



lemaillon



Le Maillon, 31 janvier 2012, vol.4 no 19



## Simulations dans le cadre d'un exercice de mesures d'urgence

Par Marc Brosseau, coordonnateur des mesures d'urgence

Le CSSS de l'Énergie s'est doté d'un plan local de sécurité civile—mission santé qui vise à assurer une réponse de qualité, efficiente et efficace en situation de mesures d'urgence. Ce plan décrit donc la façon dont nous devrions intervenir en situation d'urgence vis-à-vis nos usagers, notre personnel et la population de notre territoire.

Une situation de mesure d'urgence exige en effet que les décisions et les interventions soient coordonnées et cohérentes (phase d'intervention). Toutefois, comment éviter d'avoir à valider l'efficacité de notre plan lors d'un sinistre réel... Par un programme structuré d'exercices. Ce programme est complémentaire au plan de formation et d'information; il sert à valider la planification prévue pour une intervention dans une situation d'urgence. **C'est dans cet esprit que le CSSS de l'Énergie se prépare pour un exercice de mesures d'urgence qui aura lieu au cours de la semaine du 12 février 2012. Mais n'ayez crainte, il n'y a aucun lien avec la Saint-Valentin.**

En collaboration avec ses partenaires, le CSSS de l'Énergie est à mettre au point la simulation d'un sinistre dans la communauté qui entraînera l'arrivée massive de blessés à l'urgence du HCM. Nous aurons donc deux exercices de mesures d'urgence distincts, mais inter-reliés, puisque l'arrivée massive de blessés découle du sinistre dans la communauté.

**1- Sinistre dans la communauté:** Le scénario du sinistre prévoit que, lors d'une rencontre entre collègues de travail, un accident entraînera l'effondrement d'une partie de la structure du bâtiment où se déroule la rencontre. À la suite de cet accident, le service incendie de la Ville de Shawinigan, les services ambulanciers et la Sureté du Québec se rendront sur les lieux afin d'effectuer les interventions appropriées. Plusieurs personnes seront transportées au HCM afin de recevoir les soins appropriés. L'équipe psychosociale d'urgence du CSSS de l'Énergie sera demandée sur le lieu du sinistre afin de supporter les autres collègues présents à cette rencontre de travail. - suite page 2 -

Dr Georges Dufour, ORL,  
lauréat du prix Hommage  
Pierre-Hamel 2011



3

Programme de reconnaissance  
du Conseil multidisciplinaire  
Les prix Distinction



6-7

Prochaine date de tombée:  
mardi 7 février à 16 h  
Envoyez vos textes à l'adresse:  
lucie\_villemure\_energie@ssss.gouv.qc.ca

Centre de santé et de services sociaux  
de l'Énergie





# Actualités

## Simulations dans le cadre d'un exercice de mesures d'urgence -suite

**2- Arrivée massive de blessés:** La seconde partie de l'exercice consiste en l'arrivée massive de « faux » usagers à notre urgence du HCM. Notre plan de sécurité civile décrit en effet en détail les interventions à effectuer lorsque les ambulanciers nous confirment l'arrivée massive d'usagers à la salle d'urgence, ainsi que les rôles et responsabilités du personnel et des médecins impliqués dans la gestion d'un tel événement.

Cet exercice sera donc une excellente occasion d'évaluer notre plan de sécurité civile –mission santé lors de ce genre de situations et d'apporter les améliorations requises afin de faire face à de réels sinistres. Nous vous rapporterons naturellement après l'exercice comment il s'est déroulé ainsi que les constats que nous en avons tirés.

