



Bon été

Le CSSSAM-N vous souhaite d'excellentes vacances et vous remercie pour votre implication quotidienne au mieux-être de la population d'Ahuntsic et de Montréal-Nord ! Grâce à vous, nous avons pu améliorer la qualité, l'accessibilité et la continuité de nos services, que ce soit par le biais de l'instauration de notre numéro de téléphone unique, de l'équipe multidisciplinaire en gériatrie, de la réorganisation de la santé mentale de 1^{ère} ligne, des guichets d'accès, du processus d'agrément, de la sécurité des patients, etc. Bon été !

Participez au concours photo sur le thème « mon plus beau paysage »

Le gagnant recevra un bon d'achat de 50 \$ chez Renaud-Bray et la photo de paysage primée sera publiée dans *Le Cercle* du mois d'octobre 2008. Par ailleurs, les 10 meilleures photos seront exposées tour à tour au CLSC d'Ahuntsic et de Montréal-Nord et mises en ligne sur l'intranet du CSSSAM-N.

Composition du jury :

Bernard Lafleur, designer graphiste, Zeste graphique
Gaétan Plouffe, photographe professionnel
Denise Gravel, agente administrative CSSSAM-N et artiste en art visuel
Estelle Zehler, conseillère cadre en communication, CSSSAM-N

Comment participer :

Envoyez, avant le 3 septembre 2008, votre photo tirée sur papier de format 5 x 7 ou 8 x 10 ainsi qu'une version numérique à :

Estelle Zehler

CLSC d'Ahuntsic

estelle.zehler.csssamn@ssss.gouv.qc.ca

Concours

À vos appareils photos !

Concours réservé aux employés et bénévoles du CSSSAM-N



Composez le 514 384-2000!

par Isabelle Gagné, conseillère cadre en communication

Le numéro de téléphone 514 384-2000 est entré en fonction le 12 mai dernier, permettant ainsi de joindre les sept installations du CSSSAM-N. Ce projet a exigé une collaboration soutenue entre plusieurs services et directions. Faisons un retour en arrière sur ce projet.

Début 2005, le conseil d'administration du CSSSAM-N confiait à l'équipe de direction le mandat de mettre en service un numéro unique afin que la population puisse joindre plus facilement l'ensemble de nos services et intervenants.

Dès l'automne 2005, ce concept de numéro unique s'est intégré aux travaux du projet clinique du programme des services généraux. Des analyses de faisabilité confirmaient la vétusté technologique de nos systèmes téléphoniques et l'impossibilité de les faire communiquer entre eux. Une planification de travaux connexes mais nécessaires s'imposait également.

Une première étape de plusieurs mois a consisté à mettre à niveau nos systèmes téléphoniques, rendant enfin possible les appels à la grandeur de l'organisation en composant seulement les quatre chiffres du poste téléphonique. Printemps 2007, déjà nous pouvions espérer une amélioration de la réponse téléphonique à la population puisque davantage de lignes téléphoniques devenaient disponibles.

Parallèlement, des groupes de travail, autant des cadres que du personnel directement concernés par les changements à venir, ont eu à réfléchir sur le type de centrale téléphonique à instaurer, en tenant compte des impacts sur les ressource

humaines, les aspects financiers, la localisation de la centrale téléphonique et l'organisation du travail. Les consultations ont aussi été nombreuses auprès de différents groupes pour s'assurer de répondre aux besoins et demeurer à l'écoute des préoccupations et inquiétudes exprimées.

Décembre 2007 devait nous mener à la mise en service de notre numéro unique : dotation des postes, formation des téléphonistes tant aux aspects technologiques des équipements qu'à l'utilisation des outils informatiques, formation à une approche clientèle de qualité, création ou bonification de la documentation pertinente au travail quotidien des téléphonistes, aménagement d'un local au CLSC d'Ahuntsic pour y installer la centrale téléphonique, et bien d'autres travaux.

12 mai 2008, jour 1 de la mise en service du 514 384-2000. Tout était prêt et fonctionnel. L'équipe de la téléphonie demeurait sur un pied d'alerte pour régler les problèmes à survenir. Impossible de procéder à un changement aussi majeur sans rencontrer quelques difficultés, d'où l'importance de pouvoir compter sur des équipes chevronnées ayant à cœur de toujours faire mieux.

Nombreux sont ceux qui ont mis les mains à la pâte au sein du CSSSAM-N pour faire de ce projet une réalité. Félicitations à tous et à toutes, et poursuivons nos efforts pour offrir une accessibilité toujours plus grande à la population de notre territoire.



Installations du CSSSAM-N

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

CLSC d'Ahuntsic

1165, boul. Henri-Bourassa Est
Montréal (Québec) H2C 3K2

CLSC de Montréal-Nord

11441, boul. Lacordaire
Montréal-Nord (Québec) H1G 4J9

Centre d'hébergement Lauredeau

1725, boul. Gouin Est
Montréal (Québec) H2C 3H6

Centre d'hébergement Légaré

1615, avenue Émile-Journault
Montréal (Québec) H2M 2G3

Centre d'hébergement de Louvain

9600, rue Saint-Denis
Montréal (Québec) H2M 1P2

Centre d'hébergement Paul-Lizotte

6850, boul. Gouin Est
Montréal-Nord (Québec) H3L 3T1

Hôpital Fleury

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



Un jugement clinique qui laisse des traces...

par Joane Boulanger, adjointe à la Direction du programme de santé physique et à la Direction des soins infirmiers

Avec l'avènement de la Loi 90, se redessinaient le champ de pratique des infirmières. Cette modification du Code des professions s'imposait d'elle-même, la réalité des infirmières ayant évolué à grande vitesse depuis trente ans.

Le texte de loi, en vigueur depuis le 30 janvier 2003, décrit 14 activités réservées à l'infirmière qui font place à une plus grande autonomie professionnelle et à la reconnaissance du jugement clinique qu'elle exerce dans diverses situations de santé. C'est dans ce contexte d'actualisation du rôle infirmier que le plan thérapeutique infirmier (PTI) prend tout son sens et toute son importance.

Le PTI concrétise la pratique infirmière actuelle. Il permet une visibilité accrue du rôle de l'infirmière dans la gestion d'un épisode de soins où ses décisions cliniques sont documentées. Il devient donc une norme professionnelle que l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec (OIIQ) rendra obligatoire à compter du 1^{er} avril 2009.

À l'instar de plusieurs établissements de santé qui ont débuté son implantation, nous avons également emboîté le pas et commencé à former les infirmières de nos deux CLSC.

Le PTI s'inscrit sur un formulaire officiel qui devient ainsi un document légal du dossier. Tous les autres professionnels concernés pourront prendre connaissance des résultats de l'évaluation de l'infirmière et des décisions cliniques qu'elle prend au quotidien.



Zahir Abad, infirmier clinicien, lors d'une formation PTI

L'implantation et l'intégration de ce nouvel outil clinique à notre pratique est une priorité pour l'année à venir et représente une véritable opportunité pour les infirmières de mettre en évidence leurs compétences en regard de tout ce qu'elles accomplissent auprès de la clientèle et leurs proches, de mettre en lumière ce qui est trop longtemps demeuré invisible.

