

# L'inter Dit

ANNÉE 6, NO 7

28 SEPTEMBRE 2011

- Programme d'aide
  - aux employés
    - P.A.E.
    - Une ressource
    - professionnelle
    - Pour vous aider
    - Vous et les vôtres
  - Service strictement
    - confidentiel
  - 24 heures par jour
  - 7 jours par semaine
  - 450 435-1092
  - Ligne Mtl: 514 990-5722

## DANS CE NUMÉRO :

Programme d'aide aux employés - suite	2
Élections au conseil d'administration	3
Des nouvelles du CECII	3
0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION	4-8
Ensemble vers une entreprise en santé	9
Jeux olympiques	10
L'étiquette respiratoire	11
Des nouvelles de nos fondations	12
Bienvenue parmi nous	13
Témoignages	14

## LE SERVICE DE PROGRAMME D'AIDE AUX EMPLOYÉS CHANGE DE FIRME

Nous sommes heureux de vous présenter votre nouvelle firme de service de programme d'aide aux employés (PAE).

En effet, à la suite du processus d'appel d'offres, le programme d'aide aux employés sera assuré à compter du **1<sup>er</sup> octobre prochain** par le « Groupe Santé Physimed ». Vous pourrez les joindre au numéro suivant :

**1 800 667-2683\***

\* Service confidentiel

Vous pourrez bénéficier des mêmes services de relation d'aide en intervention brève que vous connaissez déjà, soit six (6) rencontres individuelles ou huit (8) rencontres de couples en ce qui a trait aux problématiques suivantes:

- | Référence                        |              |
|----------------------------------|--------------|
| ♦ psychologique;                 | ♦ financière |
| ♦ familiale;                     | ♦ juridique  |
| ♦ conjugale;                     |              |
| ♦ d'orientation professionnelle; |              |
| ♦ de dépendance.                 |              |

Si vous avez déjà entrepris une consultation avant le **1<sup>er</sup> octobre 2011** avec « Les Consultant Delorme-Lussier inc. », vous pourrez continuer vos rencontres avec ces derniers jusqu'à la résolution de votre problématique ou pour un maximum de six (6) rencontres.

Pour en connaître davantage, nous vous référons à l'article du « Groupe santé Physimed » à la page 2.

**Vous vivez une problématique...  
pensez à votre PAE,  
ceux-ci pourront vous aider  
en toute confidentialité!**

**Marylène Boivin**  
Conseillère en santé et sécurité du travail



## NOUVEAU!

### Programme d'aide aux employés

Nous sommes heureux de vous annoncer que le Groupe Santé Physimed, vous offre maintenant ses services dans le cadre du Programme d'aide aux employés.

Les problèmes qui semblent les plus anodins ont tendance à prendre de l'ampleur lorsqu'on ne leur accorde pas l'attention qu'ils méritent dès le début. La plupart du temps, nous sommes à l'écoute de nos besoins émotionnels ou personnels uniquement



en cas de crise, ou alors nous reportons « à plus tard » le moment où il faudra les aborder. On peut se sentir gêné d'aller chercher de l'aide extérieure. Or, de plus en plus de personnes cherchent ouvertement de l'aide

afin de franchir les obstacles qui se dressent sur le parcours de la vie quotidienne.

Le PAE accorde une attention toute particulière à votre santé émotionnelle. Nous voulons faciliter l'accès à des soins de qualité afin que vous puissiez bénéficier d'une consultation rapide pour répondre à vos besoins émotionnels ou personnels.

#### Qu'est-ce que le programme d'aide aux employés?

Le programme d'aide aux employés vous procure une assistance particulière qui permet de ne pas affronter seul les tensions et les problèmes qui vous affligent.

