

INFO-CISSS

BULLETIN D'INFORMATION DESTINÉ AUX EMPLOYÉS DU CISSS DE LA CÔTE-NORD

Volume 7, numéro 5 | 11 mars 2021

CAS POSITIFS CONFIRMÉS
COVID-19
11 mars 2021

Côte-Nord : 355
Québec : 295 390
Canada : 896 739

Entraide - 26 035 \$ - Bravo!	1
Notes de service	2
Saines habitudes de vie	2
11 mars : Hommage aux victimes de la pandémie	2
Nouvelles capsules vidéo PCI	2
Divulgation : Un droit pour l'utilisateur	3
Soutien et aide aux employés	3
Formation UQAC en éthique clinique	3
Mars, mois de la nutrition	4
Formation en français pour les employés de la Basse-Côte-Nord	4
Campagne BRAVO	4
Documentation du RSSS	5
Plateformes d'information	5

 **ENTRAIDE** 2020
entraide.gouv.qc.ca

26 035 \$ - BRAVO!



Merci à tous les employés(es) pour leur générosité, qui a permis d'amasser un total de 26 035 \$! Merci également à tous les comités locaux des différents secteurs du territoire qui ont fait de cette campagne un succès!

Chaque dollar qui a été amassé ira directement aux organismes communautaires de notre grande région, contribuant ainsi à l'amélioration, à la continuité et à la stabilité des services offerts aux gens en situation de vulnérabilité sur la Côte-Nord.

[Cliquez ici](#) pour visionner la vidéo.

Un merci particulier à notre PDG par intérim, M. Claude Lévesque, pour sa participation à chaque étape de la campagne!

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de la Côte-Nord

Québec 



NOUVELLE LIGNE UNIQUE - LISTE DE RAPPEL

Le 8 mars dernier, une ligne unique a été mise en place pour rejoindre la liste de rappel, et ce, pour l'ensemble du CISSS de la Côte-Nord. En lien avec la mise en place de cette ligne unique, dorénavant, en cas d'absence ponctuelle, il sera de votre responsabilité à titre d'employé, d'aviser votre gestionnaire de votre absence. La liste de rappel ne sera plus autorisée à accepter une absence ponctuelle et de procéder au remplacement. Tous les détails [ici](#).

SAINES HABITUDES DE VIE

Vous êtes invités à souligner la **Journée régionale en faveur des saines habitudes de vie, le 17 mars**, en vous dégourdisant les jambes et les papilles!

Vous vous êtes rendu au travail ou à l'école en marchant, votre groupe a mangé un bon fruit pour la collation, vous avez eu une rencontre virtuelle entre collègues qui s'est déroulée debout, un verre d'eau trône fièrement à côté de votre poste de travail, une activité de semis a été faite en classe ou dans votre organisme en prévision du petit jardin de l'été ou alors vous avez testé une nouvelle recette végétarienne pour le lunch?

Génial! Mentionnez le tout **sous la publication de la page Facebook de Loisir et Sport Côte-Nord** prévue à cet effet, en message privé ou à lavoie.adele@urlscn.qc.ca. C'est simple, amusant, ça fait du bien et toutes les idées sont bonnes!

Les groupes ou personnes participantes courent la chance de mettre la main sur une des 20 cartes-cadeaux de 100 \$ dans une boutique de sport près de chez vous.



**JOURNÉE
RÉGIONALE**
en faveur des
SAINES HABITUDES DE VIE

17

MARS

11 MARS : HOMMAGE AUX VICTIMES DE LA PANDÉMIE

Une journée de commémoration nationale en hommage aux victimes de la pandémie est soulignée en ce 11 mars :

- Une mise en berne nationale des drapeaux du Québec aura lieu de l'aube au crépuscule;
- Une minute de silence sera observée à 13 h.



NOUVELLES CAPSULES VIDÉO PCI



Deux nouvelles capsules « Prévention et contrôle des infections » avec Nathalie Landry, conseillère cadre en prévention des infections, sont disponibles.

Capsule #8 : « Port du masque de procédure chez les usagers dans les milieux de vie » : [Téléchargez-la ici](#).

Capsule #9 : « Précisions quant au port du masque N95 » : [Téléchargez-la ici](#).

D'autres capsules à venir bientôt!

DIVULGATION : UN DROIT POUR L'USAGER

Lorsque survient un accident au cours de la prestation de services aux usagers, il est important qu'ils en soient informés. En vertu de la LSSSS, la divulgation est un droit pour l'utilisateur et une obligation pour l'établissement.

