



Le

# Causeur

Volume 17, numéro 1, hiver 2016-2017

**La communauté des  
centres d'hébergement**



Québec 

## Le Causeur

Volume 17, numéro 1

Hiver 2016-2017

*Le Causeur* est publié trois fois l'an par le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de la Capitale-Nationale pour les résidents des centres d'hébergement et des ressources intermédiaires, et les usagers des centres de jour des arrondissements de la Cité-Limoilou et des Rivières. Ce journal s'adresse également aux proches de ces résidents et de ces usagers.

### Comité du journal

Laurie-Anne Beaulieu Boucher  
Pauline Boutin  
Michel Cantin  
Dominique Ekker  
Claire Gagnon  
Julie Gilbert  
Lucie Morneau  
Julie Poirier  
Steeve Whittom

### Coordination

Dominique Ekker

### Révision linguistique

Dominique Ekker  
Marie-France Caron-Leclerc

### Production

Graphisme : Claire Gagnon  
Impression : Solisco numérix

### Tirage

4 000 exemplaires

Dépôt légal :  
Bibliothèque et Archives nationales  
du Québec  
Bibliothèque et Archives Canada  
ISSN : 1919-6679 (imprimé)  
1920-5414 (PDF)

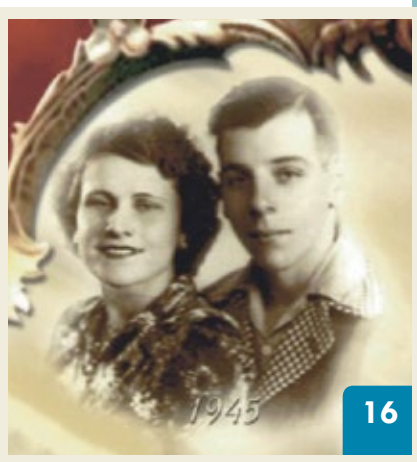
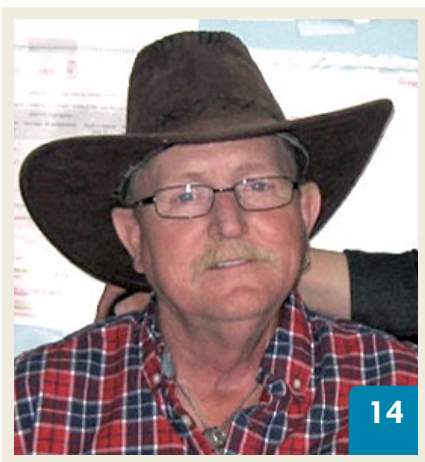
Les genres masculin et féminin sont utilisés sans discrimination et uniquement dans le but d'alléger le texte.



## TABLE DES MATIÈRES

## LA COMMUNAUTÉ DES CENTRES D'HÉBERGEMENT

- 4 Coup d'œil sur *Le Causeur*
- 5 De petits gestes, de beaux souvenirs
- 6 Participer à la prise de décision de la communauté
- 7 Joindre l'utile à l'agréable
- 8 Des amies centenaires se retrouvent en centre d'hébergement
- 10 Un brin de jasette pour la communauté
- 12 À l'assaut de la communauté en quadriporteur
- 13 De l'adaptation à l'épanouissement
- 14 De retour chez lui après deux ans d'absence
- 16 Des noces d'ocre, un événement rare
- 18 Une centenaire à la tête de cinq générations



- 20** Des anges gardiens bien incarnés
- 21** Une lourde tâche faite avec humanité
- 22** Centenaire, qui dit mieux ?
- 23** Les Petits Frères de Québec
- 24** Liratoutâge
- 25** La Bibliothèque de Québec raconte des histoires
- 26** Le Tourne-Sol, un endroit à découvrir !
- 27** Jardiner au Centre d'hébergement Le Faubourg
- 28** Contrer l'intimidation envers les aînés
- 29** Le bracelet jaune
- 30** Ici pour aider
- 30** Spectacle Amour Humour au bénéfice des aînés
- 31** Améliorer la qualité des services : notre préoccupation constante





## Coup d'œil sur *Le Causeur*

Dominique Ekker, agente d'information

Habituellement, chaque *Causeur* comprend les sections « Le comité des usagers de la Vieille-Capitale », « La vie en centre d'hébergement », « Remerciements », etc. Toutes ces sections témoignent de la vie communautaire en centre d'hébergement, soit le thème de ce numéro. Elles fourmillent d'exemples de la richesse de ces communautés. J'ai donc décidé de réunir toutes ces sections en une seule, car l'union fait la force.

