

La Clinique en bref,

Bulletin de nouvelles en vrac pour ceux et celles qui veulent suivre de près ce qui se passe à la Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles.

L'assemblée générale annuelle s'est prononcée!

Nos priorités annuelles 2021-2022

- 1. Signer la convention de financement**
Mandat de l'assemblée générale au CA pour déclencher une mobilisation dans l'éventualité où les négociations en vue du renouvellement de la convention de financement ne vont pas dans l'intérêt de la Clinique ou traînent en longueur.
- 2. Finaliser la planification stratégique 2022-2027**
- 3. Débuter la construction de la maison de naissance**
- 4. Réfléchir, avec la communauté, sur comment développer et promouvoir la thérapie par les arts**



Composition du CA 2021-2022:

Josée Ann Maurais - présidente
Marie-Chantale Vincent - vice-présidente
Élaine Chatigny - trésorière
Maria Inès Perez - secrétaire
Natacha Alexandroff
Marie-Yves-Rose Lemy
Sebastian Mott
Cassandra Morris
Stéphane Lampron (absent sur la photo)
Louise Chapados
Valérie Drouin - Employée administrative
Isabelle Bisailon - coordonnatrice générale



Le conseil d'administration de la Clinique
2021-2022

Modification à nos règlements de régie interne

Une mise à jour de nos règlements de régie interne a été adoptée lors de l'AGA (6.7.4). Ils incluent maintenant pour les séances du conseil d'administration la prise de décision en visioconférence et de manière électronique, mais en privilégiant les rencontres en personne.

Nos nouveaux règlements sont disponibles en ligne: ccpsc.qc.ca/fr/structure-decisionnelle

Pour mieux connaître nos nouveaux administrateurs



Bonjour! Mon nom est Sebastian Mott. Je n'habite à la Pointe que depuis trois ans, toutefois, ma mère y est née dans les années cinquante; elle a grandi sur l'avenue Ash. Donc, pour moi, ça semble être un retour aux sources - chez moi.

D'abord travailleur social, je travaille présentement comme médecin résident en médecine familiale. Dans ma vingtaine, j'ai passé plusieurs étés comme planteur d'arbres dans les forêts du grand nord. J'ai aussi travaillé longtemps avec des adultes handicapés, avec des enfants en garderie, avec des adultes en situation d'itinérance ayant des problèmes de dépendances.

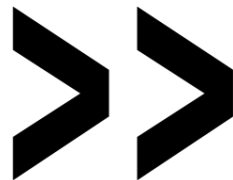
Dès le début de la pandémie, lors que j'étais étudiant en médecine, nos activités ont été interrompues pendant quatre mois afin de permettre aux hôpitaux de se réorganiser. C'est à ce moment-là que je me suis engagé à faire du bénévolat avec Share the Warmth/Partageons l'espoir. J'ai invité des collègues à se joindre à moi; nous avons aidé avec l'entreposage des aliments et avec les livraisons dans le quartier. C'est ainsi que j'ai appris à connaître tous les coins de la Pointe, et la vie de ses habitants.



*Sebastian Mott,
nouveau membre du CA*

J'ai voulu m'impliquer d'avantage au sein du quartier, surtout dans les domaines où mes expériences et connaissances seraient utiles. J'avais déjà entendu parler des services de la Clinique et aussi de son engagement dans la communauté. Un jour, alors que j'y étais pour une vaccination, j'ai réalisé à quel point cette clinique servait bien la communauté, combien le personnel y était engagé et surtout combien les patients en avaient besoin. C'est alors que je me suis dit que c'était le bon endroit pour moi.

Je suis vraiment content de faire partie de cette équipe et j'ai très hâte de servir la communauté.



Suite à l'AGA... création d'une page web à la mémoire de nos membres, employé-e-s et ami-e-s disparu-e-s

Nous avons perdu plusieurs personnes importantes durant la dernière année. Quand une organisation comme la nôtre réussit à perdurer dans le temps, elle a un devoir de mémoire envers celles et ceux pour qui et par qui elle vit.