Il sert de plaque tournante et de guide pour surmonter les étapes difficiles de votre vie. Voici une brève description des domaines dans lesquels le programme pourrait vous offrir le soutien de ses ressources professionnelles :

#### Services de consultation

(max. de 6 entrevues par employé ou 8 entrevues par couple d'une durée de 1 heure par année financière)

Problèmes sociaux	Problèmes psychologiques	Traitement des dépendances
✓ Problèmes conjugaux	✓ Dépression	✓ Alcool
✓ Problèmes familiaux	✓ Anxiété	✓ Drogue
✓ Intervention de crise	✓ Stress, burnout	✓ Médicament
✓ Réactions face au deuil	✓ Maladie	✓ Jeu compulsif
✓ Réorientation de carrière	✓ Comportement compulsif	✓ Autres
✓ Planification de la retraite	✓ Réactions post-traumatiques	
✓ Autres	✓ Autres	

#### Autres services

(max. de 1 heure de la banque d'heures offerte par année financière)

Problèmes financiers	Problèmes légaux
✓ Planification financière	✓ Divorce
✓ Fiscalité	✓ Faillite
✓ Patrimoine	✓ Criminalité
✓ Autres	✓ Autres

Vous pouvez nous joindre **24 heures par jour / 7 jours par semaine** au numéro suivant :

**1 800 66-SANTÉ**  
(1 800 667-2683)

Votre nom et la raison de votre appel demeurent strictement confidentiels.

Le processus d'élections au conseil d'administration est maintenant bien enclenché.

Le prochain conseil comptera 18 membres, et parmi ceux-ci, des employés qui représenteront les différents collèges électoraux.

À cet effet, les désignations se sont terminées le 22 septembre dernier et nous pouvons donc vous confirmer les trois personnes qui ont été désignées sans concurrent.

### CONSEIL MULTIDISCIPLINAIRE (CM)

- ◆ Mme Sylvie Philippe

### CONSEIL DES INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS (CII)

- ◆ Mme Roxanne Carrière

### CONSEIL DES MÉDECINS, DENTISTES ET PHARMACIENS

- ◆ D<sup>re</sup> Mance Luneau

Pour ce qui est du **PERSONNEL NON CLINIQUE**, il y aura élections puisque quatre personnes ont présenté leur candidature:

- ◆ M. Claude Berthiaume, préposé aux bénéficiaires
- ◆ Mme Annie Giguère, agente administrative
- ◆ M. Luc Jardon, préposé aux bénéficiaires
- ◆ Mme Agathe St-Jean, préposée aux bénéficiaires

Les membres de ce collège seront donc appelés à voter pour le candidat de leur choix.

Dans les prochains jours, ils recevront, **par la poste**, les documents nécessaires afin d'exercer leur droit de vote: lettre explicative, avis de scrutin, fiches d'information des candidats et bulletin de vote. Ils auront jusqu'au **lundi 17 octobre**, 17 h, pour retourner leur bulletin de vote à la présidente d'élection, Mme Martine Plourde.

Le **dépouillement du vote** se fera le **mardi 18 octobre**, à 16 h, au siège social, 125, rue Duquet, à la sandwicherie du 3<sup>e</sup> étage.

Pour ce qui est des **élections à la population**, s'il y a plus de deux candidats, le scrutin se tiendra le **mardi 1<sup>er</sup> novembre prochain**, au siège social. La période de mise en candidature se termine le 3 octobre.

**Nicole Blouin**  
**Présidente adjointe d'élections**

## DES NOUVELLES DU CECII



Saviez-vous que dès janvier 2012, une nouvelle norme professionnelle de formation continue entrera en vigueur, et ce, pour l'ensemble des infirmières, quel que soit leur domaine d'exercice?

Quatre-vingt pour cent (80 %) des infirmières se sont dites favorables à une

norme minimale d'heures de formation continue par année, lors d'un sondage réalisé au printemps.

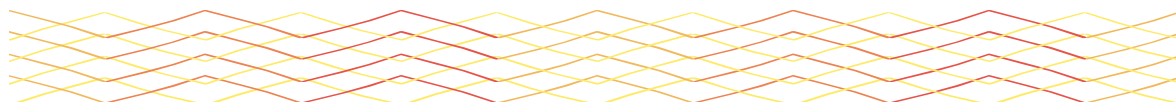
Ce sera votre responsabilité d'obtenir les 20 heures d'activités de formation dont 7 heures d'activités accréditées, pour l'année.

Les activités de formation auxquelles l'infirmière participe doivent être pertinentes à sa pratique professionnelle.

L'OIIQ veut soutenir les infirmières dans leur développement professionnel en leur offrant une plate-forme d'apprentissage en ligne afin de rendre accessibles des activités de formation.