« Cette force, l'individu ne l'a aussi longtemps qu'il ne sépare pas son destin de celui des autres, qu'il ne perd pas de vue l'essentiel, qu'il a la conscience profonde d'appartenir à une communauté. » (Milena Jesenka) ■



## De petits gestes, de beaux souvenirs

**Geneviève Proulx et France Falardeau**, directrices  
adjointes au programme Soutien à l'autonomie des  
personnes âgées

---

En cette période de réjouissances, de partage et de rapprochements, nous souhaitons que vous puissiez faire provision de beaux moments en famille et profiter d'une main réconfortante, d'un baiser sur la joue, d'un regard soutenu. Tous ces petits gestes deviennent des souvenirs heureux qui nous accompagnent tout au long de l'année.

En notre nom, au nom des gestionnaires de l'hébergement et de tous les employés, nous vous souhaitons un très beau Noël!

Que l'année 2017 soit gage de bonheur,  
de joie et de bien-être. ■





M. Michel Cantin

---

#### Comité central des résidents

Téléphone :

418 529-6571, poste 27046

Courriel : [info@cdu-csssvc.com](mailto:info@cdu-csssvc.com)

#### Michel Cantin

vice-président du comité des usagers de la Vieille-Capitale

Téléphone : 418 527-1844

Courriel :

[jvmichel.cantin@videotron.ca](mailto:jvmichel.cantin@videotron.ca)

Site Internet

du comité des usagers :

[www.cdu-csssvc.com](http://www.cdu-csssvc.com)

---

## Participer à la prise de décision de la communauté

**Michel Cantin**, vice-président du comité des usagers de la Vieille-Capitale

---

La vie communautaire en centre d'hébergement naît naturellement de l'interaction des résidents, des gestionnaires, des employés, des proches et des bénévoles. Toutes ces personnes possèdent une expérience intime de ce milieu de vie qui est le leur. Elles en connaissent les forces et les faiblesses et savent mieux que quiconque ce qui devrait ou pourrait être fait pour en améliorer la qualité. Ne devrait-on pas utiliser au maximum toutes ces ressources humaines en leur permettant de participer à la prise de décision et en leur laissant la latitude nécessaire à l'innovation ? N'est-il pas souhaitable de protéger la personnalité spécifique de chaque centre d'hébergement, résultat de son histoire particulière, et même d'encourager son développement ?

Pour les résidents et les membres des familles, le comité de résidents offre un lieu de parole privilégié pour leur permettre de participer à l'enrichissement de ce milieu de vie. En effet, l'une des fonctions du comité consiste à faire des recommandations d'amélioration.

Le gouvernement Couillard annonce, depuis quelque temps, un réinvestissement dans les centres d'hébergement. Espérons qu'il sera significatif, car voilà maintenant quinze ans qu'aucun ajout de ressources n'y a été fait. Pendant ce temps, les besoins résultant de la perte d'autonomie des résidents ont plus que doublé. Il nous reste à espérer que l'exercice se fasse avec la participation des personnes qui vivent en centre d'hébergement ou qui y travaillent et qui sont les mieux placées pour connaître ces besoins. ■

## Joindre l'utile à l'agréable



Mme Sylviane Doyle en compagnie de sa mère, Mme Raymonde Gosselin

**Sylviane Doyle**, fille de Raymonde Gosselin, résidente du Centre d'hébergement

Notre-Dame-de-Lourdes

Rédaction : Dominique Ekker

Aide à la rédaction : Sylviane Doyle

Avant d'entrer au Centre d'hébergement Notre-Dame-de-Lourdes, ma mère, Raymonde Gosselin, vivait à la Résidence Jolicœur à Sainte-Catherine-de-la-Jacques-Cartier. Elle y avait de nombreux amis. Ce déménagement lui a donc demandé de créer de nouveaux liens.

Heureusement, ma mère entre facilement en contact avec les gens. Elle aime discuter et blaguer avec le personnel comme avec les résidents. C'est une pince-sans-rire. Elle s'est fait de nouveaux amis et participe également aux activités auxquelles je l'accompagne parfois. Je suis également bénévole à l'occasion, lors de sorties, et j'emmène régulièrement mon chien Chico au centre d'hébergement où il est devenu bien populaire. J'ai également participé à l'entretien extérieur des plantes ce printemps. Ma participation à la vie du centre d'hébergement facilite l'intégration de ma mère dans son milieu de vie, mais me donne surtout l'occasion de passer du temps avec elle. ■

# Des amies centenaires se retrouvent en centre d'hébergement

Pauline Boutin, récréologue au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec



Mmes Berthe Marcotte et Alma Gauvin

Alma Gauvin et Berthe Marcotte résident au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec. Mme Marcotte s'y trouve depuis le 11 juin 2011, et Mme Gauvin, depuis le 1<sup>er</sup> avril 2016. Mme Gauvin est originaire de Neuville et Mme Marcotte vient de Saint-Basile de Portneuf.