- Parce qu'une des grandes victimes de la pandémie c'est la parole citoyenne,
- Et parce les citoyen-ne-s engagés dans leur quartier ont défendu, chacun à sa façon, cette parole citoyenne, avec une ferveur et une flamme qu'ils nous ont transmises.

Ils ont porté cette flamme et on prend l'engagement : de l'alimenter, de s'y réchauffer, et de la transmettre.

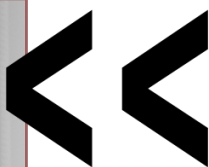
Écrivez nous pour nous faire parvenir un témoignage, un souvenir, un remerciement, une trace à la mémoire des nos membres, employé-e-s et ami-e-s disparu-e-s.
genevieve.lambertpilotte@ssss.gouv.qc.ca



Pour mieux connaître nos nouveaux administrateurs



Louise Chapados, nouvelle membre du CA



Bonjour,
Qui êtes-vous?

Je suis Louise Chapados. Je viens de la Côte-Nord, quittée quand même depuis longtemps, et dont je retrouve un peu l'esprit à Pointe-Saint-Charles. J'ai travaillé, et travaille toujours, en

gestion d'organismes et de projets, principalement pour la formation continue. Lecture, vélo, un peu de jardinage, et la poterie sont mes autres occupations.

Quelle fut votre première expérience communautaire dans le quartier?

Habiter à la Cité des bâtisseurs : un accueil chaleureux, un milieu amical avec des personnes de différents horizons et vécus. Et pratiquement en même temps, le Bâtiment 7 avec sa mission extraordinaire et des défis en conséquence!

Pourquoi et comment avoir intégré le CA de la Clinique?

Nathacha Alexandroff, que j'ai connue au B7, m'a souvent parlé de la Clinique, de son combat et de ses services, que j'ai eu l'occasion d'apprécier. Lors de la dernière assemblée annuelle, elle m'a fait voir le besoin de membres au CA.

Pour quelles raisons vous impliquez-vous à la Clinique?

Je suis consciente que la Clinique, tout comme la Cité, le Bâtiment 7 et le Détour, est le résultat de l'engagement de nombreuses personnes du milieu. Alors c'est par reconnaissance, et pour apporter une contribution que je m'implique au CA de la Clinique dans la poursuite de sa mission et le maintien de ses valeurs.



Faits saillants du conseil d'administration

- Suite à l'annonce du départ de Sandy Sadler, le conseil d'administration a mis sur pied un comité de sélection formé de deux administratrices, un consultant externe, et un membre de l'équipe de coordination. C'est suite à l'analyse d'une trentaine de candidatures, deux rondes d'entrevues et un examen écrit que le comité a offert le **poste de coordonnatrice générale à Isabelle Bisailon**. Le conseil d'administration s'est engagé à lui fournir tous les appuis nécessaires afin qu'elle développe son plein potentiel comme gestionnaire.
- Entre autres dossiers, le conseil d'administration a revu et adopté le rapport annuel de gestion de la Clinique, incluant les états financiers 2020-2021.
- Le conseil a également adopté le **budget initial 2021-2022**

États financiers

La Clinique a terminé son exercice financier avec un surplus de 80 431\$, ce qui s'ajoute au solde de fonds pour un total de 801 972\$.

Le budget 2021-2022 adopté par le conseil d'administration prévoit un déficit d'environ 550 000 \$. Plus de 60% de ces dépenses non récurrentes est lié à des assignations en surplus de la structure de postes actuelle. Ces ressources humaines servent à remplacer les absences au sein des équipes et à répondre à la demande grandissante pour certains services.

Faits saillants du conseil d'administration (suite)

- **Le CA a adopté le principe de Joyce**

Le Principe de Joyce propose des mesures pour garantir aux Premières Nations un droit d'accès équitable, sans aucune discrimination, à tous les services sociaux et de santé, ainsi que le droit de jouir du meilleur état possible de santé physique, mentale, émotionnelle et spirituelle.