Le PTI, tel qu'il est présenté sur le formulaire obligatoire se divise en 3 sections : constats d'évaluation, suivi clinique et signatures.

Les constats sont formulés suite à l'évaluation clinique de l'infirmière. Ils permettent de dresser un profil évolutif de la situation de santé complexe d'un patient requérant un suivi infirmier. Ils sont énoncés sous forme de priorité, de suivi particulier ou de changement significatif.

Le suivi clinique réfère à l'ensemble des directives infirmières reliées à un soin ou un traitement, à une surveillance clinique ou toute autre intervention jugée pertinente pour le bien-être de la clientèle. Les directives s'adressent soit à l'infirmière, à l'infirmière auxiliaire, au préposé aux bénéficiaires ou à l'auxiliaire de santé et de services sociaux.

La signature permet évidemment d'identifier l'infirmière qui a initié ou ajusté le PTI. Cette dernière est responsable des résultats de soins et des décisions cliniques qu'elle prend.

DRMG Du côté des omnipraticiens



par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication

Le 25 avril 2008, avaient lieu une journée de formation continue destinée aux médecins omnipraticiens et l'assemblée générale de la table locale du Département régional de médecine générale (DRMG). Des médecins du CSSSAM-N mais aussi du territoire étaient présents.

À cette occasion, trois conférenciers de renom se sont succédés. Dr Martin Juneau de l'Institut de cardiologie de Montréal a assuré une présentation intitulée « Exercices, alimentation et maladies vasculaires ». Saviez-vous qu'aux États-Unis les principales causes de décès sont liées au tabac, à la malbouffe et à l'inactivité ? Les impacts des habitudes de vie sont très lourds. Certaines projections prévoient une diminution de l'espérance de vie du fait de l'obésité croissante de la population. En fait, il est primordial pour un médecin d'observer l'ensemble des facteurs de risque de son patient. De nouvelles études démontrent également que les facteurs psychosociaux ne sont pas à négliger. Dr Juneau a su outiller davantage les médecins présents quant à savoir, par exemple, comment prescrire de l'exercice.

Le relais a été pris par Dr Paul Leguerrier de Santé publique sur le thème « Mesures d'urgence en santé publique : maladies respiratoires sévères infectieuses, une menace biologique ». Pour mieux illustrer ses propos, il est revenu sur l'épisode du SRAS, qui a sévi à Toronto en mars 2003. Tout au long de son exposé, les faiblesses des diverses décisions prises lors de l'accueil et la prise en charge des personnes atteintes ont été mises en lumière. Nombre de contaminations tant dans la population civile que dans le personnel du réseau de la santé

auraient pu être évitées. Il s'agit donc d'en prendre leçon et de réviser les mesures préventives, parmi lesquelles l'étiquette respiratoire reste un outil privilégié.



Dr Paul Leguerrier

Pour clore la partie formation continue, Dr Marcel Germain du Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke a traité de la maladie d'Alzheimer, cette « épidémie silencieuse ». Il rappelait que les atteintes cognitives constituent la première cause de perte d'autonomie dans le monde occidental. Parmi les critères diagnostiques de la démence, on relève une atteinte de la rétention mnésique. Aussi a-t-il abordé divers tests de mémoire et de concentration. Ainsi, par exemple, il a choisi une personne dans la salle. Pour juger de sa mémoire immédiate, il lui a demandé de répéter « René Drolet, 50 Kennedy à Granby », puis pour mesurer sa concentration d'énumérer à rebours les mois de décembre à août avant de lui faire répéter à nouveau la phrase de départ pour jauger sa mémoire immédiate. Quelques dix minutes plus tard, il a redemandé à la même personne encore une fois cette phrase afin d'estimer sa mémoire différée. Outre les questions diagnostiques, Dr Germain a également passé en revue les différents médicaments dont les inhibiteurs que les médecins peuvent prescrire.

La matinée s'est poursuivie par l'assemblée générale de la table locale du DRMG au cours de laquelle a été soulignée la nécessité de poursuivre l'effort partenarial pour améliorer notre réseau local de services. Il a été notamment question des liens déjà tissés et à construire avec le centre pour la santé, mais aussi avec les ressources intermédiaires et enfin des corridors de services établis avec l'imagerie médicale de l'Hôpital Fleury.



Dr Martin Juneau



Dr Marcel Germain



Investir dans la jeunesse pour bâtir l'avenir...

par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication

Créée en 1990, la Fondation Beaulieu-Blondin doit son nom à Pierre Beaulieu qui était policier et Léo Blondin, homme d'affaires, deux citoyens de Montréal-Nord qui croyaient profondément en la richesse de la jeunesse. C'est pourquoi la Fondation a pour mission de favoriser le développement des jeunes de Montréal-Nord, leur intégration dans la société et d'apporter un soutien aux familles dans le besoin.

À cette fin, la Fondation poursuit diverses actions toujours orientées vers les jeunes qui vont de la distribution de paniers de Noël à l'octroi de bourses pour valoriser et reconnaître les efforts des jeunes, que ce soit dans leurs études ou l'engagement communautaire, les sports ou l'apprentissage d'un métier. Dans la même lignée, la Fondation procède également à une aide ponctuelle aux études. Par ailleurs, elle remet des contributions financières à des organismes locaux qui oeuvrent auprès des jeunes pour l'achat de matériel et d'équipements. À titre d'exemple, les partenaires des services intégrés en périnatalité et petite enfance du CSSSAM-N, dont la Fondation de la Visite, ont reçu et distribué des lits d'enfants à Montréal-Nord, suite à un don de la fondation Beaulieu-Blondin. Pour une efficacité optimale, la Fondation Beaulieu-Blondin s'appuie sur une connaissance approfondie du territoire et des besoins de sa population et des partenariats solides.

Il y a également un volet qui touche plus particulièrement l'équipe Jeunes en difficulté du CLSC de Montréal-Nord. Ainsi, le camp de vacances, *Le Petit Bonheur Camp Jeune-Air* reçoit durant l'été près de 40 jeunes de 6 à 17 ans. Le financement de cette activité est endossé à raison de 50 % par la Fondation Beaulieu-Blondin. D'une durée de 6 ou 12 jours, les différentes sessions de camp offrent aux jeunes une expérience nouvelle qui leur permet de sortir de Montréal et découvrir un environnement plus vert.

Il ne s'agit pas d'une aventure anodine. Elle donne lieu à une véritable préparation. Le jeune et sa famille, avec le support d'un intervenant du CSSS, se préparent active-

ment durant les deux mois qui précèdent le départ. Au camp, les jeunes s'adonnent à de nombreuses activités supervisées par des moniteurs : natation, canoë, tir à l'arc, hébertisme, théâtre, bricolage. Ce petit coup de pouce peut participer à des virages constructifs dans la vie des jeunes. Ainsi, cette année, l'un d'eux participera à un camp de formation pour devenir lui-même moniteur.

