, c'est elle la vraie héroïne.»

Je m'émerveille de constater cette bonté, cette humilité, cette générosité humaine qui existent au cœur de cette personne, ce don de soi qui me fait croire avec certitude à la valeur intrinsèque du cœur humain. Je crois que nous sommes faits pour nous serrer les coudes, faire face aux défis actuels sur la planète, vivre cette solidarité humaine qui nous habite tous.

Mais quelle route parcourir pour que chacun, chacune puisse découvrir ce qu'il porte au cœur de lui-même et ce qu'il a à offrir à l'humanité?

Il me revient cette phrase d'André Rochais : « Notre visée, c'est de libérer en toutes personnes les richesses de son être et toutes ses potentialités, pour son bien à elle d'abord, mais aussi pour le bien de l'Humanité. »¹

Je me surprends à rêver à ce que serait notre monde si chacun découvrait les richesses de son être et pouvait les mettre au service de l'humanité.



Depuis la nuit des temps, on entend l'expression : « Connais-toi toi-même! ». Oui, c'est bien par là qu'il faut commencer.

Les formations « **Qui suis-je?** », « **Découvrir les traits de mon identité** » et « **Progresser en solidarité** » aident à découvrir le beau et l'unique de chaque personne, puis à s'y engager. J'ai foi en notre humanité! L'engagement de la D^{re} Joanne Liu est un exemple concret qu'il est possible de vivre notre solidarité humaine à partir de ce que nous offrent les événements du quotidien. Tout devient possible à partir de là!

Maryse Cyr, formatrice PRH

¹ Citation tirée du texte « La formation PRH, ses étapes, sa visée », André Rochais

Nos lecteurs nous écrivent



SEMAINE DES TRAVAILLEURS SOCIAUX ET DES TRAVAILLEUSES SOCIALES 2015

Dans le cadre de la semaine des travailleurs sociaux et des travailleuses sociales qui a lieu du 23 au 29 mars 2015, les travailleurs sociaux du Jeffery Hale-Saint-Brigid's désirent vous faire découvrir leur profession parfois méconnue. Pourtant, les rôles exercés par les travailleurs sociaux au sein du JH-SBH sont variés. Dans l'ensemble, les travailleurs sociaux peuvent vous apporter aide, conseil et assistance en lien avec les différentes épreuves que la vie peut vous présenter. Nous souhaitons que suite à la lecture de ce texte, vous ayez une meilleure connaissance de la profession et que vous soyez à l'aise de recourir aux services des travailleurs sociaux du Jeffery Hale-Saint-Brigid's.

QUE FONT LES TRAVAILLEURS SOCIAUX?

Le rôle des travailleurs sociaux est de soutenir et rétablir le *fonctionnement social* de la *personne* dans le but de favoriser son développement optimal en interaction avec son *environnement*. Par *fonctionnement social*, on réfère à la façon dont ceux-ci exercent leurs divers rôles sociaux ainsi qu'aux moyens dont ils disposent pour y parvenir. La *personne* peut être un individu, un couple, une famille et une collectivité. Quant à l'*environnement*, il implique le milieu de vie de la personne, ses réseaux d'appartenance, ses rôles sociaux ainsi que ses conditions matérielles et sociétales. Pour soutenir ou rétablir le fonctionnement social, ils procèdent à une évaluation, déterminent un plan d'intervention et en assurent la mise en œuvre.

Les valeurs des travailleurs sociaux se fondent sur la défense des droits humains et la promotion des principes de justice sociale. Le travailleur social vise à favoriser et renforcer le pouvoir d’agir des personnes et des communautés dans l’exercice de leurs droits, l’accomplissement de leurs rôles sociaux, leurs relations interpersonnelles, leur participation citoyenne en relation avec le développement social.

OÙ TROUVER LES TRAVAILLEURS SOCIAUX?

