

L'AMALGAME

Centre de santé et de services sociaux
de Rimouski-Neigette

Volume 10, n° 20

Le 19 décembre 2013



JOYEUSES
FÊTES !

Vœux de la Direction générale

À vous tous,

Même si je ne suis parmi vous que depuis peu de temps, j'ai été en mesure de constater rapidement, malgré les difficultés que le CSSS de Rimouski-Neigette vit depuis quelques mois, l'engagement et le dévouement de tous pour offrir à la population que nous desservons des soins et des services de qualité.



Les prochains mois ne seront pas plus faciles, car nous devons ensemble, tout en continuant à offrir des soins et des services de qualité, amener le CSSS à une meilleure performance, et ce, dans le contexte où nous devons notamment planifier le projet de construction du bloc opératoire et de l'unité de soins de psychiatrie, consolider les soins et services de première ligne, continuer à améliorer le fonctionnement de notre urgence et donner une dimension plus grande à notre mission universitaire.

Devant ces défis importants, chacun de nous avons à choisir le comportement et l'attitude que nous voudrions adopter. J'espère que devant les changements qui s'annonceront, nous travaillerons ensemble positivement et dans le respect à consolider notre organisation. J'espère également que toutes les instances, conseil d'administration, CMDP, CII, CM, comité des usagers, AGESSS, FIQ, APTS, CSN ainsi que le Service des bénévoles et la Fondation travailleront de concert avec l'équipe de direction à atteindre ces objectifs.

Je nous invite dans les moments de réjouissance que nous vivons, à avoir une pensée spéciale, d'une part pour les personnes à qui nous offrons des soins et des services et qui ne pourront profiter pleinement de cette période de réjouissance, et d'autre part pour nos confrères et consoeurs qui travailleront pendant cette période.

*Je vous souhaite donc à tous une très belle
période des fêtes en famille, et pour 2014 la
santé et la sérénité!*

Luc-André Gagnon, directeur général intérimaire



Dans ce numéro :

Chronique Sécuri-Info	2
Belle et bien dans sa peau	3
Milieu de vie	4
Prévention des infections	4
Bon coup	5
Intraveinothérapie	6
Capsule MSI	6
Sondage sur la mobilisation	7
Zumba	7
Fondation	8

Chronique Sécuri-Info



Achats sur Internet : Ce qu'il faut savoir

Les achats en ligne gagnent en popularité. Dans le temps des fêtes, quoi de mieux que d'acheter dans le confort de son divan! On évite la recherche d'un stationnement, les longues files d'attente à la caisse, les vendeurs fuyants... Si vous êtes de ces pantouflards qui aiment magasiner sans stress, vous devez savoir que les achats en ligne doivent être faits avec prudence. Voici donc quelques règles de base à respecter pour un achat en toute sécurité!



Avant la transaction

- Choisir un fournisseur reconnu et fiable (sur des sites tels que e-Bay, vous pouvez par exemple vérifier le « feed-back » du vendeur et le nombre d'étoiles qu'il a obtenues afin de voir s'il a une bonne réputation).
- Lisez les politiques de sécurité et de confidentialité du magasin en ligne.
- Vérifiez que les services de paiements sont sécurisés (avec PayPal par exemple).

Durant la transaction

- Assurez-vous que chacune des étapes de la transaction est sécurisée. Cela se traduit par :
 - une adresse de page commençant par « **https** » au lieu de « **http** »
 - l'apparition d'un cadenas fermé (selon votre navigateur, il peut être situé dans la barre d'état, dans la barre « Statut de la sécurité » à droite de la barre d'adresse ou dans la barre d'adresse).
- Divulgez seulement les renseignements personnels nécessaires à la transaction.
- Imprimez et conservez un relevé de la transaction.

Après la transaction

- Supprimez le contenu de la mémoire cache du navigateur :
 - Sur Internet Explorer : Menu « Outils », « Option Internet », dans la section « Historique de navigation » faites « Supprimer ».
- Vérifiez vos relevés à la réception de votre état de compte.

