

# LE POLYGRAPHE

LE JOURNAL DES RESSOURCES

## ÉDITORIAL

Octobre 2009

Volume 8  
Numéro 8

**Colloque :** Conversation, entretien, discussion débat entre plusieurs personnes sur des questions théoriques... *Le Petit Robert, édition 1993.*

Lors de nos dernières rencontres publiques où nous vous annoncions notre décision de se conformer aux normes ministérielles en appliquant intégralement les résultats obtenus lors de la réévaluation des grilles de cotation, vous étiez nombreux à soulever différents points qui touchaient directement la clientèle que vous hébergez dans votre milieu de vie, les demandes des intervenants (éducateurs ou intervenants sociaux), les modifications dans les services offerts par les établissements, etc. À chaque fois, nous vous avons répondu que nous, du Service d'hébergement, ne pouvions discuter de ces questions avec vous puisque vos préoccupations relevaient de la Direction des services à la clientèle des différents établissements qui utilisent vos services.

Nous étions cependant conscients que cette réponse vous laissait sur votre besoin d'échange, d'information, de compréhension.

Voilà pourquoi nous organisons un colloque le 22 octobre prochain. Ce colloque se veut une première occasion où les responsables de ressources et les intervenants (chefs de programme, éducateurs, intervenants sociaux), pourront ensemble, à partir de la même information sur un thème précis, discuter des implications que cela représente pour la clientèle, pour vous et pour eux.

Il s'agit donc d'un moment privilégié pour venir échanger et discuter, dans un climat de détente entre vous les responsables de ressources et entre les ressources et les représentants des établissements, des implications quotidiennes sur le vécu des uns et des autres et des attentes que nous avons à votre égard.

Je compte donc sur une participation nombreuse de votre part.

Vous trouverez à la page centrale toutes les informations nécessaires à votre inscription et participation.

*Denis Girard, chef du Service d'hébergement non institutionnel.*

## ÉVÈNEMENTS À VENIR

### COLLOQUE RNI 2009



***Chez moi, chez « toit », chacun se sent chez soi.***

Informations détaillées concernant votre participation au colloque RNI du 22 octobre 2009.

*Suite à la page centrale...*



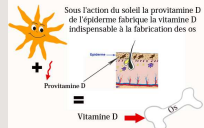
## CHRONIQUE NUTRITION

### La vitamine D

La vitamine D est vitale pour la santé des os et des dents puisqu'elle régularise le taux de calcium dans le sang. Elle participe au dépôt et au retrait de calcium des os selon les besoins de l'organisme et elle contribue à réduire les risques de maladies des os telle l'ostéoporose.

On retrouve la vitamine D dans tous les types de lait de vache (enrichi), les boissons au soya ou de riz fortifiées, la margarine, le saumon, l'huître, la truite, la sardine, le foie, les champignons shiitakes et le jaune d'œuf.

### Un coup de pouce de la part du soleil!



Une autre source de vitamine D : les rayons du soleil! Au Canada, entre la mi-mars et la mi-octobre la longueur d'onde des rayons solaires permet à notre peau de fabriquer cette précieuse vitamine. Une exposition au soleil 3 fois 15 minutes par semaine, les mains et le visage exposés, semble suffisante pour cette activation. Toutefois, elle se fait difficilement sur une peau foncée ou couverte d'un écran solaire.

- *Le Guide alimentaire canadien recommande à toute personne de plus de 50 ans de prendre chaque jour un supplément de 10 µg (400 UI) de vitamine D.*

*Suite à la page centrale...*

## ARTICLE DU MOIS



Bonjour à toutes et à tous,

### Le contenu de cet article s'adresse aux intervenants suivi de la clientèle et aux responsables de ressources de type familial (RTF).

Il arrive occasionnellement que les personnes hébergées en ressource de type familial (RTF) nécessitent des soins médicaux exigeant leur hospitalisation. Selon le contrat actuel des RTF, il est spécifié que lors d'une hospitalisation, la prime (rétribution supplémentaire) sera coupée et que seul le taux de base sera versé à la ressource puisqu'en principe, aucun service ne sera donné par la ressource pendant l'hospitalisation.