## Vous voulez arrêter de fumer? C'est possible avec le Défi J'arrête, j'y gagne!

*Par l'équipe de promotion de saines habitudes de vie*

Ce défi positif et motivant offre plusieurs moyens pour passer à l'action et enfin réussir car, quel que soit le nombre de cigarettes fumées par jour, de tentatives de cessation déjà faites ou d'années passées en tant que fumeur, le Défi est pour vous! Inscrivez-vous sur [defitabac.ca](http://defitabac.ca) avant le 1<sup>er</sup> mars, c'est gratuit! De plus, courez la chance de gagner l'un des nombreux prix, dont un voyage dans une destination soleil. Une valeur totale de plus de 10 000 \$!

### Une approche éprouvée

Rappelons qu'en moyenne, deux participants sur trois réussissent à ne pas fumer pendant les six semaines du Défi, ce qui correspond à un excellent taux de succès.

### Une formule souple et du soutien gratuit

Le Défi propose une formule souple qui répond à vos besoins pour augmenter vos chances de réussir à ne pas fumer pendant au moins six semaines. Vous pouvez vous inscrire seul, en duo avec un parrain non-fumeur ou avec un autre fumeur qui veut également écraser. Côté soutien, on propose de vous accompagner avant, pendant et après le Défi et tout cela est gratuit!

### Du soutien pour vous aider à relever votre Défi

Un dossier personnel en ligne, des courriels d'encouragement, une trousse d'aide, le site [Defitabac.ca](http://Defitabac.ca), la ligne 1 866 jarrête (527-7383) et votre centre d'abandon du tabagisme.

Pour commencer l'année du bon pied, à vous de jouer : [Defitabac.ca](http://Defitabac.ca).



Éditeur: **CSSS de l'Énergie** - Directrice de l'information: **Lucie Lemire** - Comité de rédaction: **Kristine Chainé, Christian Gervais, Patrick Forget, Réjean Allard, Line Boucher, Sylvie Loranger, Suzie Langlois et Natalie Gélinas**- Révision et distribution: **Lucie Villemure**- Montage et design graphique: **Francis Lambert**. L'emploi du masculin est utilisé afin d'alléger le texte.

Le Maillon est le bulletin d'information du CSSS de l'Énergie. Les personnes qui désirent faire paraître des articles doivent soumettre leurs textes au comité de révision. Pour ce faire, les articles doivent être acheminés à l'adresse courriel suivante: [lucie\\_villemure\\_energie@ssss.gouv.qc.ca](mailto:lucie_villemure_energie@ssss.gouv.qc.ca). Le comité de révision se réserve entièrement le droit de refuser la parution d'un article. Les auteurs ont l'entière responsabilité de leurs textes. Les opinions émises dans Le Maillon n'engagent en rien le conseil d'administration ni la direction générale du CSSS de l'Énergie. La reproduction de textes est autorisée à condition d'en mentionner la source.





# Actualités

## Dr Georges Dufour, ORL, lauréat du prix Hommage Pierre-Hamel 2011

*Par Julie Milette, agente de recrutement médical*

Dévoué et apprécié de tous, Dr Georges Dufour, ORL, a remporté le prix Hommage Pierre-Hamel 2011 lors du souper annuel du Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens (CMDP) du Centre de santé et de services sociaux (CSSS) de l'Énergie le 21 janvier dernier à Shawinigan. Remis annuellement, cet honneur vise à reconnaître la contribution exceptionnelle d'un membre du CMDP.

Dr Dufour est reconnu par ses pairs comme un médecin disponible, à l'écoute et impliqué. De 1972 à 1977, il a été représentant au conseil d'administration du Centre hospitalier du Centre-de-la-Mauricie. De 1990 à 1995, il a été président du CMDP. De 1995 à 2001, il fut membre du comité des médecins (régie régionale – région 04). Il a également été chef du service d'ORL de 1976 à 2008. Depuis 2000, il est membre du comité de révision des plaintes médicales. De 2005 à 2011, il a été le chef du département de chirurgie du CSSS de l'Énergie. Finalement, il fait partie de l'Assemblée des chefs (chirurgie) pour l'Agence de la santé et des services sociaux de la Mauricie et du Centre-du-Québec depuis 2006.