Les détails des formations accréditées et continues reconnues sont disponibles sur le site de l'ordre.

**Votre CECII**





### La courgette

**Il y a courge et courgette.** « Courge » est un terme qui désigne le fruit d'une plante potagère annuelle que l'on cuisine généralement comme des légumes. Parmi les courges, on connaît les **courges d'été** - dont fait partie la **courgette** - qui sont cueillies avant maturité et se conservent peu. Le terme « courge » comprend aussi des **courges d'hiver**, qui mûrissent à l'automne et se conservent longtemps.

Les courges sont consommées depuis 10 000 ans; les Indiens cultivaient la courge pour ses graines, car elle contenait alors très peu de chair. À travers les siècles, des variétés ayant plus de chair et une saveur plus fruitée ont été développées. Peu après la découverte de l'Amérique, la culture des courges et des citrouilles a été introduite en Europe.

Les courges d'été sont cueillies très jeunes, de 2 à 7 jours après la floraison. Leur peau est tendre et comestible tout comme leurs graines. Elles sont fragiles et se conservent peu de temps; celles qui poussent jusqu'à maturité demeurent comestibles, mais leur chair est plus sèche, leurs graines dures et leur peau plus épaisse.

La diversité des courges d'été est impressionnante, tout comme celle des courges d'hiver d'ailleurs; elle ne cesse de croître avec de nouvelles espèces créées par hybridation.

### La courgette en quelques chiffres

10	Nombre de <u>calories</u> dans ½ tasse (125 ml) de courgette crue tranchée
15	Nombre de calories dans ½ tasse (125 ml) de courgette cuite

### Conseils pratiques

- ◆ **On les choisit :** fermes, sans marques ni taches, plus grosses si on veut les farcir.
- ◆ **Quand peler :** On ne pèle pas les courgettes parce que leur peau est tendre et possède une bonne partie des éléments nutritifs.

### Idées-recettes express

#### Les courgettes se consomment crues ou cuites;

- ◆ **Crues:** Pour profiter des éléments nutritifs de la courgette, il est recommandé de la manger crue ou très légèrement cuite. Crue et coupée en bâtonnets, elle est idéale pour la trempette. Tranchée finement, elle s'intègre aux diverses salades.
- ◆ **Cuisson:** Pour faire griller la courgette, on la coupe en tranches et on la passe à la poêle quelques minutes seulement. Sur le barbecue, on la coupe en deux sur la longueur. C'est également un des ingrédients importants de la ratatouille.
- ◆ **Farcies:** Les grosses courgettes peuvent être farcies avec diverses préparations contenant de la viande, des légumes, des noix, du riz, etc. On recouvre d'un peu de fromage mozzarella, si on le désire, et on cuit au four.

#### **Courgette ou zucchini ?**

Au Québec, on la nomme souvent zucchini, un emprunt à l'italien qui signifie « courgette ».

Idée et recherche: Hélène Lalande, cuisinière

**Croquettes de courgette**

4 portions

Vous pouvez préparer les croquettes la veille ou quelques heures à l'avance et les réchauffer au four à 190 °C (375 °F) pendant quelques minutes.

**Ingrédients**

3 courgettes moyennes vertes et/ou jaunes râpées	1/2 tasse de feta émiettée
1/2 c. à thé de sel	1 œuf
1/4 tasse de menthe fraîche ciselée	1/4 à 1/2 tasse de farine
3 oignons verts hachés	Un filet d'huile d'olive
2 à 3 c. à soupe de parmesan frais râpé	Sel et poivre du moulin

**Préparation**

1. Déposer les courgettes dans une passoire, les saler et laisser reposer 5 minutes. Bien presser les courgettes pour en extraire le maximum d'eau de végétation.
2. Dans un bol, mélanger la menthe, les oignons verts, le parmesan, la farine, le feta et l'œuf. Ajouter les courgettes égouttées et bien mélanger. Poivrer. Si la texture est trop humide, ajouter un peu de farine au besoin.
3. Dans une poêle, faire chauffer l'huile à feu moyen. Déposer 60 ml (1/4 tasse) de préparation à la fois et bien laisser dorer avant de retourner les croquettes. Cuire environ 6 minutes de chaque côté. Déposer sur un papier absorbant et servir avec des quartiers de lime ou de citron.