Nous en profitons pour vous souhaiter un beau temps des fêtes! Santé et bonheur tout au long de cette nouvelle année.



*Les Services d'archives et le Service des ressources informationnelles
« Parce que la sécurité de l'information, c'est notre responsabilité à tous! »*

Belle et bien dans sa peau



Le 26 novembre dernier, l'équipe d'oncologie du CSSS de Rimouski-Neigette a eu le plaisir de rencontrer madame Anne-Isabelle Pedro, directrice régionale et porte-parole pour le Québec du programme « *Belle et bien dans sa peau* » ainsi que deux membres de l'équipe service de l'Association du cancer de l'Est-du-Québec. Lors de cette rencontre, madame Pedro leur a parlé de ce programme national offert par la Fondation de l'Association canadienne des cosmétiques, produits de toilette et parfums permettant aux femmes atteintes de cancer de recevoir gratuitement lors d'un atelier, conseils et outils pour les aider à composer avec les effets du cancer sur leur apparence. Depuis 1998 dans la région, ce service est offert avec la collaboration de l'Association du cancer de l'Est-du-Québec qui est le partenaire de la Fondation pour le développement et la coordination de ces ateliers dans tout l'Est-du-Québec. En 2013, il existe 7 sites de *Belle et bien dans sa peau* sur le territoire soit à Rimouski, Rivière-du-Loup, Matane, Chandler, Cap-aux-Meules, Sept-Îles et Baie-Comeau. Annuellement, une quarantaine d'ateliers sont dispensés et près de 300 femmes y participent.



Soucieux de répondre aux besoins de la clientèle en oncologie, les membres de l'équipe service de l'Association du cancer de l'Est-du-Québec ont également pris le temps de présenter les autres services offerts par leur organisation aux membres de l'équipe d'oncologie tels que le service d'accompagnement par les bénévoles Perce-Neige et la massothérapie en oncologie.

Centre de santé et de services sociaux
de Rimouski-Neigette

Parce que rien n'égale la santé !

Madame Pedro et l'équipe de l'Association du cancer de l'Est-du-Québec tiennent à remercier l'équipe d'oncologie (médecins, infirmières, psychologues, travailleurs sociaux) pour leur contribution à la promotion de ce programme ainsi qu'à tous les autres services donnés par l'Association.

*La direction du programme de lutte contre le cancer
et des affaires universitaires*



& Bonne année



De l'équipe du journal L'Amalgame

Conte de Noël

Tati Sophie, grand-maman est malade. Elle est au CH.

Célestine ma petite, elle est au CH de soins de longue durée. C'est triste de quitter son domicile juste avant Noël.

Un employé m'a dit que « Vous êtes là où vous allez... Vous êtes ici chez vous. Notre mission est de vous offrir un milieu de vie et aussi des soins nécessaires à votre condition ».

« Nous tenterons de réaliser vos rêves. N'écoutez pas ceux qui veulent vous en éloigner ou vous décourager à cause de votre âge. Notre secret est de faire du mieux possible pour vous aider à durer et à être heureux, comme si vous étiez à votre domicile ».

Merci de partager cela avec moi. Je rêve de passer Noël avec toi au nouveau domicile de grand-maman.

Joyeuses fêtes!

*Yves Noël, coordonnateur au Programme hébergement
En collaboration avec Caroline Pineau, technicienne en administration*

Les 10 causes de contamination



Hariver



L'équipe de prévention et contrôle des infections



Dévoilement de BONS COUPS

PROGRAMME ANNA ET LA MER

Catherine Plourde et Cathy Durette ont accepté le mandat de mettre sur pied le programme *Anna et la mer*. Ce programme est offert aux jeunes de 7 à 12 ans dont un parent ou un proche présente une problématique de santé mentale et/ou dépendance.