PRINCIPE DE JOYCE



L'accessibilité pour toutes et tous, le respect de la dignité de la personne, le respect de l'autonomie, l'équité, la solidarité et la justice sociale font partis de l'ADN de notre Clinique. Nous nous engageons donc à appliquer les différentes mesures proposées à notre échelle, par exemple en mettant en œuvre des activités de sensibilisation et d'éducation auprès de nos employé-e-s élaborées avec des membres et organismes de la communauté autochtone. Nous souhaitons également faire reconnaître et respecter les savoirs et connaissances traditionnelles et vivantes des autochtones en matière de santé.

Joyce nous nous souvenons, tu n'es pas morte en vain. Nous continuerons à nous battre pour faire tomber les préjugés et nous attaquer aux injustices. Nous demandons à toutes et tous de participer à ce mouvement vers la justice et l'équité. (voir article sur la sécurisation culturelle p. 10)

- Le CA a adopté la mise à jour du **plan de communication de la Clinique**

Mot de la coordination générale

Il s'en est passé des choses depuis la parution du dernier numéro de la Clinique en bref en avril 2021 ! Création de la coordination des ressources humaines, nouvelle coordination générale, une 1re assemblée générale annuelle en plus de deux ans, et un nouveau conseil d'administration ! Sur le front de la COVID-19, tous les efforts déployés dans le quartier portent fruit. En date du 25 octobre 2021, c'est plus de 85,5% de la population de 12 ans et plus qui est adéquatement vaccinée contre la COVID-19. En ce qui concerne le personnel de la Clinique, c'est près de 95% du personnel présentement au travail qui est adéquatement vacciné contre la COVID !

Ça bouge au sein de l'équipe des cadres de la Clinique !

- C'est le 10 mai dernier que la Clinique accueillait **Christelle Leray à titre de coordonnatrice des ressources humaines**. La table de travail de l'équipe des ressources humaines est bien remplie: préparation des négociations des conventions collectives, démarche d'embauche pour les postes non-comblés à la Clinique, collecte des preuves vaccinales en vue de l'obligation vaccinale à compter du 16 novembre, plan de développements des ressources humaines 2021-2022 (formations), maintien de l'équité salariale, révision des processus de travail de l'équipe des ressources humaines, etc.
- C'est le 15 juin qu'était annoncée la **nomination d'Isabelle Bisailon à la coordination générale**. La période de transition s'est échelonnée jusqu'au 23 juillet. Un grand merci à Sandy Sadler d'avoir assuré cette transition avec grande générosité !



Isabelle Bisailon, notre nouvelle coordonnatrice générale

Mot de la coordination générale (suite)

- D'autres changements ont eu lieu à la fin de l'été alors qu'**Annie Bisailon, directrice des soins infirmiers et conseillère cadre en soins infirmiers, annonçait son départ en congé sans solde pour une période d'un an.** L'équipe des ressources humaines poursuit ses efforts pour trouver un remplacement pour ce poste clé à la Clinique. Comme vous l'avez peut-être constaté, il est prévu cette année de scinder ce poste afin que les deux fonctions soient occupées par deux personnes distinctes durant l'absence d'Annie.
- Nous avons également accueilli **Nathalie Parent à titre de nouvelle conseillère cadre à la coordination générale et à l'amélioration continue de la qualité.** Nathalie se joint à l'équipe de la Clinique juste à temps pour le sprint final avant la visite d'Agrément Canada prévue à du 29 novembre au 2 décembre.
- Enfin, c'est le 30 août que débutait le **stage en gestion de Thomas Culianez**, finissant à la maîtrise en administration des services de santé à l'École de santé publique de l'Université de Montréal. Thomas sera avec nous jusqu'au 17 décembre. Il travaille, entre autres, à l'amélioration du processus d'accueil des nouveaux employé-e-s.
- En plus des réunions hebdomadaires tenues les mardis matins, le comité de coordination s'est réuni pour une journée complète le vendredi 10 septembre. Cette journée a permis, entre autres, de faire le bilan de l'année 2020-2021, d'amorcer une réflexion sur la gestion participative et de prioriser les projets à venir.



Nathalie Parent, notre nouvelle conseillère cadre à la coordination générale et à l'amélioration continue de la qualité



*Le comité de coordination de la Clinique en «lac à l'épaule»
Absent sur la photo: Bruno Swaenepoël*

Qu'est-ce qui se passe avec...