**Ratatouille**

Préparation : 15 minutes

Cuisson : 30 minutes

Portions : 6

**Ingrédients**

2 courgettes en cubes	Sel
1 aubergine en cubes	Poivre
1 piment rouge en cubes	1/2 c. à thé de chacun : basilic, thym, origan (ou plus selon votre goût)
1 piment vert en cubes	Huile d'olive
1 oignon en cubes	
3 tomates pelées et coupées en cubes (ou environ 4 tasses de tomates conserve en dés, légèrement égouttées)	

**Préparation**

1. Faire revenir séparément les légumes coupés, les uns après les autres, dans de l'huile d'olive.
2. Ensuite, les mélanger tous ensemble. Saler, poivrer, ajouter les herbes et laisser mijoter jusqu'à ce que les légumes soient tendres mais encore un peu *al dente*, soit environ 15 minutes.
3. À manger chaud, réchauffé (encore meilleur) ou froid en salade.

## Petit pied va loin ... ensemble sur le chemin de saines habitudes de vie



La marche est une activité physique de loisir et de mise en forme, accessible et sécuritaire qui procure de nombreux bienfaits. Elle peut se pratiquer en solitaire ou entre amis, en famille ou en équipe.

Le comité 0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION vous invite à participer à l'activité « **Petit pied va loin** » qui se déroulera du **17 au 21 octobre** prochain.

Cette activité d'équipe vous permettra de comptabiliser vos pas tout au long de la semaine.  
**Relevez le défi !** Soyez l'équipe gagnante qui battra le record du plus grand nombre de pas.

### Pour participer, rien de plus facile :

- Formez une équipe de 5 personnes, identifiez un chef d'équipe, inscrivez votre équipe à l'évènement et courez la chance de gagner des prix de participation;
- Un podomètre par personne sera remis pour comptabiliser le nombre de pas effectués par jour;
- Un prix spécial sera remis à l'équipe ayant fait le plus grand nombre de pas.

### Pour vous inscrire :

- Remplir le formulaire d'inscription disponible dans l'Intranet, aux réceptions des centres Drapeau-Deschambault, Hubert-Maisonneuve et du CLSC - 125 Duquet. Des formulaires seront également disponibles à la cuisinette, 55 St-Joseph, et au Centre de prélèvement.
- Remettez votre formulaire à Marie-Marthe Sirois, Service des archives, CLSC 125 Duquet, responsable de l'évènement, avant le 7 octobre prochain.

Les directives seront communiquées au chef d'équipe et les podomètres lui seront également remis.

**Vous verrez, marcher n'aura jamais été aussi motivant !**



## 0•5•30 COMBINAISON PRÉVENTION

### Sessions de groupe pour arrêter de fumer



Le Centre d'abandon du tabagisme invite la population en général et les employés du CSSS de Thérèse-De Blainville à participer à ses rencontres de groupe qui auront lieu les mardis de 19 h à 21 h, au CLSC, salle IA-25.

**Les sessions débuteront le 11 octobre 2011.**

Ces rencontres de groupe vous permettront de :

- Découvrir des stratégies efficaces pour vous libérer du tabac;
- Stimuler votre motivation;
- Connaître les produits pharmacologiques disponibles pour contrer les symptômes de sevrage;
- Bénéficier du soutien de vos collègues et d'autres personnes qui partagent le même but que vous, bref, tout pour vous aider à cesser de fumer et à demeures non-fumeur.

Le Centre d'abandon du tabagisme vous offre également un suivi individuel en tout temps. Tous ces services sont **gratuits**.

**Le nombre de places étant limité, vous devez vous inscrire au 450 430-4553, poste 6302.**

**Julie Lacoste**  
Centre d'abandon du tabagisme



**Vous qui aimez la musique et le chant, voici une belle opportunité de vous joindre à une nouvelle chorale de voix féminines. Notre répertoire s'étend du rétro au populaire en passant par le swing.**

**Nos pratiques se tiendront au Centre Drapeau-Deschambault, tous les jeudis de 19 h 15 à 21 h 30.**

**Pour plus de renseignements, communiquez avec Huguette Robert, bénévole au 450 435-6392.**



## Et si on faisait notre propre livre de recettes?

Dans le cadre du plan d'action 0•5•30 pour le milieu de travail, la **Table de travail des Saines habitudes de vie du CPSST** aimerait concevoir un livre de recettes à même les recettes favorites des employés.