Elles ont suivi la formation requise et mis en place le programme. Un premier groupe de jeunes a participé aux ateliers d'Anna et la mer à l'hiver 2013 et ont été très satisfaits des services reçus. Une deuxième cohorte débutera à l'hiver 2014. Ce programme consiste en une série de neuf rencontres de groupe et les activités créatives telles que le dessin et la peinture sont mises de l'avant afin d'aider les enfants à démystifier la maladie mentale, à verbaliser leur vécu, à sortir de l'isolement, à développer des stratégies pour mieux composer avec leur situation sans prendre sur leurs épaules des responsabilités qui ne leur reviennent pas.



Catherine Plourde et Cathy Durette

Félicitations à Cathy et Catherine pour leur ouverture à s'investir dans une nouvelle approche et pour la qualité de leur investissement!

PROGRAMME L'ENTRAIN



Catherine Plourde et Céline Parent

Catherine Plourde et Céline Parent se sont impliquées dans la mise en place du programme *L'En Train*, projet destiné à offrir des services de groupe à une clientèle présentant un profil de négligence. Ce programme sera offert en collaboration avec deux intervenantes du Centre jeunesse. Les activités auprès de la clientèle débuteront à compter de janvier 2014. Depuis septembre, Catherine et Céline sont libérées une journée par semaine pour travailler sur ce projet et elles mettent à contribution tout leur cœur et leur expertise professionnelle. Elles acceptent de sortir de leur zone de confort pour apprivoiser un autre type d'intervention dans un contexte différent des services habituellement offerts.

Ce projet sera offert à long terme et une même cohorte de parents peut recevoir des services de ce programme pendant deux ans.

Bravo pour leur implication et leur contribution!

VOUS AVEZ UN BON COUP À DÉVOILER?

Il s'agit de remplir le formulaire prévu à cet effet. Celui-ci est disponible dans le centre d'information sous la rubrique *Gestion des ressources humaines/Reconnaissance des employés*. Vous pouvez également le demander à votre gestionnaire ou à Mme Lydia Pinard au poste 8780.

Le comité de reconnaissance

Visez l'équilibre, visez la reconnaissance!

INTRAVEINOTHÉRAPIE

Le projet d'intraveinothérapie a pris son envol au cours des dernières semaines. Une formation a été donnée à des personnes pivots dans chaque secteur d'activité ou unités de soins. Cette formation a permis à ces personnes d'être en mesure de soutenir leurs équipes de travail dans l'intégration des nouvelles pratiques. Les maisons d'enseignement étaient présentes à la formation afin de faire le lien avec les stagiaires se présentant dans notre établissement. De plus, la compagnie 3M s'est jointe à nous afin de dispenser une formation au personnel sur les unités de soins pour l'implantation des nouveaux produits.



Depuis plus de quatre semaines, les professionnels ont accès à l'onglet « Intraveinothérapie » sur l'intranet leur donnant la possibilité de consulter des guides de soins et des vidéos sur l'utilisation de la pompe volumétrique (Plum A+). Nous remercions les gens ayant contribué à la mise en place de cet outil.

Notre comité avait un grand défi à relever : former l'ensemble des professionnels ciblés par ces changements dans un délai assez court. Considérant le nombre élevé de personnes, nous avons opté pour une formation en ligne. Depuis le 11 novembre dernier, deux formations sont disponibles selon les secteurs d'activité, soit les cathéters périphériques et les accès veineux centraux. **Le défi a été relevé avec succès!** Après quatre semaines, près de 90% des infirmières, 86% des infirmières auxiliaires, 75% des inhalothérapeutes au bloc d'anesthésie et 74% des technologues en radiologie et en imagerie médicale ont réussi la formation.

Ce succès est attribuable à la collaboration des directeurs cliniques, des chefs de service, des personnes pivots, de la conseillère en développement des compétences, des professionnels ciblés par les formations et des membres du comité d'intraveinothérapie.