• Planification stratégique 2022-2027

Entamée par Sandy Sadler au courant de l'année dernière, les consultations liées à la planification stratégique reprendront en 2022. Il est prévu d'inclure dans cet exercice une réflexion sur la gestion participative et les valeurs de la Clinique.

• Amélioration du cheminement des demandes de services

Ce projet d'amélioration reprendra dès que sera complétée la visite d'Agrément Canada.

• Politique sur le télétravail

Il est prévu d'élaborer cette politique, en collaboration avec le personnel, d'ici l'été prochain.

• Sondage sur la culture de sécurité des usager-e-s: Les résultats au sondage seront bientôt diffusés.

Mot de la coordination générale (suite)



En terminant, je tiens à remercier toutes les personnes qui ont contribué à **l'aménagement des cours extérieurs**. Nos cours sont devenues un lieu où il fait bon prendre une pause!



Un grand merci aux administrateur-trice-s sortants: **Denis Charron, François Morel et Lorraine Rochon** ainsi qu'à **Geneviève Dandurand** et **Charles-Éric Hallé** pour leur implication au conseil d'administration!

Un grand merci également à **Stéphane Defoy, Geneviève Lambert-Pilotte, Martine Mars, et Myreille Audet** d'avoir fait de notre première assemblée générale annuelle virtuelle un succès de même qu'à notre collègue d'Action Gardien, **Cédric Glorioso-Deraîche** pour son soutien à la technique.

Une équipe solidaire pour préserver les services

par Dominique Jean, coordonnatrice des services courants

Comme certains d'entre vous le savent, à l'accueil psychosocial des services courants nous avons vécu une période difficile. Nous avons perdu nos 2 joueurs principaux, et ce, à peu de temps d'intervalle, ce qui a fait en sorte que nous n'étions pas en mesure d'offrir un service de première ligne dans les normes. Puis quelque chose d'inattendu s'est produit. Appuyé-e-s par les coordinations, des intervenant-e-s de différents services nous ont prêté main-forte et se sont impliqué-e-s en offrant une aide concrète auprès des usager-e-s, en rencontrant certains et en se familiarisant avec le processus de l'accueil.

Je ne peux m'empêcher de nommer ces héros, soit **Maude Desaulniers-Charest, Marie-Ève Couture, Audrey Desbiens, France Beaudin, Françoise Reid, Karole Poirier, Guylaine Arbour, Bruno Swaenepoël, ainsi que Laurence Charpentier** qui a joué un rôle marquant dans ce processus de sauvetage. Chacun à sa façon a contribué au maintien des services à l'accueil. Je tiens à remercier et à souligner leur apport à chacun et à nommer le fait que France Beaudin continue de supporter **Annick McKale et Vanessa Vallée**, récemment embauchée.



La Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles et surtout les usager-e-s qui ont eu la chance de pouvoir bénéficier de votre travail acharné vous remercie de tout cœur. Remercions !

Vaccination contre la grippe saisonnière

LES VACCINS CONTRE LA GRIPPE ET LA COVID-19 FONT LA PAIRE

La vaccination demeure le meilleur moyen de prévenir les complications de la grippe chez les personnes vulnérables. Même si elles sont vaccinées contre la COVID-19, les personnes vulnérables courent tout de même un risque, au regard de l'hospitalisation et de la mortalité, si elles développent une grippe.

La vaccination contre la grippe est recommandée et offerte gratuitement aux personnes qui ont plus de risque de présenter des complications :

- les enfants de 6 mois à 17 ans atteints de certaines maladies chroniques;
- les adultes ayant certaines maladies chroniques;
- les femmes enceintes quel que soit le stade de leur grossesse;
- les personnes âgées de 75 ans et plus;
- aux proches qui habitent sous le même toit qu'un enfant de moins de 6 mois ou qu'une personne à risque élevé d'hospitalisation ou de décès ainsi qu'à leurs aidants naturels.

Important!