Les réalisations rendues possibles par la Fondation Beaulieu-Blondin sont nombreuses et ont permis à de nombreux enfants et adolescents de Montréal-Nord de faire un pas de plus dans la construction de leur avenir.

Fondation Beaulieu-Blondin
6100, boul. Henri-Bourassa Est
Montréal-Nord (Québec) H1G 5X3
514 326-2280



Michelle Dusseault, administratrice Fondation Beaulieu-Blondin, Karine Timmons, coordonnatrice programme Jeunes en difficulté du CSSSAM-N, Guy Doré, administrateur Fondation Beaulieu-Blondin



Formation la relève des cadres

par Jacqueline Gervais, conseillère cadre à la dotation et au développement organisationnel

Depuis le printemps 2002, l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal a mis en place un programme de relève des cadres intermédiaires afin d'augmenter le bassin de candidats disponibles pour répondre aux besoins des établissements de la région et favoriser le développement de candidats qualifiés motivés et aptes à assumer des fonctions d'encadrement.

Le programme académique de 1^{er} ou de 2^e cycle de 18 crédits est adapté pédagogiquement aux besoins spécifiques de notre réseau. Il met l'accent sur l'apprentissage dans l'action, est orienté vers le transfert des apprentissages et favorise véritablement le « réseautage ». Les modules de ce programme développé par l'Université Laval couvrent les thèmes suivants :

- l'organisation et les personnes
- la gestion du changement
- l'accompagnement des équipes de travail
- le leadership, la mobilisation et la communication

En 2008, nous avons procédé à un nouvel appel de candidatures par le biais d'un communiqué transmis à tout le personnel. Les candidats ont fait l'objet d'un processus de sélection : test écrit, entrevue et évaluation du potentiel de gestion. Près de huit participants devraient constituer la cohorte de 2009.

Depuis 2002, plus de 64 employés du CSSSAM-N ont participé au programme. En s'inscrivant dans cette démarche, toutes ces personnes ont accepté de s'impliquer fortement dans leur développement professionnel. En plus de suivre des cours, il

y a les travaux à remettre, la coordination des horaires des uns et des autres pour les travaux d'équipe sans parler des différents mandats qui peuvent se présenter au travail et les activités familiales et personnelles qui continuent comme avant. L'investissement est conséquent. Souhaitons leur de bonnes études !



« La formation offerte dans ce programme est vraiment axée sur le travail au quotidien d'un cadre intermédiaire et les notions acquises tout au long des cours se transfèrent aisément à la réalité d'un cadre du réseau de la santé. »

Isabelle Girard, assistante chef technologiste médicale à l'Hôpital Fleury, inscrite au programme depuis septembre 2007

GOLFER POUR LA SANTÉ



par Catherine St-Amour, adjointe à la Direction générale de la Fondation du CSSSAM-N



Denis Cloutier

Le 22 septembre prochain aura lieu le tournoi de golf annuel au profit de la Fondation du CSSSAM-N. Notre organisme est heureux de pouvoir compter sur la présidence d'honneur de Monsieur Denis Dubreuil, vice-président, soutien au développement des affaires à la Fédération des caisses Desjardins du Québec, région Ouest de Montréal.

Les participants de cette journée pourront se laisser séduire par les grandes allées de l'unique et très réputé *Club de golf le Mirage*, situé dans la ville de Terrebonne. Propriété de Céline Dion et René Angélil, ce club privé dont la réputation n'est certes plus à refaire offre une expérience de golf à la fois excitante et sérieuse.

Grâce à l'appui de plusieurs entreprises du secteur d'Auntsic et Montréal-Nord, de fournisseurs du CSSSAM-N et d'une dynamique équipe de bénévoles,

la Fondation espère grandement atteindre son objectif de 100 000 \$, qui sera remis au CSSSAM-N, afin de participer au financement d'un système d'imagerie par résonance magnétique pour l'hôpital et de différents projets et équipements médicaux pour la clientèle des CLSC et des centres d'hébergement.

Coordonnées de la Fondation du CSSSAM-N :
Hôpital Fleury
Rez-de-chaussée
2180, rue Fleury Est
Montréal (Québec) H2B 1K3
fondation.csssamn@ssss.gouv.qc.ca
Tél. : 514 383-5083

Tirage de 8 participations pour les employés du CSSSAM-N gracieuseté de la Caisse Desjardins du Sault-au-Récollet

Nous sommes heureux de vous annoncer que la Caisse Desjardins du Sault-au-Récollet et son directeur général, M. Denis Cloutier, ont généreusement accepté de renouveler, pour une 5^e année consécutive, la commandite de 8 participations qui seront tirées au sort parmi les employés du CSSSAM-N. Nous tenons à remercier l'institution financière qui, depuis plusieurs années, est un partenaire des plus importants pour la Fondation.

Courrez la chance d'être l'un des 8 gagnants pour cette magnifique journée de golf au Club le Mirage :

Comment s'inscrire :

Laissez votre nom, numéro d'employé, nom de votre installation, ainsi que votre numéro de téléphone sur la boîte vocale de la Fondation au poste 5083 ou via un courriel à l'adresse suivante : fondation.csssamn@ssss.gouv.qc.ca. Présentez-vous au bureau de la Fondation (rez-de-chaussée, Hôpital Fleury) du lundi au vendredi de 8 h 30 à 12 h ou de 13 h à 16 h 30.

Les règlements du tirage :

Si votre horaire prévoit votre présence au travail le jour du tournoi, vous devez convenir avec votre supérieur immédiat des modalités d'absence; Une seule inscription par employé est admise pour ce tirage; Seuls les employés du CSSSAM-N peuvent participer.

Date limite d'inscription : Jeudi 4 septembre 2008 à 16 h

Date du tirage : Vendredi 5 septembre, au bureau de la Fondation, à 12 h 30



Denis Dubreuil

La semaine de l'action bénévole 2008

par Jasmine Dubois, chef du Service des bénévoles

Plus de 200 personnes oeuvrent bénévolement au sein du CSSSAM-N. Qu'il s'agisse de bénévoles d'expérience, de jeunes étudiants, de personnes en démarche de choix de carrière ou d'autres qui s'intègrent à la société québécoise, tous donnent un engagement du cœur ! Les bénévoles font souvent la petite différence dans la vie de nos résidents des centres d'hébergement, à l'accueil de la clientèle à l'hôpital et dans les mille et une actions qu'ils posent au quotidien.

Durant la *Semaine de l'action bénévole au Québec*, les membres de la direction et les responsables des bénévoles ont témoigné de façon plus particulière leur reconnaissance. Le 1^{er} mai, un dîner festif a réuni une centaine de bénévoles oeuvrant dans les centres d'hébergement De Louvain, Laurendeau, Légaré, Paul-Lizotte et à l'Hôpital Fleury.

L'engagement des personnes cumulant 5 ans, 10 ans et 15 ans d'implication bénévole au sein du CSSSAM-N a été souligné et l'apport de tous les bénévoles oeuvrant auprès des divers organismes communautaires du territoire salué.