*Hélène Rioux, conseillère en soins infirmiers
Pour le comité d'intraveinothérapie*

***Voici les nouveautés sur le site
« Méthodes de soins » dans l'intranet***

CAPSULE MSI

**Volume 2,
capsule 7**

MSI révisées

- Administration d'héparine à faible poids moléculaire (HFPM) par injection sous-cutanée
- Administrer une solution à l'aide d'un cathéter sous-cutané : mode continu

MSI personnalisée

- Administration d'une solution à l'aide d'un cathéter sous-cutané : cadre de référence et généralités

Hélène Rioux, conseillère en soins infirmiers ☎ 8458



RÉSULTATS DU SONDAGE SUR LA MOBILISATION DU PERSONNEL AU CSSS DE RIMOUSKI-NEIGETTE

Dans le cadre du processus d'agrément, un sondage sur la mobilisation du personnel fut effectué du 24 septembre au 10 novembre dernier. Nous tenons à remercier les 982 personnes qui y ont répondu et qui permettront à l'établissement de cibler des actions porteuses reliées à la mobilisation de ses ressources humaines.

Les résultats du sondage sont maintenant disponibles. Ces derniers ont été regroupés selon six indicateurs de mobilisation soit : la réalisation, l'implication, la collaboration, le soutien, la communication et le leadership.

Les questions relatives à la collaboration sont celles ayant présenté le plus haut taux de satisfaction (79 %) tandis que celles reliées au leadership obtiennent le résultat le plus faible (59 %).

La Direction des ressources humaines assurera le suivi de ce sondage par la présentation des résultats aux instances concernées ainsi que par l'élaboration du plan d'action.

Luc-André Gagnon
Directeur général intérimaire

Anne Groleau
Coordonnatrice du PACQ et de la gestion des risques



COURS ZUMBA FITNESS AU CSSS RIMOUSKI-NEIGETTE

Les cours reviennent à l'hiver ! Des **ESSAIS GRATUITS** auront lieu au :

CH le 15 janvier à 16h00 au local D-5126
CHSLD le 15 janvier à 16h00, à la petite chapelle au 4^e étage
Les inscriptions se feront sur place pour la session HIVER 2014.

Horaire des cours, session de 10 semaines

CH : lundi et mercredi de 16 h 30 à 17 h 30 au D-5126
CHSLD : mercredi 16 h à 17 h, au 4^e étage

- Début de la session la semaine du 19 janvier 2014

Pour toutes informations, contacter :

CH : Danielle Beaulieu
418-724-3000 #8448

CHSLD : Vanessa Bérubé-Camiré
418-509-3003



La Zumba Gold s'adresse à tous ceux et celles qui recherchent un rythme adapté et ne peuvent suivre le cours de Zumba régulier. Le cours reprend la formule Zumba Fitness avec sa musique entraînante et festive tout en étant sécuritaire et sans impact.

Des **ESSAIS GRATUITS** auront lieu au :

CLSC, 135 des Gouverneurs, le 7 janvier à 16 h 45 au 2^e étage, salle d'activités de groupe.
Les inscriptions se feront sur place ainsi que le 8 janvier de 12 h à 13 h au local 221 du CLSC (135 des Gouverneurs)

Horaire des cours, session de 10 semaines : jeudi de 16 h 45 à 17 h 45
Début : semaine du 12 janvier 2014

Pour infos, contacter Julie Lebrasseur
au 418-724-7204 poste 5413

Le tarif demeure le même soit 10 \$ par cours sauf au CH dû aux contraintes de disponibilité du local. Le prix sera à confirmer avec Danielle Beaulieu lors de l'inscription.