- Si vous êtes en bonne santé et que vous avez entre 60 et 74 ans, votre risque d'hospitalisation et de décès associés à la grippe est faible.
- Si vous êtes parent d'un enfant de 6 à 23 mois en bonne santé, il en est de même pour votre enfant.
- Ainsi, la vaccination contre la grippe ne vous est plus recommandée ou n'est plus recommandée pour votre enfant.
- Toutefois, si vous souhaitez quand même vous faire vacciner contre la grippe ou faire vacciner votre enfant, vous pourrez le faire gratuitement.

Recevoir le vaccin: SUR RENDEZ-VOUS SEULEMENT

Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles

500 avenue Ash

À partir du 1er novembre, vous pouvez prendre rendez-vous sur [ClicSanté](#) ou en téléphonant au 514 937-9251 poste 7300

La vaccination contre la grippe aura également lieu auprès de nos usager-e-s du soutien à domicile, ainsi que dans les tours pour personnes âgées du quartier en décembre. **Notez que le vaccin intra nasal pour les enfants (Flumist) ne sera disponible qu'à partir du 15 novembre.**

Clinique de vaccination COVID,

CIUSSS-Centre-Sud-de-l'île-de-Montréal

Sous-sol de l'église St-Charles, 2115 rue du Centre
Vaccination contre la grippe à partir du 1er novembre.
Rendez-vous dans [Clic santé](#).

Pharmacie Carole Cyr

1875 rue du Centre

Rendez-vous dans [Clic santé](#).



Changement de certains services à la Clinique

C'est le retour des services en présence!

Renouveler sa carte d'assurance maladie

Au 500 avenue Ash:
Du lundi au vendredi
de 9h à 11h
de 13h à 15h15
de 16h à 19h30



Au 1955 rue du Centre:
Lundi de 13h à 15h
Mardi au vendredi de 9h à 11h et
de 13h à 15h15

Consulter une infirmière sans rendez-vous

Étant donné nos effectifs infirmiers réduits, nous sommes dans l'obligation de diminuer, de manière temporaire, les heures d'ouverture des services infirmiers de l'accueil de la Clinique de l'avenue Ash

Horaire:

Lundi, jeudi et vendredi de 8h à 20h
Mardi et mercredi de 8h à 16h

Prendre rendez-vous avec votre médecin de famille

Dre. Annie McNicoll, ou Dre Rosalie Mongeau-Petitspas est votre médecin de famille?

Vous pouvez maintenant prendre rendez-vous directement en ligne!! www.rvsq.gouv.qc.ca

Deux nouveaux numéros de téléphone à retenir

Des initiatives du CIUSSS-Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal

Enfant de 0 à 16 ans:

pour consulter un médecin

Bonne nouvelle : nouveau numéro pour les enfants malades de l'Île de Montréal dont l'état ne nécessite pas une visite à l'urgence et qui n'arrivent pas à consulter :

514 890-6111

VOTRE ENFANT EST MALADE,
VOUS AVEZ BESOIN DE
CONSULTER UN MÉDECIN
ET VOUS HABITEZ MONTRÉAL ?

**UN APPEL
UN RENDEZ-VOUS**
DANS UNE CLINIQUE

514 890-6111



Tu te questionnes ou t'inquiètes à propos d'un problème de consommation ou de dépendance?

- Consommation d'alcool
- Consommation de drogue (cannabis, opioïdes, etc.)
- Jeux de hasard (machines à sous, casino, paris sportifs, billets de loterie)
- Cyberdépendance (Internet, jeux vidéo, réseaux sociaux)
- Soutien aux proches

514 385-1232

La Clinique innove en l'absence de formation de Suicide Action Montréal

par Tamara Achtman, conseillère cadre aux pratiques multidisciplinaires

Avec la pandémie, toutes les formations en prévention suicidaire de Suicide Action Montréal ont été annulées sans aucune date de report prévue. Reste qu'en cette période particulière, les intervenant-e-s de la Clinique avaient des besoins criants en formation liée à l'intervention auprès des personnes suicidaires.

Rapidement, nous avons pu mettre en place des stratégies pour soutenir les intervenant-e-s. Un guide des meilleures pratiques auprès de la personne suicidaire a été rédigé pour les soutenir dans leur pratique: Les bonnes pratiques à inclure dans l'intervention en prévention du suicide pour le personnel clinique de la Clinique communautaire de Pointe-Saint-Charles.