Vous désirez vous impliquer à titre de bénévole ? Plusieurs choix s'offrent à vous : accompagnements des résidents aux rendez-vous médicaux et aux sorties extérieures, accueil et accompagnement de la clientèle aux salles d'attente de l'hôpital, collaboration aux activités de loisir, soutien spirituel, support aux boutiques cadeaux et visites amicales. Une action bénévole pour vous, selon votre disponibilité !



Bénévoles présentant 5 ans d'engagement en compagnie de Marc Fortin, directeur général : Thérèse Paquette-Danis, Pauline Leroux, Denise Jacques, Raymonde Bourcier, Isidore Bourassa, Bertrande Bourassa, Jeanne Morin, Pierrette Laurin, Claude Garand
Absentes sur la photo : Michèle Davidson, Jeanne Landry, Hélène Desjardins



Bénévoles présentant 10 ans d'engagement en compagnie de Marc Fortin, directeur général : Rita Gagnon, Micheline Nelson, Nicole St-Jean, René Boutet,
Absente sur la photo : Nicole Painchaud

Pour information : Jasmine Dubois, poste 2282

PASSEZ AU VERT

TOUT POUR VOS BESOINS FINANCIERS

- . planification financière
- . courtage en valeurs mobilières
- . placements
- . gestion privée

- . succession
- . assurances
- . prêts

Le roman feuilleton du CSSSAM-N

Au fil du temps



par Gladys Bordenave, agente de relations humaines, programme Personnes en perte d'autonomie liée au vieillissement

Pour soutenir le maintien à domicile de Julie et suite au plan d'intervention élaboré par Valérie, l'intervenante sociale, des services d'aide ont été mis en place. Ainsi, depuis les quatre derniers mois, Nathalie, une auxiliaire familiale et sociale, a intégré le milieu pour de l'aide à l'hygiène une fois par semaine. Charles a accepté d'en faire l'essai parce qu'il lui était devenu impossible d'amener son épouse à la salle de bain. Elle devenait agressive et il n'arrivait plus à contrôler la situation. Il n'était surtout pas question de l'amener dans la baignoire de force.

Tranquillement, Nathalie a réussi à établir un lien de confiance avec Julie qui la prend de temps à autre pour sa mère. Puisque la salle de bain ne répondait pas tout à fait aux normes, le service a débuté par une hygiène partielle au lavabo. Entre-temps, une évaluation des besoins d'aménagement a été complétée par *Auxi-Plus* et l'équipement requis a été mis en place. Depuis, on a pu commencer l'hygiène complète à la baignoire. Tout n'est cependant pas gagné d'avance. À l'occasion, Nathalie doit négocier des compromis entre l'hygiène à la baignoire et une hygiène au lavabo. L'auxiliaire familiale et sociale est une ressource précieuse dans le maintien à domicile, surtout auprès des personnes avec des déficits cognitifs.

L'autonomie fonctionnelle de Julie continue de diminuer. Ses besoins deviennent de plus en plus nombreux. Entre autres, Julie présente un début d'incontinence urinaire. Charles doit, plusieurs fois par jour, l'accompagner à la toilette sinon elle risque de s'échapper. Un deuxième service d'hygiène a donc été octroyé par Valérie.

Charles dispose de moins de temps pour les tâches ménagères étant donné qu'il en investit de plus en plus pour encadrer son épouse. Aussi, avec son accord, une référence est faite à Remue-Ménage, une entreprise d'économie sociale du quartier. Une fois aux quinze jours, Teresa, une préposée, se rend à domicile quatre heures et assume l'entretien ménager et la lessive. Les coûts du service sont établis proportionnellement aux revenus du couple.

Malgré toute l'aide apportée, l'état d'épuisement chez Charles s'accroît de jour en jour parallèlement à l'évolution de la maladie chez Julie. Après discussion avec Valérie, il accepte l'idée d'une référence en centre de jour pour sa conjointe. Cela lui permettra de s'octroyer quelques heures de répit de plus par semaine pendant que Julie sera dans un milieu sécuritaire où elle pourra recevoir de la stimulation. La demande a donc été complétée par Valérie et quelques semaines plus tard, Julie a pu débiter la fréquentation du centre de jour.

Puisqu'il faut qu'elle soit prête à l'arrivée du transport qui l'amènera au centre de jour, le deuxième service d'hygiène a été organisé de manière à lui permettre d'avoir de l'aide pour se laver, s'habiller et déjeuner. Une fois Julie partie, Charles en profite pour faire des courses, aller à ses rendez-vous médicaux. De temps en temps, la famille aussi bien que l'intervenante sociale, l'encouragent à faire une petite activité pour lui-même afin de se faire plaisir. Il lui arrive de se promener ou de faire un tour dans une librairie. Charles a bien souvent parlé de sa passion pour la lecture, sauf qu'il n'a pas pu lire un seul livre depuis les six derniers mois.

La journée se déroule toujours très rapidement et Charles doit revenir à la maison à une heure précise pour attendre le transport qui ramènera Julie. Les choses se passent bien au centre de jour et Julie s'y adapte de façon satisfaisante. Charles refuse cependant d'envisager une autre journée de fréquentation pour Julie. Le printemps est aux portes, la température leur permet donc d'être un peu plus à l'extérieur. Il met donc la décision en suspens jusqu'à l'automne.

Charles apprécie beaucoup le support que lui apporte son CLSC. Une infirmière, Marie, s'est jointe au dossier pour un suivi de l'état général et de la prise des médicaments. Julie se plaint souvent d'étourdissements et Charles avait déjà dit à Nathalie qu'il ne lui donnait que des demi-doses de médicaments. Il croyait que la médication pouvait avoir un effet sur son humeur et son manque de sommeil.

Charles continue à jouer son rôle d'aidant de manière intensive. À plusieurs reprises, il a refusé des invitations à souper chez leur fils Éric. Ces sorties sont rendues trop exigeantes. Ses problèmes de santé ne se résorbent pas avec le temps, loin de là. Même son énergie n'est plus la même. Valérie qui le rencontre une fois par mois pour un suivi de support au CLSC, se désole de voir que Charles ne parvient pas à remonter la pente malgré le support des réseaux d'aide.

Il est devenu de plus en plus évident pour Charles, qu'il ne pourra pas continuer à s'occuper de Julie à domicile. Lors d'une rencontre familiale organisée par Valérie pour discuter de la situation, Charles avoue : « *Je ne vois pas comment je vais pouvoir continuer. C'est sûr que j'aurais préféré ne pas avoir à la placer mais je crois ne plus avoir le choix.* » Heureusement, Éric et Élixa sont là pour le supporter dans sa décision. Cela lui enlève un peu de culpabilité. Ils estiment même que cette solution présente quelques avantages malgré toute sa charge émotionnelle. En intégrant un nouveau milieu de vie, Julie se retrouvera dans un environnement stimulant et pourvu d'activités sociales. Elle sera en sécurité et sous bonne garde, jour et nuit. De plus, cela améliorera aussi le bien-être de Charles qui aura moins de soins à lui prodiguer et sera moins inquiet à son sujet.