En plus de ces expériences professionnelles, Dr Georges Dufour est superviseur clinique depuis 2006 pour les externes et les résidents de l'Université de Montréal en stage d'ORL au CSSS de l'Énergie. De 2006 à 2008, il a également supervisé les externes de l'Université Laval. Dr Dufour a aussi agi à titre de conférencier dans le cadre des formations médicales continues du CSSS de l'Énergie, offertes aux omnipraticiens, aux spécialistes et aux étudiants en médecine.



Dr George Dufour, lauréat du prix Hommage Pierre-Hamel 2011 est entouré de Dr André Jacob (lauréat 2010) ainsi que Dr Jérôme Cantin (président du CMDP)

### **Un médecin exemplaire**

Diplômé en oto-rhino-laryngologie de l'Université Laval en 1970, Dr Georges Dufour a débuté sa pratique au CSSS de l'Énergie en 1970. Aujourd'hui âgé de 71 ans, Dr Georges Dufour s'acquitte toujours de sa tâche de façon exemplaire. Pour éviter toute interruption de service en ORL, il a fait la garde à raison d'une semaine sur deux de mars à septembre 2011. En l'absence de l'un de ses confrères, il a accepté de s'occuper et de prendre en charge beaucoup de ses patients. Il est disponible pour ses collègues et de bon conseil, tant au plan médical, administratif que professionnel. Il est reconnu comme étant un médecin dévoué pour la communauté du CSSS de l'Énergie.

### **Un prix pour souligner la contribution exceptionnelle d'un membre**

Initié en 2009 par le Comité de recrutement et de loisirs du CMDP, ce prix a été nommé à la mémoire de Dr Pierre Hamel. Particulièrement actif au sein de l'exécutif du CMDP, Dr Hamel était reconnu par ses collègues et ses patients pour la compassion et l'altruisme dont il savait faire preuve.

Parmi les principaux critères de sélection de ce prix, mentionnons l'implication au sein des différents comités, le professionnalisme, le dévouement et la contribution au rayonnement de l'organisation. Soumises par les pairs, les candidatures sont évaluées au mérite par un comité formé de trois représentants issus du comité de recrutement et de loisirs, de l'exécutif du CMDP et du conseil d'administration du CSSS de l'Énergie.



# Actualités

## Un p'tit coup de pouce qui fait une différence



Par Kristine Chainé, agente de promotion, recrutement et rétention

Destiné à favoriser la conciliation famille-travail-études, Équi-Libre a été lancé en novembre dernier auprès des employés et membres actifs du CMDP du CSSS de l'Énergie. Déjà, certains d'entre eux ont bénéficié de ces nouvelles mesures offertes sur le lieu de travail.

«En novembre, j'ai utilisé le service de changement de pneus pendant que j'étais au travail. Ça m'a ainsi évité de devoir prendre du temps pendant ma journée de congé pour aller au garage. C'est pratique et en plus, ça ne coûte pas plus cher!», fait valoir Annie Gilbert, infirmière auxiliaire.

Pour Marie-Claude Casabon, thérapeute en réadaptation physique, la présence d'une couturière au Centre d'hébergement Laffèche est une façon de sauver du temps. «L'avantage en ayant recours aux services de la couturière ici-même, c'est que je n'ai pas à me déplacer après ma journée de travail. En fin de journée je suis allée la rencontrer au local désigné. Une dizaine de minutes, c'était réglé. J'ai pu ensuite aller chercher ma fille à la garderie et arriver à la maison à la même heure que d'habitude. En plus, le travail était vraiment bien fait et ce, à un prix très intéressant!!»

Vous aimeriez vous aussi recourir aux services d'une couturière? Consultez le tableau que voici pour connaître les coordonnées de celle qui est attirée à votre installation. Comme la couturière se présente sur demande seulement, il est important de prendre rendez-vous avec elle au préalable.