Le contenu de la divulgation doit inclure :

- La nature de l'accident.
- Les conséquences immédiates connues et, s'il y en a, celles qui sont à venir.
- Les soins proposés ou ceux qui ont déjà été fournis à la suite de cet événement pour en contrer ou en diminuer les effets.
- Les mesures de prévention que l'établissement a mises ou mettra en place pour éviter la récurrence de ce type d'événement.
- Les mesures de soutien offertes par l'établissement, s'il y a lieu, à l'utilisateur ou à ses proches.

Un formulaire pour la divulgation (AH-223-3) est disponible dans le système d'information sur la sécurité des soins et des services (SISSS) ou en version papier (optionnel).

Par contre, si le formulaire AH-223-3 n'est pas utilisé, il importe de bien documenter la divulgation au dossier de l'utilisateur.



SOUTIEN ET AIDE AUX EMPLOYÉS

Le 25 mars prochain aura lieu la prochaine séance de clavardage avec un expert.

Sous le thème « Fatigué(e) d'être fatigué(e)? Comment améliorer votre hygiène de sommeil », vous pourrez clavarder avec Faustin Etindele, chercheur en médecine du sommeil et en épidémiologie sociale. À voir aussi : [une série de vidéos sur le sommeil](#).

Accédez à LifeSpeak à partir de n'importe quel ordinateur : <https://cissscotenord.lifespeak.com> - Compte groupe

- Nom du client : cissscotenord
- Mot de passe client : cisss09



FORMATION UQAC EN ÉTHIQUE CLINIQUE



Vous faites de l'intervention dans le domaine social ou médicosocial? Vous êtes soucieux d'évoluer en présence d'enjeux éthiques au quotidien?

Un programme court de deuxième cycle en éthique clinique est disponible à l'Université du Québec à Chicoutimi (UQAC).

Ce programme court de neuf crédits est une formation à la fois pratique et théorique, visant à intégrer la dimension éthique comme composante indispensable de l'identité professionnelle du clinicien et de la clinicienne.

[Cliquez ici](#) pour en savoir plus et vous inscrire.

La saine alimentation est un concept différent d'une personne à l'autre. Dans notre monde fort occupé où tout se déroule à un rythme très rapide et où les mythes et la désinformation abondent sur Internet, il devient difficile de s'y retrouver quand on parle nutrition et saine alimentation. Les nutritionnistes considèrent que la saine alimentation de chacun est influencée par leur culture, leurs traditions alimentaires, leurs problèmes de santé et leurs goûts personnelles. **Voici donc des suggestions pour viser une alimentation saine :**

- Savourez une variété d'aliments sains tous les jours : aucun aliment n'est parfait, **optez pour la variété!**
- Mangez **des légumes et des fruits en abondance** : choisissez-les en fonction des saisons, sans oublier les choix frais, surgelés ou en conserve.
- Consommez des **aliments protéinés** : on peut choisir les légumineuses, les noix, les graines, le tofu, les boissons de soya enrichies, le poisson, les crustacés, les œufs, la volaille, les viandes rouges, le lait, les yogourts ainsi que les fromages.
- Choisissez des aliments à **grains entiers** : tels que pains, pâtes alimentaires, craquelins, riz à grains entiers, quinoa, avoine (gruau), etc.
- Faites de l'eau votre boisson de choix : **l'eau** est essentielle à la vie ainsi qu'aux processus métaboliques et digestifs.
- Prenez conscience de vos **habitudes alimentaires** : apprenez à reconnaître la sensation de faim ou lorsque vous êtes rassasié.
- **Cuisinez** plus souvent : sans oublier la planification des repas, des collations et des achats à faire.
- Savourez les aliments : prenez le temps de déguster, de savourer vos aliments. **Mettez vos cinq sens à contribution!**

FORMATION EN FRANÇAIS POUR LES EMPLOYÉS DE LA BASSE-CÔTE-NORD



Les cours sont **gratuits** et s'adressent au personnel qui œuvre directement auprès de la population et des usagers, par exemple des intervenants cliniques ou des personnes qui travaillent à l'accueil, à l'évaluation et à l'orientation des usagers. **Un montant de 500 \$ sera versé aux participants** à la fin de la formation, sur réussite. La formation se déroule en dehors du travail et les heures ne sont pas rémunérées.

Les ateliers sont offerts à distance. Ils combinent des rencontres à distance avec un chargé de cours d'une durée de 3 heures et du matériel en ligne pour chaque niveau. La formation a pour but d'aider les personnes déjà en poste à acquérir les

compétences de communication nécessaires pour assurer leur efficacité en milieu de travail en langue française des milieux professionnels en soins de santé.