Charles fait le choix d'une orientation dans le secteur public pour plusieurs raisons. Étant donné la lourdeur des besoins de son épouse, il voulait s'assurer qu'elle reçoive des soins appropriés. Il n'aurait pas non plus les moyens de payer les coûts dans le secteur privé car ces derniers sont déterminés en fonction des besoins. Il ne voulait pas plus transiger avec des organismes privés de recherche de résidences étant donné que le CLSC n'a pas de mandat d'orientation en milieu privé.

Puisqu'il faut prévoir en moyenne de 6 à 12 mois d'attente pour une admission, Valérie suggère à Charles de commencer de suite les démarches. De par ses fonctions, c'est à elle qu'incombera la tâche de compléter la demande d'hébergement public et d'accompagner Julie et la famille tout au long de la démarche. Une évaluation médicale doit être complétée par le médecin de famille de Julie. Valérie lui fait parvenir le formulaire. L'autre étape consistera en une évaluation des capacités fonctionnelles et des besoins de Julie par Valérie. Charles trouve ces démarches répétitives se rappelant avoir complété ces mêmes documents au début de la prise en charge de sa femme. Mais le profil de Julie a beaucoup changé depuis les derniers mois et il est nécessaire de compléter une nouvelle évaluation afin de s'assurer que le dossier soit bien orienté. Malgré le support de son entourage, Charles continue à ressentir de la culpabilité. Il est conscient par contre que tout a été tenté pour favoriser le maintien à domicile de son épouse.

Charles a bien intégré les étapes du processus d'admission en hébergement public et c'est même lui qui répond quelquefois aux questionnements d'Éric et d'Élixa. Il sait que le dossier, une fois rendu à l'Agence, sera évalué par un comité composé de professionnels de la santé, lesquels détermineront les besoins et l'orientation de Julie. Il souhaite fortement que ce soit le Centre d'hébergement Laurendeau. Une de ses tantes a été hébergée à cet endroit et ils ont toujours été très satisfaits des services qu'elle recevait. De plus, le centre est à proximité de leur domicile, ce qui facilitera les visites de Charles qui projette de s'y rendre tous les jours.

Le processus évolue relativement bien. Valérie reçoit une confirmation de l'Agence. Le dossier de Julie est orienté en liste d'attente au Centre d'hébergement Laurendeau, comme le voulait Charles. L'Agence a donc tenu compte de la demande de la famille. De plus, le profil de Julie répondait aux critères d'admission de l'établissement. Cinq mois se sont écoulés. Valérie reçoit un appel de la responsable des admissions du centre d'hébergement qui veut planifier une visite de pré-admission avec la famille. Julie figure parmi les prochaines personnes à être admises.

Note : Nous tenons à préciser que dans toutes les interactions avec la clientèle, le vouvoiement est de mise.



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

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

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



Desjardins
Caisse populaire
du Sault-au-Récollet



Histoire de passion De l'horticulture à la Fondation Corazõn

par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication



Denise Crête et Balou

Brugmansia sanguinea rouge, Dionaea muscipula mix, Iris sanguinea snow queen... les défis ne lui font pas peur, surtout quand elle les partage avec d'autres passionnés dont Danièle Crête. Or, il s'avère que Danièle souffre d'une déficience visuelle et vient aux rencontres accompagnée de son fidèle compagnon Balou, un labrador retriever.

Le charme de Balou opère bien des ravages et Linda n'y résiste pas mieux que les autres. Or, Balou a été formé par la Fondation Corazõn, une école de chiens-guides et d'assistance. Quinze chiots et chiens y sont régulièrement en formation pour devenir chiens-guides comme Balou ou chiens d'assistance pour personnes handicapées physiques, auditives ou diabétiques.

Cette école se particularise par ses classes à domicile. Ainsi, Jacques, l'entraîneur est venu avec Balou dans la maison de Danièle, la première fois, le temps d'un café. Puis, pour des sessions de plus en plus longues, jusqu'à ce que Danièle et Balou sachent comment interagir ensemble. « Grâce à cela, Balou et moi, explique Danièle, avons vécu peu de stress et développé une très grande complicité. » C'est Jacques qui avait choisi le chien de Danièle en fonction de leurs tempéraments respectifs. « Il a constitué une équipe parfaite, s'exclame Linda. Il suffit de voir le visage radieux de Danièle quand elle parle de Balou ! »

Les sessions d'horticulture sont donc ponctuées de caresses, de battements de queue... Toute la société d'horticulture s'y est laissée prendre au point d'organiser une vente annuelle de vivaces au profit de la Fondation Corazõn. Non, mais vous avez vu les beaux yeux de Balou !

Les sites web favoris de Linda Lemieux :
sheip.fsheq.org
www.fondationcorazon.org

Vous avez une passion ? Ou peut-être l'un ou l'une de vos collègues ? Peinture, sculpture, sport, ornithologie... que sais-je ? Il serait intéressant de la partager avec les lecteurs du Cercle. Appelez-nous : poste 8335.



Linda Lemieux avec quelques plantes insectivores : sarracenia, ultriculaire, dioneae, etc.

Ah ! Les mercredis au Centre d'hébergement Paul-Lizotte !



par Daniel Morin, récréologue

Tous les mercredis, de juin à septembre, la terrasse du Centre d'hébergement Paul-Lizotte prend des allures festives grâce aux fameux diners BBQ. La formule a été réitérée en 2008 pour une deuxième année suite au succès rencontré. Vivement le beau temps, car plusieurs résidents l'attendent de pied ferme.

Patricia et Daniel, du Service d'animation-loisirs ainsi que l'équipe des bénévoles accueillent les résidents sur la terrasse pour un repas cuisiné devant eux sur le BBQ. Le soleil, les fleurs, la douce brise en provenance de la rivière, l'odeur de la bouffe dehors l'été... La formule est simple, l'idée n'est pas neuve et surtout pas unique. Mais chaque semaine, le plaisir est si palpable qu'il devient vite contagieux : voilà le succès de cette activité estivale. De 11 h à 14 h, place à la bonne humeur : il y a de l'animation musicale avec Denise, notre musicienne invitée, les gens chantent, dansent, mangent et mangent encore, mais surtout les gens s'amusent follement en profitant pleinement de la belle saison.



Tantôt c'est Paul, notre joyeux bénévole qui prend le micro et nous fait tous chanter, avant que Daniel ne s'empare du micro pour nous chanter ses plus grands succès : *Aline, Hélène, Rossignol et Les anges dans nos campagnes*. Mais le moment le plus attendu est lorsque l'un ou l'autre des résidents entonnent un p'tit air que tous reprennent en chœur. Pendant que d'autres chantent : Madeleine, Ghislaine et Jeanne travaillent comme des abeilles, encore de la liqueur pour vous, un autre service de salade de choux, sans oublier les fabuleux desserts, différents à chaque fois. Puis pour la digestion, René nous chante une mélodie, bien propre à lui, un air bien connu.