Votre lieu de travail	Couturière	Pour prendre rendez-vous	Se déplace sur demande :	Où la rencontrer
HCM	Liliane D'Anjou	819 538-6781	Les mardis de 15 h 30 à 17 h	Local R-430 (face à la Fondation)
CHSM	Diane Guillemette	819 536-8114	Les lundis de 15 h 30 à 17 h	Local B2-006 (Comité des bénévoles)
CRSM	Ghislaine Fortin	819 533-4287	Un mardi sur deux, de 15 h 30 à 17 h	Local R-05 (Comité des résidents)
CHL	Ghislaine Fortin	819 533-4287	Un lundi sur deux, de 15 h 30 à 17 h	Local 2001 (face à l'ascenseur)



# Actualités

## Un p'tit coup de pouce qui fait une différence- suite

### Mieux s'outiller pour mieux concilier

Développé conjointement par le Collège Shawinigan et le CSSS de l'Énergie, Parents académie revient cet hiver avec de toutes nouvelles formations d'une durée de six heures à l'intention des parents. Au programme, notamment: Un gars, une fille, c'est différent (0-5 ans); Le déficit d'attention (6-12 ans); Vivre avec un ado (13-17 ans), etc. Les formations sont offertes à raison de deux soirées de trois heures chacune, en semaine, ou en formule intensive le samedi. Pour connaître l'horaire et la façon de s'y inscrire, consultez la page d'accueil du site [www.collegeshawinigan.qc.ca](http://www.collegeshawinigan.qc.ca).

À titre d'employés ou de membres actifs du CMDP du CSSS de l'Énergie, vous avez droit au remboursement d'une formation par année civile. Pour ce faire, faites parvenir le reçu émis par le Collège Shawinigan accompagné de votre nom complet, numéro d'employé le cas échéant et le nom de votre unité de travail à : Mme Maryse Plourde, Service de formation, Centre régional de santé mentale.

Au cours du printemps, la Direction des ressources humaines souhaite mettre en place de nouveaux services. D'ici là, vous pouvez transmettre vos suggestions par courriel à l'attention de [kristine\\_chaine@ssss.gouv.qc.ca](mailto:kristine_chaine@ssss.gouv.qc.ca) ou en retournant le coupon que voici à : Kristine Chainé, Direction des ressources humaines, Centre régional de santé mentale.

Rappelons que des dépliants expliquant les modalités des différentes mesures offertes par Équi-Libre ont été distribués sur les unités de travail. Informez-vous auprès de votre chef de service. Comme l'ont fait certains de vos collègues, simplifiez-vous la vie avec Équi-Libre!



SERVICE À PROPOSER : \_\_\_\_\_

Nom et coordonnées de l'employé ou médecin : \_\_\_\_\_

Retournez le coupon par courrier interne à : Kristine Chainé, Direction des ressources humaines, CRSM .



# Actualités

## Programme de reconnaissance du Conseil multidisciplinaire

### Les prix Distinction



C'est avec grand plaisir que nous lançons aujourd'hui le programme de reconnaissance du Conseil multidisciplinaire. Les prix Distinction ont pour but de reconnaître la qualité de la pratique des membres du Conseil multidisciplinaire en soulignant la contribution significative de ceux qui se sont distingués dans le cadre de leurs activités professionnelles.

Nous sollicitons votre participation afin de proposer des candidatures pour les différentes catégories de prix à l'aide du formulaire. Les réalisations doivent être démontrées concrètement de façon à permettre au jury, qui ne connaît pas nécessairement le candidat de porter un jugement éclairé. Par la suite, les nominations seront soumises aux membres du CM, par l'entremise du Maillon et par courriel, afin de déterminer le gagnant de chaque catégorie par vote. Les gagnants seront annoncés lors de l'assemblée générale annuelle en mai.