La démarche a pour but de favoriser et d'encourager une saine alimentation **pour le plaisir de bien manger !**

Si vous désirez partager vos recettes nutritives préférées (soupes, entrées, plat principal, desserts, collations, etc.), nous vous invitons à les transmettre par courriel, à Marie-Marthe Sirois, avant le 31 décembre 2011.

[marie-marthe.sirois@ssss.gouv.qc.ca](mailto:marie-marthe.sirois@ssss.gouv.qc.ca)

Nous verrons ensuite la possibilité de faire une édition spéciale reliée qui pourra être vendue pour une bonne cause, à l'automne 2012.

## À vos recettes !

Les membres de la Table des saines habitudes de vie :

**Hélène Lalande, Sylvie Cormier, Fabiola Maltais, Marie-Marthe Sirois, Anne-Marie Boucher, Joanne Giguère, Karine Tessier, Pascale Cloutier, Claude Reeves**



## Appel à tous les artistes de notre CSSS pour embellir nos cages d'escalier



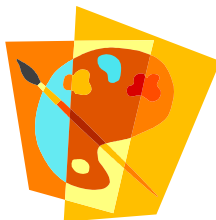
Nous sollicitons la participation de nos employés, médecins et bénévoles ayant des talents d'artiste. Le projet consiste à décorer nos cages d'escalier

Pour ce faire, vous devez présenter un croquis sur une feuille 8 1/2 sur 11 pouces au crayon noir et blanc ou de couleur que vous acheminerez à M. Claude Reeves, à la Direction des ressources humaines, avant le 3 novembre 2011. Les œuvres choisies devront être produites avant le 27 janvier 2012. Les participants recevront un certificat-cadeau d'une valeur de 20 \$ dans une boutique d'artisanat local.

Au plaisir de voir vos œuvres agrémenter nos allées et venues dans nos escaliers et nous inciter ainsi à les utiliser!

**Joanne Giguère**  
**Pour la table de travail**  
**« Saines habitudes de vie »**  
**du Comité paritaire santé sécurité**  
**au travail (CPSST)**

avec vos œuvres. Pour respecter les critères de sécurité incendie, celles-ci devront être peintes sur un tableau de gypse de 2 pieds sur 4 pieds encadré de métal (nous vous le fournirons) avec une peinture acrylique. Dans un premier temps, nous choisirons au hasard 6 œuvres, en autant qu'elles respectent notre code d'éthique et les thématiques établies par les employés : la santé, la joie, le bonheur, la beauté, l'activité physique, la saine alimentation, la nature.





## « ENSEMBLE VERS UNE ENTREPRISE EN SANTÉ »

**Sondage: Nos employés estiment que les activités du programme « Entreprise en santé » sont pertinentes en regard de leur santé et mieux-être**

Cet été, nous avons demandé aux employés de l'établissement de nous faire connaître, par le biais d'un sondage, leur niveau de satisfaction face aux activités organisées dans le cadre du programme « Entreprise en santé ». Ce programme fait la promotion d'un milieu de travail sain en prenant des mesures pour améliorer de façon durable l'état de santé et le mieux-être du personnel et de l'organisation. Nous concentrons présentement nos efforts sur l'adoption de saines habitudes de vie et sur les bonnes pratiques de gestion (communication et leadership). Deux cent soixante-dix-neuf personnes (279) nous ont répondu. Cela représente 25 % de tout le personnel. Nous les en remercions. Voici ce qui ressort des résultats :

activités du programme organisées en 2010-2011. La grande majorité des personnes qui ont participé aux activités, les ont appréciées. Ces activités étaient les suivantes :

◆ Environ 50 % des répondants indiquent avoir participé à une ou plusieurs des

Activités	J'ai participé (% des répondants)	J'ai apprécié (% des participants)
Kiosque d'information sur les saines habitudes de vie (saine alimentation, arrêt du tabagisme, Alcochoix, promotion de l'activité physique)	44 %	88 %
Conférence sur la communication « Je te le dis »	52 %	85 %
Accueil café-biscuit et échange d'autocollants « J'ai confiance en toi »	54%	85 %
Défi santé 0• 5•30 ÉQUILIBRE et mois de la nutrition	31%	70 %
Articles et recettes santé dans L'inter Dit	49 %	88 %