L’Ordre des travailleurs sociaux et des thérapeutes conjugaux et familiaux du Québec réunit plus de 12 000 travailleurs sociaux qui œuvrent dans toutes les régions du Québec. On les trouve notamment :

- dans les CLSC, CHSLD, centres hospitaliers, centres jeunesse, centres de réadaptation, etc.;
- dans les institutions d’enseignement primaire, secondaire ou collégial;
- dans les organismes communautaires;
- dans les centres d’aide aux victimes d’actes criminels, centres de femmes, les maisons de jeunes, les regroupements de personnes assistées sociales;
- dans les services de médiation familiale ou d’expertise psychosociale de la Cour supérieure;
- au Bureau du Curateur public;
- dans les ministères;
- en pratique autonome;
- au sein de diverses entreprises offrant un programme d’aide aux employés.

DANS LA COMMUNAUTÉ ANGLOPHONE DE QUÉBEC?

Le Jeffery Hale – Saint Brigid’s compte sur une équipe de travailleurs sociaux qui vous offre une gamme de services bilingues pour tous les groupes d’âge.

Les travailleurs sociaux du JH–SBH offrent des services psychosociaux et de santé mentale, des services aux familles, aux enfants et aux jeunes et des services aux personnes âgées et à domicile.

L’entre-nous	39	Mars 2015
--------------	----	-----------

La plupart de nos services sont gratuits sur présentation d'une carte d'assurance maladie du Québec valide.

Notre objectif consiste à offrir des services de qualité et à créer des programmes et activités adaptés à la communauté anglophone de la région de la Capitale-Nationale.

QUEL EST LE RÔLE DE LA TRAVAILLEUSE SOCIALE À LA RÉSIDENCE JEFFERY HALE ?

Principalement, la travailleuse sociale vise en complémentarité avec les autres professionnels à assurer la meilleure qualité de vie possible aux personnes hébergés, en fonction de leurs besoins spécifiques et de leur propre réalité.

COMMENT CONCRÈTEMENT PEUT-ELLE Y ARRIVER?

- En assurant un rôle d'information, de référence et d'orientation concernant les services offerts, les ressources disponibles, ainsi que les programmes et lois existants en lien avec la personne hébergée en soins de longue durée.
- En supportant le résident et ses proches dans l'intégration et l'adaptation à son nouveau milieu de vie.
- En facilitant les interactions entre le résident et son milieu (famille, personnel, autres résidents).
- En offrant du soutien et le l'écoute au résident et/ou à ses proches face à la perte d'autonomie.
- En veillant à la protection du résident par l'évaluation spécifique nécessaire à l'ouverture d'un régime de protection ou de l'homologation d'un mandat d'inaptitude.
- En assurant un soutien dans l'accompagnement des dernières étapes de vie de la personne hébergée.

POUR PLUS D'INFORMATION?

Pour plus de précisions sur les services du Jeffery Hale – Saint-Brigid's, communiquez au 418-684-JEFF (5333) ou Marianne Marcoux, travailleuse sociale à la résidence Jeffery Hale au 418-684-5333 poste 1337.

L'entre-nous	40	Mars 2015
--------------	----	-----------

Nos lecteurs nous écrivent

LE JEFFERY HALE – SAINT BRIGID’S AU PENTATHLON DES NEIGES

Le 22 février 2015, sur les Plaines d’Abraham, deux équipes du JHSB ont participé au *Pentathlon des neiges - Journée santé et services sociaux*, une activité réservée aux employés des établissements de santé de la région.

Notre équipe masculine « *Les Jefferys* » a terminé 2^e sur 41, toute une réussite ! Mention spéciale à notre équipe féminine, « *Les Brigids* », pour le fantastique esprit d’équipe dont elles ont fait preuve tout au long de la compétition.

Nous tenons à féliciter tous les participants à cette activité physique pour avoir donné un bel exemple en prenant soin de leur santé et de leur mieux-être.