### Description de chaque catégorie

#### Prix excellence de la pratique professionnelle

Souligne la qualité des services et de la pratique, les attitudes professionnelles (savoir-être, savoir-faire), la rigueur, la constance de l'engagement et l'implication reconnue d'un intervenant, dans sa pratique professionnelle

#### Prix innovation et rayonnement

Souligne la contribution significative d'un intervenant ou d'un groupe d'intervenants à la réalisation d'une activité concrète, ponctuelle ou permanente, ayant contribué à l'amélioration de la qualité des services. La réalisation se démarque par son ampleur et son impact et contribue à la visibilité de la profession.

#### Prix de la relève

Souligne l'effort d'intégration, l'autonomie et l'engagement d'un membre du Conseil multidisciplinaire ayant moins de trois ans de pratique professionnelle.

#### Prix du sage

Souligne la qualité d'un membre du CM ayant plus de 15 ans de service. Cette personne agit à titre de mentor, est généreux de son savoir et de son expérience.

### Résumé des règles

**Date limite pour le dépôt  
des candidatures: 1<sup>er</sup> mars**

- Seuls les membres du conseil multidisciplinaire peuvent soumettre des candidatures.
- Chaque mise en candidature doit être proposée par un membre du conseil multidisciplinaire et appuyée par un second membre (différent du candidat).
- Une personne peut être mise en candidature dans plusieurs catégories.
- Une seule catégorie est permise par formulaire de mise en candidature.

Veillez retourner le formulaire complété à Caroline Renauld par courrier interne au Centre d'hébergement Lafèche (physio 3<sup>e</sup>) ou par courrier électronique : [caroline\\_renauld\\_energie@ssss.gouv.qc.ca](mailto:caroline_renauld_energie@ssss.gouv.qc.ca).  
Merci !

Pour plus d'information, laissez un message sur la boîte vocale du CM au poste 2899 ou adressez-vous à un membre de l'exécutif.





# Faits divers et nouvelles brèves

## La Saint-Valentin : profitez de l'occasion pour témoigner votre appréciation à vos collègues !

*Par Philippe Asselin, conseiller en développement organisationnel*

C'est pour une sixième année consécutive que l'on vous offre l'opportunité de témoigner votre appréciation à une ou un collègue de travail par le biais de la carte de Saint-Valentin. C'est un petit geste fort simple, mais combien apprécié, d'autant plus qu'il permet à l'un des groupes participants d'être invité à partager un souper dans un restaurant de la région. Intéressant, n'est-ce pas, d'avoir ainsi l'occasion de souligner cette période de l'année avec un groupe de collègues de travail! Pour obtenir l'une de ces cartes, vous n'avez qu'à communiquer avec Mme Suzie Langlois, à la Direction de l'innovation et de la performance, au poste 4661 ou avec l'une des personnes suivantes:

Madame Valérie Bérubé	poste 4494	Centre régional de santé mentale
Madame Julie Gaillardetz	poste 6101	Centre d'hébergement Saint-Maurice
Madame Christiane Gervais	poste 2108	Hôpital du Centre-de-la-Mauricie
Madame Ghislaine Lacombe	poste 5238	Centre de formation et de services
Madame Micheline Tétreault	poste 8435	CLSC du Centre-de-la-Mauricie
Madame Karine Turcotte	poste 6511	Centre d'hébergement Laflèche

Vous avez jusqu'au 14 février pour échanger des cartes entre collègues. Participez en grand nombre à cette activité! En terminant, permettez-moi de vous souhaiter une très joyeuse Saint-Valentin.



## Cartes de membre COSTCO

À toutes celles et ceux qui seraient intéressés à se procurer une carte de membre du magasin COSTCO, une représentante sera présente au HCM.

Endroit : Cafétéria du HCM  
Heure : Entre 10 h et 14 h  
Quand : Jeudi 9 février 2012

Le magasin COSTCO remettra un montant de 10 \$ par nouvelle inscription à la Fondation du CSSS de l'Énergie.