Deux rencontres, coanimées par Myrienne Roldan, psychoéducatrice à l'équipe jeunesse, ont été organisées: une avec les intervenant-e-s de la Clinique, et une autre avec les partenaires communautaires lors d'un rendez-vous Santé mentale d'Action-Gardien. Ces rencontres visaient à soutenir les intervenant-e-s dans les meilleures pratiques, en leur donnant des exemples concrets pour l'intervention auprès de la personne suicidaire. Les rencontres ont ouvert sur l'approche à prioriser auprès de la personne suicidaire, les étapes de l'intervention, et l'intervention de crise.

Besoin d'aide pour vous ou pour un proche?
Ligne 24h/24h 7j/7: 1 866-APPELLE

Aide alimentaire pour femmes enceintes

C'est quoi?

Un suivi prénatal géré par la Fondation Olo. Il donne accès à un suivi avec une nutritionniste à la Clinique dès la 12e semaine de grossesse, pour favoriser l'adoption de saines habitudes alimentaires. Vous recevrez des conseils et différents outils comme des recettes et des livres, en plus de recevoir gratuitement des aliments essentiels (coupons alimentaires) pour:

- œufs
- lait
- légumes congelés
- vitamines prénatales

Qui a droit au suivi Olo?

Les femmes enceintes à faible revenu (revenu insuffisant pour la taille de la famille, assistance sociale, assurance-emploi, prêts étudiants, pas de revenus, etc.) et qui souhaitent avoir un suivi nutritionnel.

Objectifs

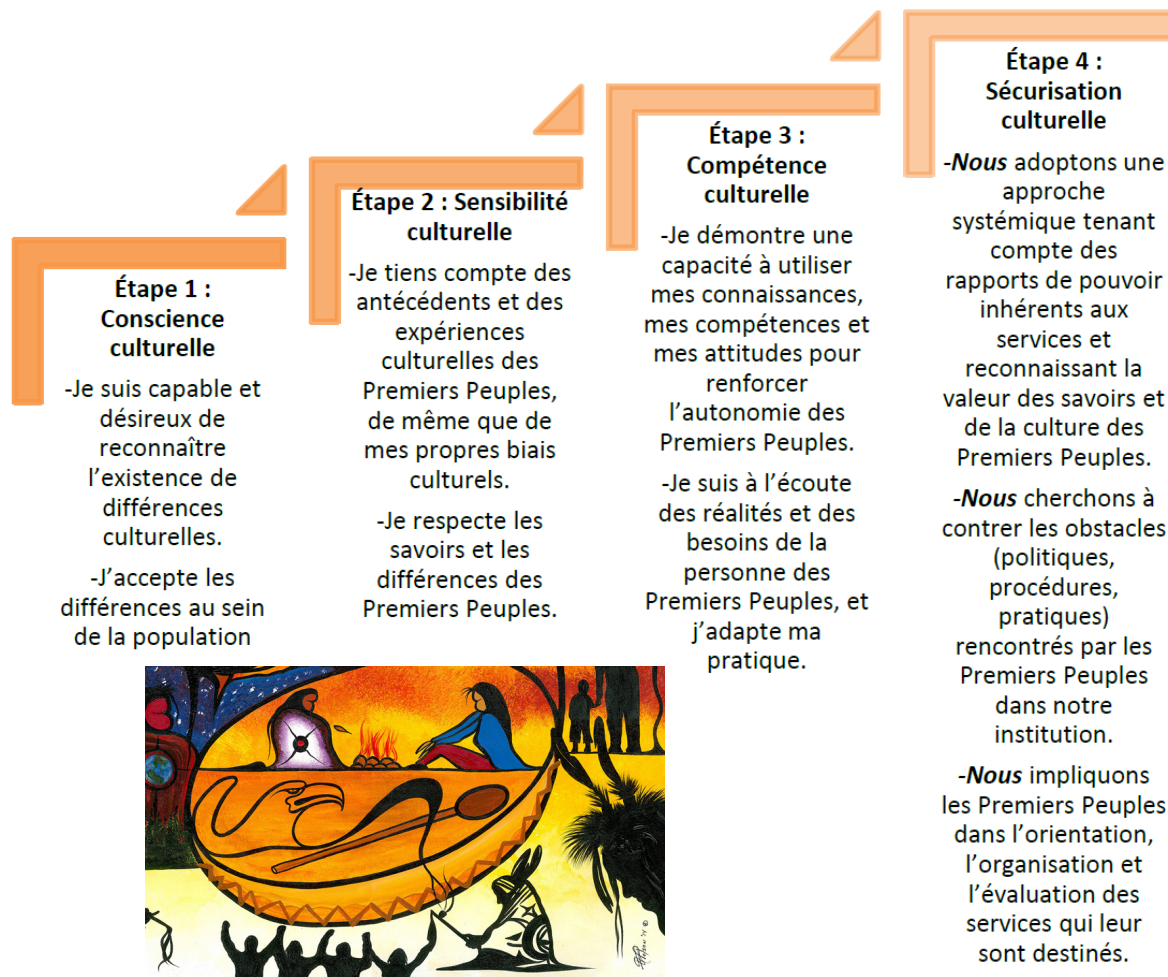
Le suivi Olo a pour but d'aider les femmes enceintes dans le besoin à bien s'alimenter durant la grossesse pour assurer la naissance d'un bébé en santé. Accompagner les parents pour favoriser des saines habitudes alimentaires tôt dans la vie de leur enfant est aussi un autre objectif du suivi.