Dans les faits, il arrive souvent que durant la période d'hospitalisation, la ressource continue de s'impliquer auprès de la personne hospitalisée soit par des visites régulières et des services comme le lavage des vêtements, etc. Afin d'encourager le maintien des contacts entre la ressource et la personne hébergée, il a été convenu depuis déjà un bon moment, avec les responsables des établissements de maintenir la prime si et seulement si le maintien des contacts entre la ressource et la personne hébergée était demandé par l'établissement payeur.

À l'intervenant suivi : Si un usager est hospitalisé, assurez-vous dès le début de l'hospitalisation que la ressource soit informée, et si vous avez l'attente qu'elle maintienne des contacts avec l'usager, maintenez la prime.

Au responsable de ressource : En l'absence de l'intervenant suivi auprès de l'usager, adressez-vous à son chef de programme ou de service pour connaître ses attentes à ce niveau.

Merci de votre attention.

## CHRONIQUE DE LA PHARMACIE

### Les gras *trans* et votre coeur

Le débat sur les gras *trans* fait rage. Mais quel est le risque réel? Le gras *trans* est formé lors d'un procédé d'hydrogénation d'huiles insaturées. Ils ont le défaut d'augmenter les taux sanguins de « mauvais » cholestérol (LDL) et de diminuer le « bon » cholestérol (HDL). Ces modifications du cholestérol augmentent le risque de maladies cardiovasculaires telles que l'angine ou l'infarctus du myocarde. Les gras *trans* sont présents dans la margarine hydrogénée, les croustilles, les biscuits, les pommes de terre frites, les beignes, etc. Un apport réduit en gras *trans* (et en gras saturés) est donc habituellement recommandé, bien qu'il soit très difficile d'estimer nos quantités réelles consommées quotidiennement. Votre professionnel de la santé peut vous aider à y voir plus clair!



*Richard Munger*

450 759-6674

175, Visitation, #100, Complexe professionnel « La Cité »  
St-Charles-Borromée (Québec) J6E 4N4

## CHRONIQUE PARTENAIRES

Bonjour à tous. C'est avec plaisir qu'on vous annonce que nous serons présents à toutes les « chroniques partenaires » afin de vous informer sur différents sujets abordés au sein du **RESSAQ-CSD**. Ce mois-ci, laissez-nous le soin de vous expliquer notre logo et les membres exécutifs qui la composent :



### Le RESSAQ-CSD

**Plus qu'une image, le logo du RESSAQ-CSD évoque sa culture humaniste :**

Triangle composé de 2 formes suggérant des toits qui, eux, symbolisent les deux modèles de résidences d'accueil (RI et RTF) représentées par le Regroupement.

Deux toits à la fois scindés et réunis par une forme représentant un personnage en mouvement, illustrant la clientèle et le responsable de la résidence qui croissent ensemble à l'intérieur des résidences d'accueil.

*Suite à la page centrale...*

## CHRONIQUE OFFRE DE SERVICE

### RÉPIT-GARDIENNAGE

Lors de la dernière chronique Offre de service, nous avons omis de mettre les coordonnées de Mme Lafortune. Nous sommes désolés pour cet inconvénient.

Madame Christine Lafortune offre ses services pour faire du gardiennage. Elle a un DEP en assistance à la personne à domicile. Elle demeure à Repentigny. Elle est disponible dès maintenant et ses disponibilités sont de jour et de soir du lundi au vendredi. Elle n'a aucune limite quant à la clientèle. Elle peut couvrir tout le territoire de Lanaudière. Vous pouvez la joindre au 450 582-0480 ou au 514 831-0480 cell.