De plus, quatre-vingt-quatre pour cent (84 %) des répondants estiment que ces activités sont pertinentes en regard de leur santé et de leur mieux-être. Plusieurs commentaires et suggestions ont été faits. Nous vous remercions de votre implication et vous encourageons à rester avec nous. L'affût de la programmation annuelle Saines habitudes de vie / 0•5•30 qui sera diffusée sous peu. Pour plus d'information, nous vous suggérons de communiquer avec nous.

### Votre comité santé et mieux-être

**Table Pratiques de gestion :** Bernadette Labbé, Benoit Audet, Michèle St-Pierre, Chantal Dionne, Michelle Boivin, Ève Way, Pascale Cloutier, Claude Reeves

**Table Saines habitudes de vie / 0•5•30 :** Hélène Lalande, Sylvie Cormier, Fabiola Maltais, Marie-Marthe Sirois, Anne-Marie Boucher, Joanne Giguère, Karine Tessier, Pascale Cloutier, Claude Reeves

Les résidents des Centres d'hébergement Drapeau-Deschambault et Hubert-Maisonneuve ont participé aux premiers Jeux olympiques organisés par le Service de loisirs.

Mme Diane Filiatrault, directrice générale, a donné le coup d'envoi en déclarant les jeux officiellement ouverts. Elle en a profité pour souhaiter la meilleure des chances à tous les participants et souligner le caractère mobilisateur de l'activité. « Ces 1<sup>ers</sup> jeux olympiques permettent aux résidents de nos deux centres d'hébergement de se réunir dans une atmosphère festive où chacun est appelé à se surpasser ».

L'activité qui s'est déroulée sous le chapiteau a permis à plus de 35 athlètes de

prendre part aux différentes compétitions amicales adaptées aux capacités des participants : quilles, sacs de sable et pétanque atout. De plus, plusieurs résidents, membres de famille et employés sont venus encourager les athlètes durant l'évènement.

Nous tenons à féliciter l'équipe du 2<sup>e</sup> étage du Centre Hubert-Maisonneuve qui a remporté le trophée perpétuel. De plus, les gagnants de chaque discipline se sont vu attribuer des médailles pour leur performance.

Nous voulons aussi souligner le travail extraordinaire de notre équipe de bénévoles tout au long de la journée ainsi que la précieuse collaboration des membres du personnel. Grâce à l'implication de

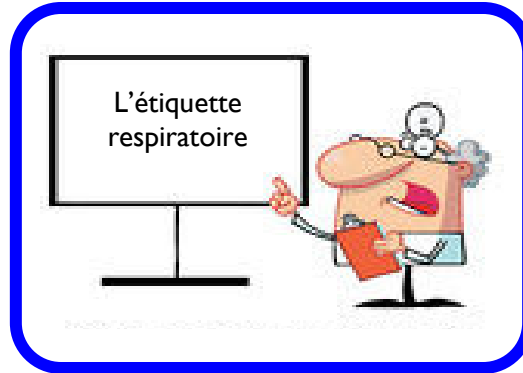
tous, nous avons pu faire de cette journée un succès au plus grand plaisir des résidents.

D'ores et déjà, nous pouvons vous dire que les Jeux Olympiques reviendront l'an prochain et on envisage même de lancer l'invitation à d'autres établissements de la région.

**Chantal Ouellet**  
**Chef de service**  
**Bénévolat et animation-loisirs**



# L'ÉTIQUETTE RESPIRATOIRE



Nous devons avoir conscience que lorsqu'une personne a de la fièvre **accompagnée** de toux, le plus souvent, elle est infectée par un microbe contagieux. Il s'agira d'une infection considérée banale pour certains, mais pas pour tous. En effet, pour les personnes âgées et les personnes qui souffrent d'une maladie chronique, ces infections peuvent entraîner des complications graves.