Les ateliers sont programmés sur une période de 8 semaines à raison de 3 heures tous les samedis matin de 9 h 30 à 12 h 30. Deux sessions pour le cours de français pour le domaine de la santé seront offertes ce printemps et cet été, du 8 mai au 26 juin 2021 ou du 3 juillet au 21 août 2021.

Vous souhaitez suivre cette formation? Complétez le **formulaire disponible dans l'intranet** et retournez-le à Nancy Bilodeau par courriel **au plus tard le 25 mars 2021**. Vous devez obtenir l'accord de votre supérieur immédiat avant de poser votre candidature. Pour plus d'information, contactez Nancy Bilodeau par téléphone au 418 589-2038, poste 342264.

[Cliquez ici](#) pour tous les détails!

Campagne BRAVO!

Les projets ou actions peuvent être acheminés à l'adresse courriel 09.cisss.communications@ssss.gouv.qc.ca. Faites parvenir vos photos, vos bons coups, vos remerciements et vos félicitations!
Bravo et merci pour votre dévouement et créativité!



Le comité régional Planetree



Toussez dans votre coude



Lavez vos mains



Gardez vos distances



Couvrez votre visage

(si moins de 2 mètres)



Limitez vos déplacements

[Quebec.ca/coronavirus](https://quebec.ca/coronavirus)

GUIDE AUTOSOINS

- [Guide autosoins COVID-19](#)
 - * [Guide autosoins en langue des signes québécoise](#)

PROTECTION DE LA JEUNESSE

- [Protégeons collectivement nos enfants](#)

SANTÉ MENTALE, DÉPENDANCE ET ITINÉRANCE

- [Stress, anxiété et déprime liés au contexte de pandémie](#)
- [Mon enfant est inquiet en raison de la pandémie](#)
- [Je suis en deuil d'une ou de personnes chères en raison de la pandémie](#)
- [Le deuil chez l'enfant et l'adolescent](#)
- [Conseil et mesures préventives pour les utilisateurs de drogues et personnes itinérantes](#)
- [Pour un usage de substances à moindre risque dans le cadre de la pandémie de COVID-19](#)
- [Trousse portant sur l'identification des personnes à risque de vulnérabilité psychosociale](#)

PROTOCOLES ET CONSIGNES (À JOUR EN CONTINU)

- www.inspq.qc.ca/covid-19
- [Directives cliniques spécifiques aux services d'urgence](#)
- [Outil de triage pour les usagers avant un rendez-vous](#)
- [Protocole ministériel préhospitalier](#)
- [Champions PCI](#)

COMMUNICATIONS EN INNU ET INFORMATIONS AUX AUTOCHTONES

- [On reste à la maison et on sauve des vies!](#)
- [Reste à la maison - 5 mesures](#)
- [Gardez vos distances](#)
- [Informations pour les communautés autochtones](#)
- [Consignes de santé publique pour les entrées sur la Côte-Nord](#)

FOIRE AUX QUESTIONS

- [Réponses aux questions sur la COVID-19](#)
- [Port du couvre-visage dans les lieux publics](#)

SOUTIEN ET AIDE AUX EMPLOYÉS

- [Morneau Shepell et LifeSpeak](#)

PLATEFORMES D'INFORMATION

Site Web du Gouvernement québécois

Section COVID-19 pour la population : <https://www.quebec.ca/sante/problemes-de-sante/a-z/coronavirus-2019/>

Site Web du MSSS

Section COVID-19 pour les professionnels de la santé et des services sociaux : <https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/maladies-infectieuses/coronavirus-2019-ncov/>

Site Web du CISSS de la Côte-Nord

Pour tout savoir sur les informations régionales en lien avec la COVID-19 : <http://www.cisss-cotenord.gouv.qc.ca/sante-publique/covid-19/>

Intranet

Pour tout savoir sur les différentes actions en cours au CISSS de la Côte-Nord, les recommandations en vigueur et les directives et consignes mises en place : <http://ci:ssscotenord.intranet.reg09.rtss.qc.ca/directions/soins-infirmiers/prevention-et-control-des-infections-pci/coronavirus/>



Vous avez des commentaires ou des suggestions de texte pour l'INFO-CISSL? Contactez le Service des communications (09.ci:sss.communications@ssss.gouv.qc.ca)
Prochaine parution : fin mars 2021



Centre intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord



ci:sss_cotenord

Programme d'aide aux employés et à la famille
1 800 361-2433

LIFESPEAK



MORNEAU SHEPELL