Pour toute information supplémentaire, veuillez contacter Mme Valérie Bernier-Lapointe au poste 7508.



# Faits divers et nouvelles brèves

## Au Centre d'hébergement Laflèche: Un milieu de vie animé pendant le temps des fêtes

*Par France Daneault, animation-loisirs*

Comme à chaque année, la générosité des auxiliaires bénévoles du Centre d'hébergement Laflèche a fait bien des heureux à l'occasion de Noël. C'est accompagnées du Père Noël lui-même que les bénévoles ont distribué des cadeaux très appréciés par tous les résidents.



Sur la photo, accompagnant le Père Noël, Diane Maurais, présidente, Colette Beaudoin, Pauline Lapointe et Denise Moreau entourant monsieur Sylvio Duhaime, résident de l'unité 1.

Pour égayer le temps des Fêtes, un don de 500 \$ a aussi permis à chaque unité d'avoir des activités musicales durant cette période de réjouissance.

Merci sincère aux auxiliaires bénévoles du Centre d'hébergement Laflèche pour leur soutien et leur apport à la création d'un milieu de vie animé.

## Le respect de la vie privée des employés, ça nous tient à coeur



Nous souhaitons rappeler aux employés qui souhaitent entrer en contact avec leur collègues de travail que l'équipe de la Liste de rappel n'est pas autorisée à fournir des renseignements confidentiels sur les employés tels que : coordonnées, nom complet ou horaire de travail.

Merci d'en prendre bonne note.

*Marie-Eve Leblond, chef du Service de la liste de rappel*

## Un résident heureux grâce à des employés de l'unité S du Centre d'hébergement Laflèche

*Par Catherine Villemure, chef de programme  
intérimaire, Centre d'hébergement Laflèche*

Que dire de plus que WOW à mon équipe de l'unité S et spécialement à Suzie Magnan, Gilles Garceau et Nathalie Vennes pour l'initiative qu'ils ont eue le mercredi 14 décembre dernier. Ces employés ont demandé à un résident, M. Lacerte, de les accompagner à la partie de hockey des Cataractes qui recevait Gatineau au Centre



Bionest. Le petit fils de M. Lacerte est le gardien de but pour l'équipe de Gatineau.

M Lacerte a d'abord assisté à la partie dans une loge pour ensuite avoir le privilège de rencontrer son petit-fils, sa famille ainsi que d'autres membres de l'équipe qui étaient présents dans une chambre de hockey. Ce fut pour M. Lacerte et sa famille une occasion privilégiée de faire le pont entre les générations, de vivre un moment heureux et de créer un souvenir mémorable.

Cette activité n'aurait pas pu être possible sans la générosité de certains acteurs: M. Pierre Chateauf, M. Patrick Racine (Bijouterie Racine) pour le prêt de la loge et M. Luc Vallée des Cataractes de Shawinigan. Quel beau souvenir pour ce résident et sa famille et un grand merci aux employés de l'unité S du Centre d'hébergement Laflèche!



# Faits divers et nouvelles brèves

## Défi Santé 5|30 Équilibre

Besoin d'énergie cet hiver? Inscrivez-vous au Défi Santé et au concours interne!

Le Défi Santé 5/30 équilibre invite tous les Québécois à prendre soin d'eux... une belle occasion de passer à l'action pour votre santé, de faire le plein d'énergie et de profiter de l'hiver! Pour participer aux six semaines du défi, du 1<sup>er</sup> mars au 11 avril, il suffit de s'inscrire avant le 1<sup>er</sup> mars 2012. C'est gratuit! De plus, courez la chance de gagner l'un des nombreux prix.