Équipe des hommes :

Alain Bélanger (raquette),
Danny Roche (vélo), Jean-
Marc Tanguay (patin),
Gabriel Audet (course), et
Michel Mercier (ski de
fond)

Équipe des femmes :

Lee-Ann Lavoie (ski de fond),
Stéphanie Breton
(raquette), Marie-Hélène
Faguy (vélo), Laura-Lee
Bolger (patin), et Mélanie
Chadenet-Valin (course)

Malgré le froid, les supporters du Jeffery Hale – Saint Brigid’s ont encouragé les athlètes avec beaucoup d’enthousiasme et de bruit.



Nos lecteurs nous écrivent

CONNAISSEZ VOUS L'HISTOIRE DU JEFF ? (réponses à la page 45)

1. Qui a fondé le Saint Brigid's Home ?
 - A) Le père Bernard McGauran
 - B) Jeffery Hale
 - C) Mme Elizabeth Amherst
2. Quelle est l'année de fondation de l'hôpital Jeffery Hale?
 - A) 1856
 - B) 1865
 - C) 1870
3. En quelle année le Saint Brigid's Home et l'Hôpital Jeffery Hale ont uni leurs compétences en une même organisation solide, qui renforce le système de santé de la région?
 - A) 1865
 - B) 1907
 - C) 2007
4. Jeffery Hale a été le fondateur de :
 - A) La Banque de Prévoyance et d'Épargnes de Québec
 - B) La Free Chapel Sunday School
 - C) A et B
5. En 1990 a été publié le livre intitulé : Centre Hospitalier Jeffery Hale's Hospital Centre 1865-1990. Il a été écrit par :
 - A) La Société historique de Québec
 - B) Alain Gelly
 - C) Louisa Blair
6. En 1986, les auxiliaires bénévoles ont publié un livre de recettes. Quel a été le titre du livre?
 - A. Recettes délicieuses
 - B. Cuisine auxiliaire
 - C. On mange bien au Jeffery!

Nos lecteurs nous écrivent

Pourquoi un retraité est toujours occupé!!!!!!]

Lisez-ce qui suit et vous comprendrez pourquoi les retraités n'ont jamais le temps de rien faire.

On diagnostique chez les personnes vieillissantes un D.F.M.A.A. c'est-à-dire :

Dérèglement des Fonctions Mnésiques Amplifié par l'Âge ??

C'est un désordre caractérisé par les symptômes suivants.

Je décide de laver ma voiture.

En me dirigeant vers le garage, je remarque qu'il y a du courrier sur le petit meuble dans l'entrée.

Je décide d'en prendre connaissance avant de laver l'auto.

Je dépose donc les clés de ma voiture sur la table et je me débarrasse des envois inutiles en les mettant dans le tas de papier placé sur le comptoir que je dois sortir dans le bac de recyclage qui est dans le garage.

Voyant que ça déborde, je décide de remettre les factures sur la table et de sortir d'abord les ordures.

Mais en y pensant bien, comme je devrai de toute façon me rendre près de la boîte aux lettres, j'en profiterai pour sortir les poubelles, pourquoi ne pas commencer par payer les factures.

En prenant mon carnet de chèques sur la table, je constate qu'il ne me reste qu'un seul chèque.

Je me rends donc dans mon bureau où je sais en trouver d'autres dans le tiroir, et c'est alors que j'aperçois la bouteille de bière que j'y ai laissée à moitié vide.

Je vais chercher mes chèques, mais il me faut d'abord mettre la bouteille de bière en lieu sûr afin de ne pas la renverser accidentellement.

Voyant que le contenu de la bouteille est plutôt tiède, je décide de déposer la bière au réfrigérateur pour la garder froide.

Je me dirige donc vers la cuisine avec la bière, et en arrivant près du comptoir, j'aperçois des fleurs dans un vase - elles ont bien besoin d'eau.

Je dépose la bière sur le comptoir où je découvre mes lunettes que j'ai cherchées tout l'avant-midi.

Je décide qu'il vaudrait mieux les remettre sur mon bureau, mais je vais d'abord arroser les fleurs.

Je remets mes lunettes sur le comptoir, puis je remplis un pot d'eau, et soudain j'aperçois la télécommande du téléviseur qu'un des enfants a laissée sur la table de la cuisine.