N'hésitez pas à contacter Lina Hu: 514 937-9251 poste 6212!

Vers la sécurisation culturelle

La construction d'un environnement culturellement sécuritaire qui favorise le plein épanouissement des capacités des individus et des collectivités, exige certaines étapes. Au cours de celles-ci, la réflexivité s'exerce au niveau individuel pour ensuite se réaliser sur le plan collectif, passant du je au nous, comme l'illustre le tableau suivant.



Source: Inspiré du Centre d'amitié autochtone de Val d'Or et de Lévesque (2017).

Opération Père Noël

par Myrienne Roldan, psychoéducatrice jeunesse

Pour une quatrième année, les enfants de Pointe-Saint-Charles pourront bénéficier de la générosité de l'opération Père Noël. Les professionnel-le-s des équipes jeunesse, enfance-famille, scolaire et adultes de la Clinique jouent les intermédiaires entre les familles défavorisées du quartier et l'organisme.

Chaque enfant doit écrire une lettre ou faire un dessin à adresser au Père Noël et les lutins s'assurent d'acheminer la lettre aux généreux donateurs et de nous faire parvenir les cadeaux par la suite. Ainsi, chaque année près de 60 enfants du quartier profitent de cette opération magique. Merci aux intervenant-e-s et aux "Pères Noël" de permettre cette joie du temps des Fêtes de rayonner.

Opération Père Noël c'est :

- 24 années d'existence
- 13 00 cadeaux distribués partout au Québec en 2020 dont plus de 6000 à Montréal

Pour en savoir plus :

<https://operationperenoel.com>



Information sur les médicaments et sur les services offerts en pharmacie

Adaptation du document du MSSS:

<https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2020/20-210-234W.pdf>

Renouveler vos prescriptions

- Pour le renouvellement de vos ordonnances, afin de limiter les contacts entre les patients et le personnel de la pharmacie, appelez d'abord à la pharmacie.
- Certaines pharmacies offrent le service de renouvellement d'ordonnances sur leur site internet.
- Il est fortement recommandé de communiquer avec votre pharmacien 24 heures à l'avance pour faire préparer vos médicaments.
- Si vous avez besoin de conseils de votre pharmacien, communiquez d'abord avec lui par téléphone.



Faire livrer vos médicaments

- La majorité des pharmacies offrent un service de livraison. Cependant l'augmentation du volume de livraisons à cause de la pandémie peut occasionner des délais plus importants.
- Si vous êtes en bonne santé, évitez d'avoir recours au service de livraison pour que ce service soit offert en priorité aux personnes qui ne devraient pas se rendre en pharmacie.
- Si vous devez vous rendre en pharmacie, assurez-vous de maintenir la distance d'au moins deux mètres avec le personnel et les autres personnes à l'intérieur de la pharmacie et d'appliquer les autres mesures d'hygiène.
- Si vous êtes une personne en isolement et que vous avez besoin de médicaments, vous ne devez pas vous rendre en pharmacie. Contactez votre pharmacien par téléphone. Demandez à un proche d'aller chercher vos médicaments à la pharmacie ou vérifiez si la livraison est possible. Pour des informations sur la COVID-19, composez le 514 644-4545. La pharmacie n'est pas le lieu à privilégier pour obtenir ce genre de renseignements.