Des mesures simples de prévention qui s'apparentent à des attitudes de civisme et de bien-séance peuvent être mises en

place, soit *l'étiquette respiratoire*. *L'étiquette respiratoire* s'applique à la personne qui a de la fièvre accompagnée de toux. Elle consiste à diminuer le risque de transmission des infections respiratoires par les mesures suivantes:

- ◆ Porter un masque si présence de fièvre accompagnée de toux;
- ◆ Se tenir à l'écart d'au moins un mètre des autres personnes, si possible;
- ◆ Se couvrir la bouche et le nez avec un mouchoir ou avec le pli du coude lorsque vous toussiez ou éternuez

**ET se laver les mains avec une solution hydroalcoolisée ou avec eau et savon par la suite;**

- ◆ Disposer des mouchoirs usagés à la poubelle et **ensuite se laver les mains;**
- ◆ Éviter de visiter une personne âgée en établissement de santé si présence de toux + fièvre.



**À éviter**



**À faire**



**Des mesures simples qui peuvent faire la différence!**

Roxanne Carrière  
Conseillère en prévention des infections

## FONDATION DRAPEAU ET DESCHAMBAULT

### MARCHER DONNE DES AILES – 9 septembre 2011

Les membres du comité organisateur, le président d'honneur, M. Alain Martineau, et les administrateurs de la Fondation Drapeau et Deschambault remercient sincèrement tous les participants, marcheurs et commanditaires, qui ont assuré le succès de la deuxième édition de « Marcher donne des ailes » le 9 septembre dernier. Un merci spécial est également adressé aux musiciens qui ont divertit les personnes présentes.

Au dernier décompte, les bénéfices nets s'élèvent à 10 378 \$, montant qui sera utilisé pour l'achat de deux tensiomètres électroniques.

### SOUPER SPAGHETTI – vendredi 25 novembre 2011

Exceptionnellement cette année, le souper spaghetti de la Fondation aura lieu le vendredi 25 novembre 2011, au Centre culturel et communautaire de Sainte-Thérèse, à 18 h 30. Les billets, au coût de 20 \$, sont disponibles auprès des administrateurs, à la réception des centres d'hébergement Drapeau-Deschambault, Hubert-Maisonnette et du siège social, 125 rue Duquet, ainsi qu'à la direction générale. Il y a possibilité d'acheter des tables de 8 ou 10 personnes. Pour information : 450 437-4276.

### UN JOUR POUR TOI ET MOI

Pour défrayer le calendrier adapté offert à tous les résidents des deux Centres d'hébergement, vous êtes invités à vous rendre sur le site [www.calendrierfdd.com](http://www.calendrierfdd.com) afin de réserver pour vous ou pour quelqu'un que vous aimez une ou plusieurs dates du calendrier 2012. Un petit geste qui permettra à la Fondation Drapeau et Deschambault de participer au bien-être de plusieurs personnes en perte d'autonomie.

### RÉSULTAT DU TIRAGE DU 25 AOÛT 2011

Prix de 120 \$ : Mme Marie-Chantale Paquin

Prix de 300 \$ : Mme Nathalie Dupuis

Prix de 1000 \$ : M. Pierre G. Gauthier

Pour information : 437-4276

Courriel : [fondationdd@ssss.gouv.qc.ca](mailto:fondationdd@ssss.gouv.qc.ca)

## CALENDRIER DES DATES DE PARUTION DU JOURNAL INTERNE

Dates de tombée <sup>1</sup>	Dates de parution
21 octobre	2 novembre
25 novembre	7 décembre



<sup>1</sup> La date de tombée indique la date à laquelle les articles doivent parvenir au Service des communications.