Je me dis que ce soir, quand nous serons installés pour regarder la télé, nous chercherons sûrement la « simonak » télécommande, mais personne ne se rappellera qu'elle est sur la table de la cuisine.

Je décide donc de la rapporter dans le salon où elle devrait être, mais je vais d'abord arroser les fleurs.

Je vaporise un peu d'eau sur les fleurs, mais la majeure partie du liquide se répand sur le plancher.

Je remets donc la télécommande sur la table et je vais chercher des serviettes pour éponger la flaque d'eau.

Je me dirige ensuite vers l'entrée en essayant de me rappeler ce que j'avais l'intention de faire.

À la fin de la journée :

- la voiture n'a toujours pas été lavée,
- les factures ne sont pas payées,
- il y a une bouteille de bière chaude sur le comptoir,
- les fleurs ne sont pas arrosées,
- il n'y a toujours qu'un seul chèque dans mon chéquier,
- je ne parviens pas à retrouver la télécommande,
- je ne sais plus où j'ai placé mes lunettes,
- et je ne me souviens plus de ce que j'ai fait avec mes clés d'auto qui restent introuvables.

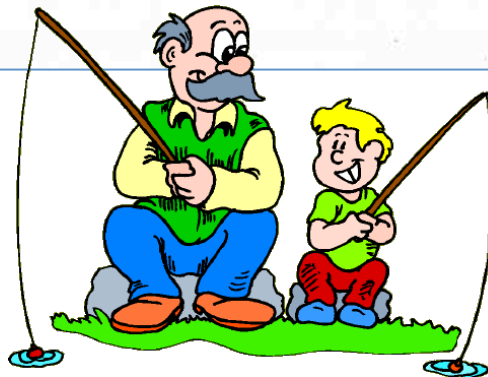
Pourtant, quand j'essaie de m'expliquer comment il se fait que je n'ai rien accompli aujourd'hui, je suis vraiment déconcerté car j'ai été occupé toute la journée.

Je réalise que j'ai un grave problème, et je vais essayer d'aller chercher de l'aide pour le régler, mais il faut d'abord que je vérifie mes courriels...

Rendez-moi un service, voulez-vous?

Expédiez ce message à tous ceux que vous connaissez car je ne me rappelle plus à qui je l'ai envoyé.

Salut et merci.....si j'ai oublié de vous le dire!!!!!!



RÉPONSES AU QUESTIONNAIRE SUR L'HISTOIRE DU JEFF (VOIR QUESTIONS PAGE 42)

Question 1.

*La réponse est A) **Le révérend père Bernard McGauran.** En 1856, le révérend père Bernard McGauran fondait le Saint Brigid's Home, refuge pour les immigrants, les veuves et les orphelins irlandais. Quelques années plus tard, en 1865, Jeffery Hale léguait par testament une somme destinée à la fondation d'un hôpital pour les malades et les personnes handicapées protestants.*

Question 2.

*La réponse est B) **1865.** En 1865, Jeffery Hale léguait par testament une somme destinée à la fondation d'un hôpital pour les malades et les personnes handicapées protestants.*

Question 3.

*La réponse est C) **2007.** En avril 2007, le Saint Brigid's Home et l'Hôpital Jeffery Hale ont uni leurs compétences en une même organisation solide qui renforce le système de santé de la région, particulièrement en ce qui concerne les besoins de la population anglophone.*

Question 4.

*La réponse est C) **A et B.** Jeffery Hale consacre une bonne partie de sa vie aux oeuvres charitables. À une époque où les anglophones de Québec représentent 40% de la population, Hale établit plusieurs écoles primaires pour les anglophones de la classe pauvre. Il fonde également la Banque de Prévoyance et d'Épargnes de Québec et la Free Chapel Sunday School, dont la fonction est moins de catéchiser les enfants que d'éduquer les travailleurs adultes qui n'ont pas d'autre journée libre que le dimanche.*

Question 5.