Médicament à privilégier pour le traitement de la fièvre

- L'utilisation d'acétaminophène (ex. : Atasol, Tylenol, Tempra, marques maison des chaînes et des bannières) demeure le premier choix pour contrôler la fièvre. Elle est vendue sans ordonnance.
- Il est important de respecter les doses recommandées, particulièrement chez les enfants selon leur poids.
- Au besoin, n'hésitez pas à communiquer avec votre pharmacien, par téléphone, si vous avez des interrogations sur l'usage de ce produit.
- L'utilisation d'ibuprofène ou d'autres anti-inflammatoires non stéroïdiens (ex. : Advil, Motrin, Aleve, aspirine) en présence de fièvre ne devrait être envisagée qu'en cas d'allergie à l'acétaminophène ou sous recommandations d'un professionnel de la santé.
- Les patients qui utilisent de l'aspirine ou d'autres anti-inflammatoires non stéroïdiens sur une base régulière ne doivent pas cesser leur traitement sans l'avis de leur médecin ou de leur pharmacie.

À l'eau en famille!

par Dominique Leclerc, ergothérapeute

Avec l'arrivée de la saison froide, la piscine intérieure de Pointe-Saint-Charles peut être une activité intéressante à réaliser avec les enfants. Non seulement elle permet de développer l'apprentissage de la nage, et de s'amuser, mais jouer dans l'eau est une activité très favorable pour le développement de l'enfant.

Lorsque l'enfant joue dans l'eau, l'eau exerce une pression sur son corps. Cette pression est généralement apaisante pour les enfants. C'est donc une bonne activité pour se sentir calme, surtout après avoir passé de longues minutes à jouer dans l'eau!



Cette même pression aide aussi l'enfant à bien ressentir tous les muscles et les articulations de son corps. Lorsque l'enfant ressent bien son corps, il est plus facile pour lui de l'utiliser dans tous ses mouvements de la vie quotidienne. Lorsqu'il s'amuse dans l'eau, l'enfant utilise de nombreuses habiletés motrices, et les développe souvent sans même s'en rendre compte. Par exemple, l'enfant développe son contrôle postural, sa force et sa coordination.

Enfin, une sortie à la piscine sera aussi l'occasion de développer les habiletés d'organisation, comme faire son sac, l'habillage et l'hygiène, mettre son maillot et se sécher, ou encore d'orientation dans l'espace pour reconnaître le chemin. Bonne activité!

Piscine St-Charles

1055, rue d'Hibernia, Montréal (Québec) H3K 2V3
514 872-2501

Réservation obligatoire

Afin de respecter les règles de distanciation physique tout en évitant les files d'attente, les personnes qui souhaitent pratiquer une ou l'autre des activités libres de baignade doivent préalablement s'inscrire en ligne par le biais du site loisirs.montreal.ca.

Pour les parents d'enfants ayant des défis au plan du développement, sachez qu'il existe des ressources communautaires pour permettre à votre enfant d'apprendre à nager, comme le programme SWAM Montréal : <http://www.montreal.qc.swamcanada.ca/>

Les nouvelles embauches depuis avril 2021

- Christelle Leray, coordinatrice des ressources humaines
- Jacinthe Poirier, aide-natale
- Zineb El Homsy, agente administrative
- Leslie Venesa Padilla Valle, travailleuse sociale
- Nathalie Trudeau, infirmière
- Laurence Affret, infirmière
- Nathalie Parent, conseillère cadre à la coordination générale et à l'amélioration continue de la qualité
- Émilie Lemire Auclair, travailleuse sociale
- Christiane Lauriault, Psychologue
- Marie Brunet, sage-femme

bienvenue