Le Défi provincial, seul, en famille ou en équipe.	Le concours interne, avec vos collègues.
<p><b>Plus de santé et d'énergie</b> Opter pour un menu équilibré débordant de fruits et de légumes, faire régulièrement de l'activité physique et viser un meilleur équilibre de vie, ça aide à être en santé à long terme.</p> <p><b>Des objectifs concrets... dans le plaisir !</b> Manger au moins cinq portions de fruits et légumes et bouger au moins 30 minutes, au minimum cinq jours par semaine. Apprivoiser le yoga ou donner priorité aux priorités.</p>	<p><b>Très simple</b> Encore une fois cette année, vous pouvez relever le Défi avec des collègues. Il suffit de respecter les objectifs 5 et 30 pendant six semaines.</p> <p><b>Nouveauté 2012, triplez vos chances de gagner</b> Soumettez-nous un parcours de marche au travail. Trois catégories de parcours :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Extérieur de 15 minutes, environ 1 km</li> <li>2. Extérieur 30 minutes, environ 2 km</li> <li>3. Intérieur</li> </ol>
<b>Du soutien pour vous aider à relever votre Défi</b>	
Un Passeport Défi Santé, le site DefiSante.ca, des conseils de trois coachs (une nutritionniste, un kinésiologue et un professeur de yoga), les courriels d'encouragement.	Une grille de suivi des six semaines vous sera remise pour votre équipe et vos coéquipiers et coéquipières.

### Fiche d'inscription au concours interne 2012



Nom de l'équipe : \_\_\_\_\_

RESPONSABLE DE L'ÉQUIPE : \_\_\_\_\_

Adresse courriel : \_\_\_\_\_ Téléphone au travail : \_\_\_\_\_

Installation, service, secteur dans l'organisation : \_\_\_\_\_

Liste des coéquipiers (1 minimum) : \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Nous soumettrons un parcours de marche pour tripler nos chances.



# Faits divers et nouvelles brèves

Allez jouer  
dehors,  
soyez actifs.

Vivez les  
plaisirs d'hiver !



DES IDÉES POUR BOUGER EN FÉVRIER ET EN MARS				
DATES	ACTIVITÉS	ORGANISATEURS	DÉTAILS	
<b>TOUS LES MERCREDIS DE FÉVRIER</b> <i>GRATUIT</i>	Marche en groupe	Groupe de marche des Charettois	De 18 h 45 à 19 h 45. Départ du Centre Communautaire Marcel Bournival à Charette. Information : 819 221-2076	
<b>MARDI 6 MARS</b> <i>GRATUIT</i>	Carnaval d'hiver pour les 4 à 6 ans	Shawi en forme	De 10 h 30 à 14h au Parc 3 L.	Rallye en raquette et autres activités carnavalesques pour les enfants accompagnés de leurs parents. Information : 819 537-8851
<b>MERCREDI 7 MARS</b> <i>GRATUIT</i>	Carnaval d'hiver pour les 4 à 6 ans	Shawi en forme	De 10 h 30 à 14h au parc de la Rivière-Grand-Mère.	
<b>TOUT L'HIVER</b>	Raquette et Rallye	Vallée Rocanigan	Raquette et Rallye sur un site enchanteur. Adulte 5\$, 16 ans et - : 3\$. Information : 819 698-6288 ou <a href="http://www.rocanigan.com">www.rocanigan.com</a>	
	Ski de fond et raquette	Club de ski de fond et de raquettes Le Rocher	À Grand-Mère. Accès et prêt de raquettes gratuit pour les étudiants de tout âge. Information : 819 538-9511 ou <a href="http://www.skilerocher.info">www.skilerocher.info</a>	
	Glissade, ski, planche	Parc de l'Île Melville	À la Station plein air Val-Mauricie. Adulte 10.97\$, 5 ans et - : 2.70\$. Information : 819 536-7155 ou <a href="http://www.ilemelville.com">www.ilemelville.com</a>	
Activités gratuites tout l'hiver				
<b>TOUT L'HIVER LORSQUE LES CONDITIONS LE PERMETTENT</b>  <i>GRATUIT</i>	Raquette, patin et ski de fond	Ville de Shawinigan	Sans oublier la glissade au parc de la Rivière-Grand-Mère. Information : 819 536-5545 ou au <a href="http://www.shawinigan.ca">www.shawinigan.ca</a>	
		Station de ski Mont-Carmel	Patin sur anneau de glace, ski de fond et raquette. Information : 819 374-4534 ou <a href="http://www.skimontcarmel.com">www.skimontcarmel.com</a>	
	Raquette et ski de fond	Parc de l'Île Melville	Sentiers près de la rivière Saint-Maurice. Information : 819 536-7155 ou <a href="http://www.ilemelville.com">www.ilemelville.com</a>	
DES RAQUETTES À PRÊTER GRATUITEMENT AUX ORGANISMES				
Tout l'hiver, la Corporation de développement communautaire du Centre-de-la-Mauricie prêtera des raquettes gratuitement aux organismes communautaires et aux associations à vocation sociale pour pratiquer une randonnée en plein air. Pour Information : 819 539-1666				
Visitez le <a href="http://www.etrehumain.ca">www.etrehumain.ca</a> pour plus de renseignements.				