*La réponse est B) **Alain Gelly.** Le livre bilingue intitulé Centre Hospitalier Jeffery Hale's Hospital Centre 1865-1990 a été écrit en 1990 par Alain Gelly, historien.*

Question 6.

*La réponse est B) **Cuisine auxiliaire.** Le livre de recettes Cuisine auxiliaire a été publié en français et en anglais par les auxiliaires bénévoles en 1986.*

L'entre-nous	45	Mars 2015
--------------	----	-----------

Petites annonces

Salon de Coiffure chez Virginie

Ouverture
Mardi
Mercredi
jeudi
vendredi

Information : 684-2252 Poste 1445



Action Prévention



Action prévention

La sécurité est notre responsabilité à tous

Prevention Action

We all share the responsibility for safety

Décembre 2014
December

Qualité • Sécurité
• Compassion



Quality • Safety •
Compassion

Le bulletin Action prévention du JHSB est publié quatre fois par année. Il est destiné aux:

- Employés
- Professionnels
- Résidants
- Familles
- Bénévoles
- Clients

JHSB's Prevention Action newsletter is published four times a year. It is for:

- Staff
- Professionals
- Residents
- Familles
- Volunteers
- Clients

Jeffery Hale
1250, chemin Sainte-Foy
Québec QC G1S 2M6
418 684-5333

Saint Brigid's
1645, chemin Saint-Louis
Québec QC G1S 4M3
418 681-4687

Auteur de cette parution
Author of this issue
ann.martell@sss.gov.
qc.ca
T. 418 684-5333, #1474

jhsb.ca



Bilan des actions prises dans le cadre de l'an 1 de notre démarche Entreprise en santé

Jeffery Hale - Saint Brigid's (JHSB) est soucieux de se doter de main-d'œuvre de qualité pour assurer les services offerts à sa clientèle. C'est dans cette optique qu'il désire devenir un employeur de choix en favorisant la santé et le mieux-être de ses employés.

Une rétrospective

Jun 2012

JHSB choisit la démarche Entreprise en santé dans le but d'offrir à ses employés des activités

et des programmes qui contribueront à leur bonheur, leur santé et à leur épanouissement au sein de l'organisation, mais également dans leur vie personnelle.

Septembre et octobre 2012

Notre démarche Entreprise en santé débute à l'automne 2012 par une cueillette de données jumelée à notre sondage de mobilisation d'Agrément Canada. Peu de temps après, un comité de pilotage est mis en

place pour encadrer les prochaines étapes, dont la tenue de groupes de discussion et la formation d'un comité de santé et mieux-être.

Février 2013

C'est en février 2013 que le JHSB adopte sa politique de santé et mieux-être (Politique sur la prévention, la promotion et les pratiques organisationnelles favorables à la santé et au mieux-être). Une copie abrégée est affichée à l'entrée de nos sites.

Suite au verso

Healthy Enterprise Certification Process – Achievements in Year 1

At Jeffery Hale - Saint Brigid's (JHSB), our goal is to attract quality employees for the delivery of care and services to our clients and, as such, we strive to become an employer of choice by promoting workplace health and wellness.

Year 1 in Review

June 2012

In June 2012, JHSB decided to take part in the Healthy Enterprise certification process to offer its employees activities and

Le Processus de retour au travail:
GAGNANT POUR TOUS!

Services de la santé au travail de son personnel, Jeffery Hale - Saint Brigid's participe activement au processus de retour au travail des employés absents ou en incapacité.



programs in order to enhance their satisfaction, health and empowerment in both their professional and personal lives.

September and October 2012

Our Healthy Enterprise process began in the fall of 2012 with a survey on the topic of workplace health and wellness carried out in conjunction with our Accreditation Canada engagement survey. Shortly after, a steering committee was established to oversee the subsequent steps, which involved organizing discussion groups and creating a health and wellness committee.

Continued on page 2

Action Prévention



Notre démarche Entreprise en santé (suite)

Mars 2013

La tenue de trois groupes de discussion au printemps 2013 a aidé à préciser les besoins des employés pour mieux déterminer les objectifs et les priorités d'action.