Madame Lisa Lafortune offre ses services pour faire du gardiennage. Elle a peu d'expérience comme employée dans une RNI, mais elle dit être très à l'aise avec la clientèle puisqu'elle l'a côtoyée dans ses emplois comme secrétaire médicale. Elle est disponible maintenant et ses disponibilités sont : 7 jours sur 7 : jour – soir – nuit. Elle couvre le territoire de la ville de Joliette. Vous pouvez la joindre au : 450 398-0813.

Madame Mélanie Comeau offre ses services pour faire du gardiennage. Mme Comeau a une formation RCR. Elle a un peu d'expérience auprès de la clientèle hébergée, mais connaît bien leurs caractéristiques. Ses disponibilités sont du lundi au vendredi et elle peut couvrir Lanaudière selon le nombre d'heures offertes. Elle est prête à se déplacer dans Matawinie et Montcalm. Vous pouvez la joindre au : 450 222-2550.

Ces annonces vous sont faites à titre gracieux et n'engage en rien la responsabilité du CR La Myriade.

*Suite à la page centrale...*

## CHRONIQUES DIVERSES

### Quiz!

Pleins feux... sur la prévention des incendies

Question 1 : À domicile, le moment de la journée où il y a le plus d'incendies mortels est :

- a) entre 6 h et midi
- b) entre midi et 18 h
- c) entre 18 h et minuit
- d) entre minuit et 6 h

Question 2 : Dans l'habitation, les incendies mortels débutent le plus souvent dans :

- a) la cuisine
- b) la salle de séjour
- c) la chambre à coucher
- d) le panneau électrique

Réponses :

Question 1 : Au Québec, 36 % des incendies mortels surviennent la nuit entre minuit et 6 h du matin, et 40 % d'entre eux sont causés par un article de fumeur ou une chandelle.

Question 2 : Une fois sur quatre, le lieu d'origine d'un incendie mortel est la chambre à coucher. La cuisine vient en second lieu avec un décès sur cinq.

### *... Chronique Partenaires suite*

Cette même forme suggère aussi le ressac créé par une vague.

Juste à côté, le symbole de la Centrale des syndicats démocratiques qui témoigne de leur affiliation.

Plus grande sera la force de représentation du RESSAQ-CSD, plus il disposera de moyens et d'outils pour améliorer les conditions de vie des ressources non institutionnelles et ainsi permettre à chacune d'entre elles d'exercer ses activités, pour le mieux-être des personnes les plus vulnérables de notre société.

Merci à chacun de nos membres de croire à notre vision et nos convictions.

**POUR UN RÉEL CHANGEMENT, ADHÉREZ au RESSAQ-CSD : 418 222-0201**

Pour des informations supplémentaires, vous pouvez consulter votre comité exécutif régional

**Marco Fortin, Président, 514 208-1443**

**Luc Desjardins, Trésorier, 450 582-8338**

**Lyse Caron, Secrétaire, 450 760-3559**

**Daniel Villeneuve, Directeur provincial**

---

### *... Chronique offre de service suite*

Madame Ginette Labbé offre des services de gardiennage. Elle possède une formation comme préposée aux bénéficiaires et a reçu la formation OMÉGA. Présentement, elle travaille à l'urgence de l'Hôpital St-Luc. Ses disponibilités sont de : une semaine sur deux (jour/soir/nuit). Elle couvre la MRC D'Autray-Joliette. Mme demeure à Ste-Mélanie et vous pouvez la joindre au : 450 889-1936.

---

### **Guide auto-soins Grippe A (H1N1)**

Le Guide auto-soin sera distribué en français par le MSSS à tous les domiciles du Québec dans la semaine du 26 octobre.