## BIENVENUE PARMI NOUS...

Période du 14 août au 24 septembre 2011



Brosseau, Nathalie, chef de programme

Patenaude, Sylvie, hygiéniste dentaire

Robert, Marie-Ève, nutritionniste

Valiquette, Stéphanie, travailleuse sociale

Girard-Landry, Jessica, pharmacienne

Ladouceur, Nathalie, préposée Service alimentaire

Beaulieu, Céline, préposée Service alimentaire

Pagé, Marie-Ève, ergothérapeute

Botalla, Maria-Inès, ergothérapeute



## BONNE RETRAITE

Claudette Beaudoin, infirmière

Nicole Jalbert, infirmière bachelière

Gaétane Bélisle-Legault, préposée aux bénéficiaires

## SI ON PARLAIT FRANÇAIS

**Aucun** ou **aucuns**

L'adjectif indéfini **aucun** est presque toujours employé au singulier. Toutefois, il prend la marque du pluriel lorsqu'il est placé devant un nom qui n'a pas de singulier. Par exemple, on dira: cette modification n'entraînera **aucuns frais supplémentaires**. **Aucuns** prend la marque du pluriel parce que le mot frais, au sens de dépenses, est *toujours au pluriel*. En effet, on ne dira jamais « un frais ». De la même manière, on dira: il demande qu'il n'y ait **aucunes funérailles**. Là encore, **aucunes** est pluriel puisque funérailles n'a pas de singulier.

**Au niveau de**

**Au niveau de** est devenue une expression passe-partout qu'on utilise parfois sans réfléchir à ce qu'elle signifie concrètement. La locution **au niveau de** signifie à la même hauteur que. On dira, par exemple: il avait de l'eau au niveau de la ceinture (c'est-à-dire qu'il avait de l'eau jusqu'au niveau physique de sa taille). On peut également dire: les problèmes de cet organisme se situent au niveau de la direction (la direction est un niveau hiérarchique). Dans la plupart des autres cas, il faut remplacer « au niveau de » par: **sur le plan de, du point de vue de, en ce qui**

**concerne, en ce qui a trait à, dans le domaine de, en matière de, à propos de, quant à, etc.**

**Source: 400 capsules linguistiques, Guy Bertrand, Éditions Lanctôt**



### **Merci à tout le personnel du HM1**

Quatre mois à peine m'ont suffi pour comprendre qu'il existe encore des gens de cœur et de compassion.

Je voulais absolument vous écrire pour vous dire à chacun et chacune MERCI!

Quand ma mère est arrivée ici, j'étais complètement déboussolée, car il y avait une prise en charge totale, j'étais surprise et pas habituée à ce qu'on me simplifie la vie.

On a géré la planification de sa chambre, on s'est occupé de ses repas pour qu'elle ait assez de protéines, on s'est occupé de ses blessures sur les jambes, on s'est même occupé de ses « foufounes » meurtries par les heures passées dans sa chaise... En bonus, on la faisait rire en lui disant « n'importe quoi » qui pouvait la faire sourire. On s'est même occupé de faire réparer sa marchette, sans que je demande quoi que ce soit. Merci!

On s'est même occupé de moi... on m'a prise dans les bras, on m'a consolée et écoutée quand ma peine était trop grande!

Un merci personnel à chacun et chacune de vous, Fatima, Josée et tous les autres dont je connais le visage sans savoir votre nom. Merci!

Si je vous avais devant moi, je vous prendrais chacun dans mes bras pour vous dire MERCI, MERCI!

Ne doutez jamais, vous faites la différence.

**Line et Yves (fille et gendre de Mme Rita Chabot)**

### **Extrait d'une lettre adressée à Mme Brigitte Bélanger, chef d'administration de programme social - soutien à domicile**

Madame,

Par la présente, j'aimerais souligner le travail extraordinaire accompli par Mme Isabelle Thibault qui œuvre au sein de votre équipe.

Effectivement, il y a environ deux ans, Mme Thibault a été appelée à s'occuper du dossier de mes parents...

... Malgré les hauts et les bas rencontrés tout au long de ces deux années, très chargées, que ce soit de faire des recherches et des démarches pour une résidence ou un CHSLD pour ma mère, de faire un suivi avec mon père avec qui elle était en contact de façon régulière, surtout lorsqu'il vivait seul puisque le cas de ma mère, étant trop lourd pour mon père, a nécessité un placement à Hubert-Maisonnette, Madame Thibault a su voir au-delà des apparences et très souvent a dû lire entre les lignes lorsqu'il s'agissait de comprendre ce que mon père voulait vraiment.

Sa chaleur humaine et son dévouement font de Mme Thibault une personne exceptionnelle à mes yeux...

... Comme je lui ai dit la dernière fois que nous nous sommes parlées, merci pour tout et continuez le travail extraordinaire que vous faites, ça fait du bien et souvent bien plus que vous ne le pensez.

**Josée Malouin**



**Prochaine date de  
tombée du journal:  
21 octobre, à 17 h**

Service des  
communications