Octobre 2013

En octobre 2013, nous avons procédé au lancement officiel du comité de santé et mieux-être (CSME). Les membres du comité proviennent de tous les secteurs de l'établissement. Les principaux mandats du comité sont la promotion de la santé et du mieux-être ainsi que l'élabora-

tion d'un programme de santé et mieux-être qui répondent aux besoins exprimés par les employés.

Novembre 2013

La politique sur le maintien et le retour au travail est adoptée par la direction en novembre 2013, définissant ainsi les rôles et responsabilités des différentes parties impliquées en regard de la santé et la sécurité au travail et du processus de maintien et de retour au travail d'un employé malade ou blessé.

Janvier 2014

En janvier 2014, un tableau d'identification des risques pour la santé de nos employés est mis à la disposition des employés dans les

différents services de l'organisation. Il informe les employés, sous forme de pictogramme, des dangers auxquels ils sont susceptibles de faire face, des mesures mises en

Hôpital Jeffery Hale-Saint Brigid's
Principaux risques et mesures en place pour contraindre ou réduire le risque

Pictogrammes des mesures en place et les ressources disponibles pour informer les employés		
	Comité paritaire en santé et sécurité de travail	
	Engagement et soin des employés	
	Hygiène	
	Hygiène et propreté	
	Santé et sécurité	
	Services de soutien	
	Accès à l'équipe médicale	
	EMERG	
	Accès à l'équipe médicale	
	Programme de santé et mieux-être	
	Programme de promotion (pH100, PH1, PH2, PH3, PH4)	
	Centre de régulation de l'entretien services	
	Accès aux liquidités (Bénéficiaires)	
	Équipements de protection individuelle	
	Vaccination annuelle	
	Services des affaires administratives	
	Respect pour avoir le droit de refus	
	Accès au service de soins (personnel, etc.)	
	Programme de retour au travail (Désam, etc.)	
	Programme de santé et mieux-être	

Suite au verso

Healthy Enterprise Certification Process

February 2013

In February 2013, JHSB adopted its health and wellness policy (Policy on Prevention, Promotion and Organizational Practices for Health and Wellness in the Workplace). An abridged version of the policy is now posted at the entrances of our sites.

March 2013

Three discussion groups were held in spring 2013 to help pinpoint employee needs and identify our objectives and priorities.

October 2013

In October 2013, the

Health and Wellness Committee (HWC) was officially launched. It is composed of representatives from every sector of JHSB. The committee's primary goals are to promote workplace health and wellness and develop a program that meets the needs expressed by employees.

November 2013

The stay-at-work/return-to-work policy was adopted by management in November 2013. The policy outlines the roles and responsibilities of all parties involved in ensuring the health and safety

of our employees and the process to help them stay at work or return to work following an illness or injury.

January 2014

In January 2014, a chart listing health risks for employees was posted

in various departments. Using pictograms, the chart describes the potential health hazards faced by staff, the measures implemented by JHSB to eliminate, minimize or reduce these risks and the resources available to address them.



Continued on page 3

Action Prévention



Notre démarche Entreprise en santé (suite)

place par l'organisation pour contrôler, diminuer ou réduire le risque, ainsi que des ressources disponibles pour les contrer.

Déploiement du plan d'action

Février 2014

Le comité de direction approuve le plan d'action soumis par le comité de santé et mieux-être. Ce plan propose des activités dans deux sphères identifiées par le personnel, soit les habitudes de vie et les pratiques de gestion. D'abord, les employés désirent améliorer leurs habitudes alimentaires avec plus

d'aliments « santé » disponibles au travail. Ensuite, ils souhaitent une meilleure communication entre les gestionnaires et les gens sur le terrain.

Février à avril 2014

Le plan d'action est déployé.