BILLETS LOTO-VOYAGES 2014

Les billets Loto-Voyages 2014 sont disponibles auprès des vendeuses et vendeurs bénévoles. Au coût unitaire de 150 \$, ils donnent droit au tirage de 30 voyages d'une valeur totale de 69 000 \$. Et en achetant un billet, vous aidez la Fondation à investir dans l'amélioration des soins et services offerts à notre CSSS.

Danielle Beaulieu - Obstétrique

Nicole Bélanger - Centre de documentation

Martine Bujold - Service alimentaire

Chantal Charron - CLSC (165)

Sylvie Côté - CLSC (180)

Sylvie Deschênes - 2-C

Claude Dionne - Installations matérielles

Véronique Dumais - Oncologie (chimio)

Julie Forgues - Médecine nucléaire

Odette Jean - CHSLD

Myriam Gagné - Archives (CLSC et Hôpital)

Mike Gendron - Admission

Sarah Jalbert - Buanderie

Marie-Josée Lebel - Radiologie

Ginette Lévesque - Salaires, CHSLD

Nicole McKinnon - Urgence

Jocelyne Morissette - Psychiatrie

Christiane Parent - Microbiologie

Carole Proulx - Radio-oncologie

Guylaine Proulx - Pharmacie

Isabelle Rivard - Cardiologie

Brigitte Rouleau - Lionel-Roy

Nathalie Tardif - 4-C

Andrée Tremblay - CLSC (135)

Jeanne-Mance Vaillancourt - Retraitée

Lise Vignola - Bloc opératoire

Pour information : Marie Legaré au poste 8816 ou par Lotus.

Bonne chance à tous et merci d'appuyer votre Fondation!



Myriam T. Harvey

DÉFI ÉQUATEUR 2014 : DEUX PARTICIPANTES À VTV

Le 13 décembre dernier, Julie Gagnon et Myriam T. Harvey sont passées à l'émission « Ça commence bien » à VTV pour parler du Défi Équateur 2014 et des bienfaits de l'érable pour la performance sportive. Vous pouvez visiter le site Internet de la Fondation pour voir un extrait de l'émission. La Fédération des producteurs acéricoles du Québec de concert avec madame Mélanie Olivier a développé des recettes à base d'érable tout spécialement pour améliorer la performance sportive de nos grimpeurs.



Julie Gagnon

Ce sont des recettes à consommer avant, pendant et après un effort soutenu. Ces recettes sont disponibles sur le site Internet « J'aime l'érable » où vous trouverez également des recettes pour le temps des Fêtes. Essayez les carrés au choco-framboise à l'érable, testés par Alexandra L. Desrosiers et goûtés par nous... Simplement délicieux!

Dans le cadre du Défi Équateur 2014, la Fédération des producteurs acéricoles du Québec a versé 50 000 \$ à votre Fondation. Ce montant ira à l'achat d'équipement de *monitoring* et de télémétrie.

SOUPER RETOUR DE L'ÉQUATEUR



Les 20 participants au Défi Équateur 2014 prendront le départ pour leur grande aventure le 25 janvier prochain. Un comité bénévole est à l'œuvre depuis déjà plusieurs semaines afin de préparer une grande activité pour souligner leur générosité et leur détermination. Le Souper retour de l'Équateur se tiendra le samedi 15 mars à 18 heures à l'Hôtel Rimouski. Les vedettes de la soirée seront les 20 participants qui partageront leurs moments marquants et leurs souvenirs chargés d'émotions avec les personnes présentes. Soyez aux premières loges pour découvrir ce qu'a été le Défi Équateur vécu par les protagonistes eux-mêmes.

Vous pouvez déjà réserver vos billets au coût de 75 \$ chacun à la Fondation au poste 8816 auprès de Marie Legaré.

Astrid Henry, directrice générale *Paule Côté, dir. dons planifiés et marketing* *Marie Legaré, directrice des événements*

Prochaine date de tombée : Le vendredi 10 janvier 2014 à midi

La révision linguistique du journal est assurée par Mmes Nicole Bélanger et Chantal Rioux.