À chaque dîner presque, il y a des miracles qui se produisent devant nos yeux : des résidents avec très peu d'appétit habituellement redemandent une autre assiette et d'autres oublient leur marchette, et le pied léger, dansent gaiement, le sourire aux lèvres, avec l'aide de Jacinthe, Françoise ou Fanélante. De semaine en semaine, une quarantaine de résidents différents passent du bon temps en bonne compagnie. Que se passe-t-il les jours de pluie ? Mais voyons donc, il ne pleut jamais les mercredis, du moins pas chez nous. Sérieusement, l'an dernier pas une seule goutte de pluie n'est venue gâcher notre joie grâce à notre musicienne qui, selon elle, amène toujours le soleil. Oui, à l'occasion il est tombé quelques fines gouttelettes en avant-midi, mais juste histoire de bien laver notre plancher de danse !

N'oublions pas de remercier la précieuse collaboration de l'équipe des soins qui prépare et motive les résidents dès leur réveil. Et, trois fois bravo pour le support sans relâche du Service alimentaire : on se régale avec la marinade secrète de notre cuisinière. Et ne passons pas sous silence la précieuse collaboration des bénévoles sans qui rien ne serait possible. C'est ça l'été au Centre d'hébergement Paul-Lizotte et bien plus encore... Dans le fond, qu'en on y pense, vos divertissements estivaux ressemblent probablement bien souvent aux activités de loisirs que nous offrons dans nos milieux de vie et c'est là notre plus grande motivation : faire oublier, pour quelques instants du moins, la routine institutionnelle à nos aînés qui ne demandent qu'à être aimés... Bon été à tous et bon BBQ !





Délégation salvadorienne



par Agnès Bousson, directrice des communications, de la qualité, de l'enseignement et de la recherche

Le CSSSAM-N a accueilli pour une troisième année consécutive une délégation du El Salvador dans le cadre de la mission pilotée par la direction de santé publique (DSP) de l'Agence de la santé et des services sociaux de Montréal et l'Unité de santé internationale de l'Université de Montréal.

Le 21 avril dernier, au cours d'un bref échange autour d'un dîner organisé par la DSP, Marc Fortin a mis en relief les retombées de ce type de collaboration avec nos partenaires d'Amérique Latine. Le 22 avril, la délégation a passé toute la journée en compagnie d'intervenants du CSSSAM-N et de partenaires tant pour présenter nos expériences québécoises que pour pouvoir nous inspirer de l'expertise salvadorienne. C'est Jacques Dubois et Claire Richer qui ont rendu possible cette rencontre d'échanges.

La Maison des jeunes Escale 13-17 a accueilli chaleureusement la délégation composée de médecins, infirmières et fonctionnaires du ministère de la Santé et de la Direction régionale de San Salvador, la capitale du pays. Cette journée a permis d'échanger sur la mission particulière d'un organisme communautaire autonome jeunesse, sur son fonctionnement, la participation des jeunes dans la vie d'une Maison de jeunes, les collaborations avec les services de santé et de services sociaux, les actions de promotion et de prévention. En second lieu, il a été question de la *Table de concertation jeunesse de Montréal-Nord* afin d'identifier les secteurs représentés, son fonctionnement, ses défis, ses bons coups, etc. La journée s'est achevée avec la présentation de l'expérience d'une animation concertée d'activités pour les jeunes (AMU Jeunes) ainsi que le projet de convergence des actions autour du Regroupement Écoles et milieux en santé (RÉMES) dans le quartier de Montréal-Nord.

Nos collègues du El Salvador se sont montrés très intéressés par les questions de pérennité des projets, par les défis que représentent le maintien d'une concertation active et les difficultés de mobilisation. Comment se tissent les rapports de représentation entre les différentes tables de concertation dans la communauté de Montréal-Nord ? Parmi les interrogations auxquelles ils tentent de répondre, il est notamment question du développement d'une vision commune, de l'analyse des actions posées et du fait de prioriser sans soulever trop de résistance.

Malgré la distance qui sépare le Québec du El Salvador, on s'aperçoit que les enjeux sont relativement semblables.



La délégation salvadorienne avec des intervenants du CSSSAM-N, de la Santé Publique de Montréal et de la Maison des jeunes Escale 13-17

Des lectures pour l'été ?



Le coup de cœur de Pauline Bellerose, travailleuse sociale au CLSC d'Ahuntsic

LA PETITE FILLE DE MONSIEUR LINH

de Philippe Claudel
« Vous serez touchés, émus, choqués, surpris mais surtout vous passerez un excellent moment et vous aurez le goût d'en parler. Ça tombe bien, le livre a déjà circulé et plusieurs l'ont déjà lu avec plaisir ! »



Le coup de cœur de Lyse Guay, assistante chef des archives médicales à l'Hôpital Fleury

QU'EST-CE QUI FAIT COURIR JANE ?

de Joy Fielding
« Ce livre je l'ai lu en 1995 et je le recommande à tous mes amis et surtout aux amateurs de suspense. L'histoire est extrêmement bien ficelée et je me suis laissée emporter par l'intrigue. Ce livre reste encore un de mes coups de cœur après toutes ces années. Préparez des repas à l'avance car vous ne pourrez plus le laisser. En vous le recommandant, ça me donne le goût de le relire... Tenez-vous loin du film, je l'ai trouvé très ordinaire et prévisible. »



Le coup de cœur de Gilles Séguin, chef de l'unité 6 du Centre d'hébergement Laurendeau

LA CONSOLANTE

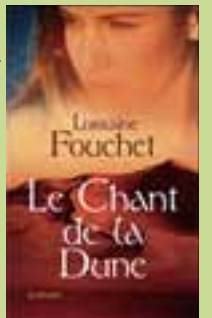
d'Anna Gavalda
« Si vous avez aimé le précédent roman, « Ensemble c'est tout », vous aurez assurément du bonheur à lire « La consolante ». On retrouve dans ce roman des personnages très attachants et pas banals. Malgré un départ un peu lent, on se laisse prendre lors de la lecture par une écriture qui sait traduire en mots justes l'âme de ceux qui habitent l'univers de cette auteure. Bien sûr, quelques bons sentiments, mais ils font du bien et puis bon, on ne boude pas son plaisir. Bonne lecture. »



Le coup de cœur d'Evelyn Harvey, réceptionniste au Centre d'hébergement Légaré

LE CHANT DE LA DUNE

de Lorraine Fouchet
« Ce roman bien simple et moderne nous permet de nous évader dans les limites de notre monde contemporain. Il nous amène dans un voyage au cœur du désert du Niger pour nous laisser nous évader dans un périple déstabilisant. On y retrouve un merveilleux mélange d'aventure, d'amour et d'amitié. J'ai beaucoup aimé ce livre de par sa simplicité et disons le... qui ne rêve pas parfois de tout laisser quelque temps derrière soi pour vivre des moments intenses et aux limites même de ce que nous sommes. »



Le coup de cœur de Sylvie Pomminville, préposée aux bénéficiaires au Centre d'hébergement Paul-Lizotte