Dans la sphère des pratiques de gestion, les activités planifiées visent à habiliter nos gestionnaires à tenir des réunions d'information assurant ainsi une présence régulière sur le terrain, permettant le transfert d'information pertinente avec tous et offrant une écoute aux

situations ou problèmes identifiés par le personnel. Les « huddles » tenus en projet pilote au 3^e étage du Jeffery Hale sont un grand succès.

De plus, en décembre 2013, le CSME met à la disposition des employés, des babillards Entreprise en santé afin d'offrir de l'information sur les habitudes de vie saines et d'informer les employés de la progression de la démarche et des différentes activités mises de l'avant par le CSME.

Dans la sphère des habitudes de vie, l'aspect « alimentation » est iden-



tifié, car les employés souhaitent avoir accès à des choix qui leur permettent d'adopter une saine alimentation. Ainsi, les activités planifiées au programme sont les suivantes :

- Mettre à la disposition des employés une distributrice d'aliments santé;
- Offrir un choix de salade repas une fois par

Suite au verso

Healthy Enterprise Certification Process

Implementation of our Action Plan

February 2014

The management committee approved the action plan submitted by the HWC. This plan outlines activities in two priority areas identified by staff: lifestyle and management practices. First, employees reported wanting to improve their eating habits by having more healthy food options available to them at work. They also expressed a need for better communication between managers and employees.

February to April 2014

The action plan was implemented between February and April 2014.

In terms of management practices, activities were developed to teach our managers how to hold information sessions. The goal of these sessions was to ensure their regular presence on the ground, share relevant information with staff and listen to problems or concerns expressed by staff. These "huddles," held as a pilot project on the 3rd floor of the Jeff, were a tremendous success.

In addition, in December

2013, the HWC posted Healthy Enterprise bulletin boards for employees. They featured information on healthy living and progress reports on the various activities featured by the committee.

In terms of the lifestyle component, nutrition was identified as a priority for employees, who wish to have access to healthy food options in the workplace. For this part of the program, the following activities were planned:

- Install a vending machine with healthy food choices.
- Once a week, offer a

choice of main-dish salads at the cafeteria.

- Offer "nutrition" information capsules.

Since February 2014, employees have had



Continued on page 4

Action Prévention



Notre démarche Entreprise en santé (suite)

semaine, à la cafétéria ;

- Offrir des capsules « nutrition ».

Depuis février 2014, les employés ont accès à une machine distributrice de collations santé. Le comité de santé et mieux-être a tenu une activité pour permettre aux employés de goûter les aliments qui sont disponibles dans la machine. Cette activité a permis à beaucoup d'employés de connaître l'initiative du comité.

Avril 2014

Un kiosque est mis sur pied sur les deux sites pour donner de l'information au personnel sur les étiquettes

nutritionnelles.

Été 2014

Le repas salade est offert à quelques reprises au cours de l'été.

Novembre 2014

Audit de certification par le Bureau de normalisation du Québec (BNQ) a lieu les 10 et 11 novembre. Deux non-conformités mineures sont corrigées dans les 30 jours suivants l'audit pour obtenir notre certification Entreprise en santé. L'équipe d'auditeurs dénote plusieurs points forts observés lors de l'audit :

- Engagement visible

de la direction envers la santé et le mieux-être du personnel ;

- Implication et dynamisme des membres du comité de santé et mieux-être ;
- Gestion efficace des rencontres du comité de santé et mieux-être ;
- Variété et qualité des moyens de communication utilisés ;
- Observation d'un environnement de travail favorable au mieux-être du personnel ;
- Appréciation générale positive du personnel rencontré à l'égard des efforts déployés par

la direction pour tenir compte de leurs besoins et préoccupations de santé ;

- Qualité de la documentation examinée et du niveau de préparation pour l'audit.

Le 9 décembre 2014

Nous recevons notre certification Entreprise



Healthy Enterprise Certification Process

access to a vending machine with healthy snacks. The HWC organized a snack tasting for employees, giving them the chance to both try the snacks and get to know the work of the committee.

April 2014

An information booth on reading nutrition labels was set up for staff at both Saint Brigid's and Jeffrey Hale.