## **Colloque du 22 octobre 2009**

**Chez moi, chez « toit » chacun se sent chez soi**

**Club de golf Le Versant  
Terrebonne**

### **Ordre du jour**

- 8 h 30      Accueil des participants
- 9 h          Mot de bienvenue par M. Robert Lasalle, président de la Table des directeurs généraux des établissements de Lanaudière
- 9 h 05      M. Hubert Côté, commissaire aux plaintes, et Mme Susan Camden, présidente du comité des usagers du CR La Myriade
- 9 h 15      Conférence de M. Michel Bigaouette, conseiller à l'ASTASS
- 9 h 45      Conférence de Mme Annette Favreau, conseillère en Bioéthique et ergothérapeute au CSSS du Sud de Lanaudière
- 10 h 45     Pause
- 11 h        Conférence de Mme Nicole Provost, conseillère clinique au CR La Myriade - Programme en déficience intellectuelle, et de M. Michel Gilbert, conseiller clinique au CR La Myriade - Programme en santé mentale
- 11 h 45     Dîner
- 13 h 15     Ateliers
- 14 h 15     Pause
- 14 h 30     Plénière
- 14 h 45     Conférence de M. René Villemure, éthicien
- 15 h 50     Mot de la fin, M. Denis Girard, chef du Service d'hébergement non institutionnel au CR La Myriade et M. Marco Fortin, président du RESSAQ.
- 16 h        Coquetel

*Voir les différents trajets au verso*

## Itinéraires pour se rendre au *Club de Golf Le Versant*

### 2075 Côte Terrebonne

#### De : *Joliette* au 1180 boulevard Manseau

Prendre à droite Rte 158. Continuer tout droit sur aut-25/Rte 125 Sud. À la sortie 23, prendre la bretelle à droite en direction de Terrebonne/LaPlaine. Tourner à gauche sur Chemin du Côteau. Tourner à gauche sur Rte 337/Chemin Gascon/boul. Moody. Continuer tout droit sur boul. Moody. Tourner à droite sur Rte344/boul. Des Seigneurs. Tourner à gauche pour rester sur Rte 344 Chemin Côte Terrebonne.

Durée estimée : 48 min.

Distance estimée : 57 km

#### De : *Repentigny* au 625 rue Leclerc

Tourner à gauche boulevard Industriel. Prendre la bretelle à gauche vers aut. 40 Ouest. Aut. De la Rive-Nord en direction Montréal. Prendre la bretelle à gauche et suivre la signalisation vers aut. 40. À la sortie 96-O prendre la bretelle à droite vers aut 640 en direction Mirabel/Laval/St-Eustache. À la sortie 42-S prendre la bretelle à droite vers aut. 25 Sud en direction de Laval/Montréal/Terrebonne. À la sortie 23, prendre la bretelle à droite en direction de Terrebonne/LaPlaine. Tourner à gauche sur Rte 337/Chemin Gascon/boul. Moody. Continuer tout droit sur boul. Moody. Tourner à droite sur Rte344/boul. Des Seigneurs. Tourner à gauche pour rester sur Rte 344 Chemin Côte Terrebonne.

Durée estimée : 28 min.

Distance estimée : 26 km

#### De : *Mascouche* au 1280 Chemin St-Henri

Tourner à gauche sur Chemin Ste-Marie. Prendre la bretelle à droite vers aut.25 Sud en direction de Montréal. À la sortie 23, prendre la bretelle à droite en direction de Terrebonne/LaPlaine. Tourner à gauche sur Rte 337/Chemin Gascon/boul. Moody. Continuer tout droit sur boul. Moody. Tourner à droite sur Rte344/boul. Des Seigneurs. Tourner à gauche pour rester sur Rte 344 Chemin Côte Terrebonne.

Durée estimée : 18 min

Distance estimée : 14 km

---

### ... *Nutrition suite*

La Société canadienne du cancer juge suffisantes les preuves scientifiques associant la « vitamine soleil » à la prévention des cancers colorectaux, de la prostate et du sein et suggère aux adultes canadiens, la prise d'un supplément quotidien de vitamine D durant l'automne et l'hiver de 1000 UI afin de prévenir certains cancers.

Si vous avez des problèmes de santé tels : hypercalcémie, problèmes rénaux ou [hyperparathyroïdie](#), il serait préférable de consulter votre médecin avant de prendre un supplément de la vitamine D.

*Sophie Venne, Diététiste*