LE BIEN DES MIENS

de Janette Bertrand
« Vous serez charmé par ce deuxième livre de Janette. C'est l'histoire de la famille Maltais, c'est une histoire simple, avec un côté très humain. Je le recommande sans problème à tous ceux qui veulent passer un bon moment avec cette famille attachante. »



Le coup de cœur de Maryse Lévesque, préposée aux bénéficiaires au Centre d'hébergement de Louvain

SANS RIEN NI PERSONNE

de Marie Laberge
« À ma connaissance, il s'agit du premier roman policier écrit par cette grande dame de la littérature québécoise. Étant moi-même une personne qui aime beaucoup les polars, je dois reconnaître que sa tentative est un succès et je souhaite qu'elle récidive. Ce livre est mon coup de cœur car l'action se situe un peu partout au Québec avec deux personnes fort sympathiques, un policier français et une policière québécoise qui doivent faire équipe pour les besoins de l'enquête au centre de l'intrigue. »



Le coup de cœur de Sonia Emond, thérapeute en réadaptation physique au CLSC de Montréal-Nord

LA TRAVERSÉE DU CONTINENT

de Michel Tremblay
« C'est le voyage en train d'une courageuse fillette qui, à partir du « blé des prairies », s'en va rejoindre sa mère à Montréal. Elle fera des « escales familiales » très colorées mais aussi très émouvantes. La plume de Michel Tremblay est à son meilleur ! C'est un bijou d'écriture qui vaut le voyage ! »



Vous retrouverez les résumés des livres sur l'intranet du CSSSAM-N !

La population répond en grand nombre à l'invitation

par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication

Dre Nadia Gagnier



Une salle bien achalandée !

Mercredi 21 mai, le CSSSAM-N avait invité Dre Nadia Gagnier, psychologue pour offrir à notre population une conférence sur les enjeux du rôle de parent en 2008. Que dire, sinon que la salle était comble ! Les parents étaient au rendez-vous, mais aussi, selon le cas, accompagnés de leurs enfants.

Dre Gagnier a su sans conteste captiver son auditoire et sa voix a même semblé avoir un effet de séduction sur les plus jeunes ! Par des propos simples, elle a fait un tour d'horizon de l'environnement dans lequel gravitent petits et grands : multiplicité des figures d'autorité, travail des deux parents, stress, familles reconstituées, nouvelles technologies, rapport au temps, hypersexualisation et j'en passe.

Comment interagir pour établir une relation harmonieuse et constructive. Être l'ami de son enfant ? Un enfant ne manque généralement pas d'amis que ce soit à l'école ou dans toute autre activité. Être la personne qui le guide, lui impose des limites mais qui, dans un même mouvement, lui offre sa présence, prend le temps de jouer et de communiquer avec lui semble de loin plus propice à une belle relation.

Cependant, instaurer des limites n'est pas toujours des plus aisés de par l'aspect coercitif que l'on prête à ces initiatives. Toutefois, vivre ensemble exige le partage de règles communes et si celles-ci sont établies très rapidement, elles provoqueront certes une certaine frustration chez les enfants. Toutefois, imaginez que vous n'ayez pas procédé à cette étape préalable et que votre enfant commette une bêtise un jour où vous êtes particulièrement fatigué. Il est fort probable que, dans cet état, vous perdiez patience et vous vous fâchiez plus que nécessaire, ce qui

risquerait de traumatiser votre enfant. La prévention a là encore bien meilleur goût et demande beaucoup de constance.

Toute à sa générosité, Dre Nadia Gagnier a consacré beaucoup de temps aux questions du public en premier lieu dans l'amphithéâtre, puis dans l'agora où étaient réunis tous les partenaires et les intervenants du CSSSAM-N.



Le Centre des jeunes L'ESCALE avait aussi répondu à notre invitation et sa directrice, Madame Catherine Black, a présenté en début de soirée le Vox Pop où des parents et des jeunes du primaire et du secondaire expriment leur vision sur la santé. Le constat est frappant : les préoccupations des jeunes et des adultes se rejoignent à plusieurs égards lorsqu'il est question de leur santé, mais aussi de la santé de leur environnement, soit la famille, l'école et le quartier.



Les équipes Jeunes en difficulté des CLSC d'Ahuntsic et Montréal-Nord

Il ne faut pas négliger que le succès de cette soirée est grandement attribuable à la collaboration des équipes du programme *Jeunes en difficulté* et d'autres collègues. Nous saluons également la présence très appréciée de nos partenaires tels *Pause-Famille*, *RePère*, *Autour du bébé*, *Carrefour Jeunesse Emploi Bourassa-Sauvé*, *Entre Parents*, *Fondation de la visite*, *1,2,3 Go*, *Un itinéraire pour tous*, *Coup de pouce jeunesse*, *Québec en forme*, etc.



Christine Black



Préparation des kiosques d'information par les intervenants et les partenaires du CSSSAM-N



VOX POP

Destination : vacances

Avec l'arrivée de la période estivale, nous avons questionné des employés du CSSSAM-N pour savoir quel est leur lieu de vacances préféré. Le vôtre y figure-t-il ? Les réponses se partagent en deux groupes presque égaux. En effet, si pour 44 personnes ce lieu se situe hors du Québec, pour 41 autres il se trouve au Québec. À noter que les destinations qui présentent le plus de suffrages sont la France qui a été citée 7 fois et les Laurentides qui la talonnent avec un score de 6. Le personnel du CSSSAM-N semble aussi se distinguer par son esprit d'aventures. Pas moins de 9 personnes ont répondu par « tous les endroits où je ne suis pas encore allé » !

Bonnes vacances à toutes et tous !



Destinations préférées hors du Québec (44)

Barbade	2
Caraïbes	2
Corse	1
Costa Rica	2
Côte Est américaine	5
Cuba	2
Espagne	2
États-Unis (Willwood New Jersey)	1
Europe	4
France	7
Grèce	1
Hawai	2
Italie	4
Jamaïque	2
Mexique	4
Portugal	1
Sahara	2

Destinations préférées au Québec (41)

Bas du fleuve	4
Cantons de l'Est	3
Charlevoix	5
Gaspésie	4
Hautes Laurentides	2
Îles de la Madeleine	4
L'ensemble du Québec	2
Lanaudière	3
Laurentides	6
Portneuf	2
Région de Québec	4
Toute la nature avec un bord de l'eau au Québec	2

Destinations hors catégorie

Tous les endroits où je ne suis pas encore allé 9



Comité exécutif du CII (CECI) : Viviane Salette, Geneviève Chouinard, Marie-Sonia Breau, Nine Noisy, Denise Lacasse, Marielle Roy

Conseil des infirmières et infirmiers (CII) Assemblée générale annuelle

par Marie-Sonia Breau, présidente du comité exécutif du CII

Un beau quorum atteint ! Pas moins de 53 infirmières et infirmiers se sont présentés vendredi le 16 mai 2008 pour l'assemblée générale annuelle du CII. Quel succès !