ÊTRE..   
humain

## Calendrier des événements



### Février 2012

- Inscriptions en cours pour le *Défi J'arrête, j'y gagne !* et le *Défi santé 5/30 Équilibre*

- 14 février: Date limite pour échanger vos cartes de Saint-Valentin du CSSS de l'Énergie

- 14 février: Saint-Valentin

### Prochaines séances du conseil d'administration

- 21 février 2012

## Lexique CSSS



**CHL:** Centre d'hébergement Laflèche

**CHSM:** Centre d'hébergement Saint-Maurice

**CM:** Conseil multidisciplinaire

**CMDP:** Conseil des médecins, dentistes et pharmaciens

**CRSM:** Centre régional de santé mentale

**CSSS:** Centre de santé et de services sociaux

**HCM:** Hôpital du Centre-de-la-Mauricie



Constance Lasanté

## Avis à tous !!!!

Étant dans une période de l'année où la gastro-entérite est omniprésente et en tant que professionnels de la santé, sachez que si vous présentez des symptômes tels que :

- Deux vomissements en 24 h et/ou deux selles diarrhéiques en 24 h

Accompagné d'un des symptômes suivants :

- Fièvre • Nausées • Crampes abdominales • Céphalées

Vous devez vous abstenir de vous présenter au travail. Il est OBLIGATOIRE d'attendre 48 h après le dernier symptôme avant de revenir au travail, car vous êtes contagieux!!! Il est de votre devoir de protéger la santé des usagers ainsi que celle des autres employés. Le non respect de cette procédure peut avoir de graves répercussions tant financières qu'humaines auprès des usagers telles que la déshydratation, les hospitalisations chez les résidents hébergés, la mise en place des mesures d'éclosion pouvant aller jusqu'à l'interdiction des visites sur l'unité affectée.

Il est de votre responsabilité, lors de périodes d'éclosion, de contacter le Bureau de santé si vous présentez des symptômes de gastro-entérite. Ce dernier effectuera un suivi de votre état et établira avec vous votre date de retour au travail. Un prélèvement de selles peut vous être demandé sur une base aléatoire à des fins d'enquête épidémiologique. N'oubliez pas l'hygiène des mains est la mesure de prévention la plus efficace.

Merci de votre coopération !

# L'Énergique



NOUVELLES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION DU CSSS DE L'ÉNERGIE

Pour prendre connaissance des décisions prises par le conseil à la suite d'une séance, vous êtes invités à consulter le nouveau bulletin d'information L'Énergique dans la section publications du [www.etrehumain.ca](http://www.etrehumain.ca)

Maintenons l'excellence des services de santé



## Faites le DON !

Fondation du CSSS de l'Énergie (FCSSSÉ)

819 536-7508 [fondation\\_chcm@ssss.gouv.qc.ca](mailto:fondation_chcm@ssss.gouv.qc.ca)