Summer 2014

The main-dish salad was offered several times

during the summer.

November 2014

A certification audit by the Bureau de normalisation du Québec (BNQ) took place on November 10 and 11. Two minor instances of non-compliance were rectified within 30 days of the audit as part of the Healthy Enterprise certification process. The team of auditors identified several strong points during their review:

- The clear commitment of management to the health and wellness of staff

- The enthusiastic involvement of the members of the HWC
- The effective manner in which the HWC meetings are managed
- The variety and quality of the communication vehicles used
- A workplace environment conducive to the wellness of employees
- The positive overall assessment by staff of management efforts to take into account their needs and concerns regarding health in the workplace

- The quality of the documents reviewed and the level of preparedness for the audit.

December 9, 2014

JHSB was granted its Health Enterprise certification by BNQ.

Solutions Au jeu!

VOICI LES SOLUTIONS AUX JEUX DE LA PAGE 33

TROUVEZ L'EXPRESSION REPRÉSENTÉE PAR L'IMAGE

1. Se faire l'avocat du diable
2. Tomber dans les pommes
3. Tourner en rond
4. Avoir l'estomac dans les talons

COMPLÉTEZ LES EXPRESSIONS CORRESPONDANT AUX DÉFINITIONS

1. Admirer quelqu'un, c'est le mettre sur un piédestal
2. Notre relation est très bonne et très stable, elle est au beau fixe
3. Nous avons beaucoup de points communs et d'affinités, nous avons des atomes crochus.
4. Nous nous entendons parfaitement, nous avons une vraie complicité, nous nous entendons comme larrons en foire.
5. Au contraire, nous ne nous supportons pas, nous n'arrêtons pas de nous disputer, comme chien et chat.
6. Cet acteur est le préféré des adolescentes, c'est leur coqueluche.
7. Ce prof n'arrête pas de me critiquer, je crois qu'il a une dent contre moi.

MOTS COMMENÇANTS PAR LES LETTRES "STA"

1. Période de formation au service d'une entreprise: *stage*
2. Pend du haut d'une caverne: *stalactite*
3. S'érige en colonne dans une caverne: *stalagmite*
4. Conforme à une norme de fabrication en série: *standard*
5. Qui ne bouge pas: *stationnaire, statique*

L'entre-nous !

Volume 16

Numéro 1-Mars 2015

L'entre-nous! est publié quatre fois par année à l'intention des résidents de l'hôpital Jeffery Hale, de leur famille, des bénévoles et des employés.

Ce journal est essentiellement financé par le Comité des résidents de l'hôpital que vous pouvez rejoindre au 684-5333.

Équipe de rédaction

Francine Bernier
Monique Brisson
Marie Bolduc
Fernande Goulet
Lucie Misson

Révision linguistique

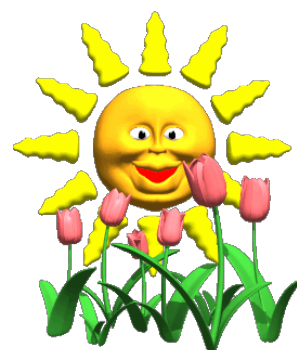
Marie Pouliot

Impression

Reprographie gouvernementale

Tirage

250 exemplaires



Journée mondiale du bonheur	2
Le mot de la rédaction	3
La Perle du mois	4
Le Comité des résidents	8
Nouvelles de la direction	9
Service des soins spirituels	12
Ça se passe au Jeff	15
Les anniversaires	21
Témoignage	23
Accueils et Adieux	26
Saviez-vous que...	27
La recette du mois	30
Tordant!	31
Au jeu!	33
Réflexion de Sr Yvonne	35
Nos lecteurs nous écrivent	38
Réponses Questions sur le Jeff	45
Petites Annonces	46
Action Prévention	47
Solutions Au jeu!	51

Vous trouverez tous les numéros de *L'entre-nous* depuis sa première parution en octobre 2000 à l'adresse internet suivante :
<http://www.louisgermain.com/jeffery-hale/>