Certes, nous avons profité de ce moment de rencontre pour partager un excellent repas aux parfums asiatiques, mais également nous nous sommes penchés sur des questions plus substantielles en matière professionnelle :

- Le bilan 2007-2008 a été vu dont, notamment, diverses activités liées à la prévention du cancer du sein.
- Les diverses règles ou protocoles de soins entérinés au cours de l'année ont été soulignés.
- Il a également été fait mention du travail d'évaluation effectué au niveau des centres d'hébergement afin de mieux cerner les besoins de formation de nos membres.

Caroline Mathieu, conseillère en soins spécialisés et Joane Boulanger, adjointe à la direction du programme de santé physique et à la direction des soins infirmiers, ont poursuivi l'assemblée en présentant une conférence sur les différents visages du leadership infirmier.

Tout le personnel infirmier ne pouvait malheureusement pas être présent lors de l'assemblée. Qu'à cela ne tienne, le 14 mai 2008, Marielle Roy et Marie-Sonia Breau du CECII ont fait la tournée des installations pour déposer un sac contenant des gâteries à chaque étage pour souligner la semaine de l'infirmière. D'autre part, des prix de présence ont été remis le 16 mai.

Merci à toutes celles et tous ceux qui ont collaboré de près ou de loin à la réussite de cette journée. Nous espérons que la prochaine édition rencontrera autant de succès.

ATTENTION ! Cet automne auront lieu des élections, car il reste à pourvoir un poste concernant la mission Hébergement au sein du CECII. Surveillez les communiqués à venir. Nous comptons sur vous.

Une présence importante !



Conférence par Caroline Mathieu et Joane Boulanger



Comité organisateur, France Cappeli et Chantal Desbiens, infirmières cliniciennes



À noter à vos agendas

Préparation à la retraite

La prochaine session de préparation à la retraite se tiendra les mercredis soirs du 15 octobre au 19 novembre 2008

Pour y participer, vous devez :

Être admissible à la retraite et prévoir prendre votre retraite d'ici les 3 prochaines années

Pour être admissible à la retraite, vous devez répondre aux conditions suivantes :

Être âgé(e) de 55 ans ou plus ou avoir accumulé 35 ans ou plus de service reconnu par la CARRA

Pour vous inscrire, veuillez compléter le formulaire disponible sur l'intranet du CSSSAM-N et le faire parvenir avant le 15 septembre 2008 à l'attention de Nicole L. Bélanger au Service de formation et du développement organisationnel au CLSC d'Ahuntsic.

Pour plus d'information, contactez Marie-Lise Leclerc au service de formation et développement organisationnel au poste 2251

Rose radis, rouge cerise Vive l'été!

par Estelle Zehler, conseillère cadre en communication

Le premier affiche crânement sous son insolente robe rose fuschia ou rouge une saveur légèrement piquante. La seconde sous ses atours généralement carmins décline selon son humeur douceur et acidité. Fraîchement cueillis, ils offrent à notre palais tout le plaisir d'un légume et d'un fruit dodu, croquant et rafraîchissant.

Les légumes et les fruits sont bons pour la santé, nous le savons tous. Il n'est plus nécessaire de faire l'article quant aux résultats bénéfiques des antioxydants sur notre organisme. Les antioxydants protègent nos cellules contre les dommages causés par les radicaux libres.

Le radis qui fournit plusieurs substances antioxydantes est doté d'un indice TAC* modéré de 582 µmol pour une portion de 61 g. Il est en outre une source de l'appréciable vitamine C.

Sans doute l'avez-vous déjà consommé cru, mais l'avez-vous testé cuit ? Il vous surprendra. Ses fanes se mangent également ! Hachez les jeunes feuilles et ajoutez-les aux soupes et aux omelettes ou cuisinez-les comme des épinards.

La cerise, quant à elle, est une championne en matière d'antioxydants et se targue d'un indice TAC* très fort : 4873 µmol. Que ce soit le fruit lui-même ou son jus, utilisez-les pour réaliser d'excellentes boissons frappées. Passez-les au mélangeur avec du yogourt, du tofu ou du lait de soja.

* Indice TAC : confère Le Cercle, Volume 3, numéro 1, page 8

Informations tirées du site web :
www.passeportsante.net

Que vaut une portion de radis ?

Poids/ volume	Radis crus, 125 ml (61 g) 12 moyens ou 7 gros radis
Calories	10
Protéines	0,4 g
Glucides	2,1 g
Lipides	0,1 g
Fibres alimentaires	1,0 g

Que vaut une portion de cerises ?

Poids/ volume	Cerises douces crues (guignes) 20 fruits (136 g)	Cerises acidulées crues, 250 ml (109 g)
Calories	86	54
Protéines	1,4 g	1,1 g
Glucides	21,8 g	13,2 g
Lipides	0,3 g	0,3 g
Fibres alimentaires	2,9 g	1,7 g



Diane Laroche, intervenante en service social aux soins ambulatoires en santé mentale de 2e ligne

*Radis : « Je les redécouvre avec plaisir depuis un an ! »
Cerises : À tous les desserts en été quand elle reçoit des invités et avec décorum ! « Je les place dans un bol ancien en verre taillé, avec de l'eau et de la glace. »*

Josée-Anne Lapierre, stagiaire en travail social

*Radis : Sans commentaires : « Beurk ! »
Cerises : « Avec passion, crues, nature, sous un arbre c'est encore meilleur ! »*



CSSSAM-N en santé, ou'Vert sur sa communauté et sur le monde

INVITATION

par Julie Boucher, directrice de santé publique

Le 18 juin prochain, le comité de promotion de la santé et du développement durable du CSSSAM-N fera une tournée des installations pour le lancement du *Plan d'action de promotion de la santé et du développement durable*.

Au cours de cette tournée, les membres du comité remettront aux employés un petit cadeau « durable » ainsi que de l'information sur les premières actions du plan, notamment le recyclage des fibres et du VPM (verre-plastique-métal), qui sera dorénavant implanté dans toutes les installations du CSSS.

Cette rencontre sera également une occasion de partager vos préoccupations, suggestions ou initiatives en matière de promotion de la santé et du développement durable au sein de notre CSSS.

Nous vous attendons donc en grand nombre à ce premier rendez-vous !



Prochains numéros

Septembre 2008

Annnonce de vos articles : 24 juin 2008
Tombée des articles : 9 juillet 2008
Parution : 12 septembre 2008

Octobre 2008

Annnonce de vos articles : 19 août 2008
Tombée des articles : 3 septembre 2008
Parution : 10 octobre 2008

leCERCLE

Volume 3, numéro 2, juin 2008

Édition
Marc Fortin, directeur général

Comité de rédaction
Agnès Bousillon, directrice des communications,
de la qualité, de l'enseignement et de la recherche
Estelle Zehler, rédactrice en chef
Carmen Dubé, technicienne en administration

Révision
Carmen Dubé, technicienne en administration
Isabelle Gagné, conseillère cadre en communication

Graphisme et mise en pages
Le zeste graphique

Impression
Imprimerie Groupe Litho inc.

Tirage
1 700

**Pour renseignements, commentaires
ou suggestions d'articles :**
Estelle Zehler : 514 381-2000 poste 8335
estelle.zehler.csssamn@sss.gouv.qc.ca

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

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