Un jour, drôle de circonstance, j'allais rendre visite à Mme Marcotte, âgée de 104 ans, et lui dire tout bonnement qu'une nouvelle résidente de 105 ans, native de Neuville, avait emménagé au centre d'hébergement

en avril. Quelle ne fut pas ma surprise quand Mme Marcotte m'a dit qu'elle la connaissait et qu'elles étaient des amies de jeunesse! Elles sont allées à l'école ensemble à Neuville. J'ai donc fait en sorte qu'elles se rencontrent immédiatement. Quel moment émouvant lorsqu'elles se sont retrouvées! Maintenant, elles se voient régulièrement lors d'activités et, grâce à des bénévoles et à des proches, elles se visitent souvent. Il faut dire qu'elles ont longtemps communiqué ensemble, mais étaient sans nouvelles l'une



## LA COMMUNAUTÉ DES CENTRES D'HÉBERGEMENT

de l'autre depuis plusieurs années, croyant, chacune de leur côté, que l'autre pouvait être décédée.

Mme Gauvin est née le 22 janvier 1911 et a habité Neuville jusqu'à 99 ans. Elle a demeuré avec ses parents et, comme elle était célibataire, elle « relevait » ses sœurs lorsqu'elles mettaient au monde leurs enfants.

Ensuite, elle a vécu avec sa sœur, qui avait un magasin général, Le Magasin Parent, situé sur la rue principale, tout près de l'église. En quittant Neuville, Mme Gauvin s'est installée, à Québec, à la Résidence des Franciscains.

Pour sa part, Mme Marcotte est née le 9 mars 1912. Elle s'est mariée et a eu cinq enfants. Elle a enseigné à Cap-Santé et à Saint-Marc-des-Carières, village où elle a habité pendant 25 ans. Elle est ensuite venue vivre à Québec, entre autres au Manoir Laure Gaudreault et aux Résidences Chanoine-Scott.

Dernièrement, lorsque je la conduisais à une activité, elle m'a fait une remarque particulière :

« Quand on s'entend bien, l'amitié dure longtemps. J'avais 13 ans quand je suis allée étudier à Neuville. » C'est peu dire quand on parle d'une amitié d'environ 90 ans.

Je crois que peu de personnes, au Québec, pourraient nous raconter une histoire semblable, celle de retrouvailles de deux amies centenaires dans un centre d'hébergement. ■



De gauche à droite :  
Mmes Annette Hardy,  
Julia Gauvin, Berthe  
Marcotte et Alma Gauvin

# Un brin de jasette pour la communauté

Steeve Whittom, récréologue au Centre d'hébergement Christ-Roi

Dans le cadre de mes visites d'amitié, j'ai interrogé deux nouvelles résidentes au sujet de la vie communautaire en centre d'hébergement, soit Suzanne Gagnon et Lise Godin. Elles sont toutes deux résidentes du 4<sup>e</sup> étage et sont devenues amies.

Suzanne Gagnon se déplace en fauteuil roulant depuis ses 53 ans. Elle vivait seule depuis 2008 lorsqu'elle est entrée au Centre d'hébergement Christ-Roi le 18 avril 2016. Mme Gagnon adore son milieu de vie. Elle n'y voit que du positif, puisqu'elle connaît bien le quartier. Elle habitait en logement en face du centre d'hébergement depuis plusieurs années. Ici, elle a appris à côtoyer des personnes plus âgées qu'elle. Comme elle aime le monde, elle apprécie n'y être jamais seule : elle trouve toujours quelqu'un avec qui parler.

Pour s'intégrer dans son milieu de vie, Mme Gagnon participe à toutes les activités, source de grand bonheur pour elle. Elle retire beaucoup de satisfaction et de plaisir à rencontrer l'intervenante en soins spirituels, l'intervenant en loisirs et la magnifique équipe de bénévoles. Elle aime aussi échanger avec les familles, le personnel et les autres résidents. Toutes ces personnes l'aident à profiter de son milieu de vie. Reconnaisante de la joie de vivre qu'elles lui procurent, Mme Gagnon tente de redonner aux autres ce qu'elle reçoit en les écoutant, en discutant avec eux et en veillant sur tous. Mme Gagnon aime son milieu de vie.

En 1986, à l'âge de 30 ans, Lise Godin a dû arrêter de travailler à la suite d'un accident. À partir de ce moment, son conjoint a pris soin d'elle jusqu'à ce qu'il ne puisse plus le faire. Mme Godin est alors entrée au Centre d'hébergement Christ-Roi. Elle y participe à toutes les activités et adore parler à tout le monde. Elle s'ennuie parfois de sa maison mais, pour plusieurs raisons, elle se sent en sécurité en centre d'hébergement. Elle aime son nouveau milieu et s'y intègre très bien.

## En savoir un peu plus sur Mmes Gagnon et Godin

Deuxième d'une famille de trois filles, **Mme Gagnon** est native de Deschaillons, dans le comté de Lotbinière, où elle a habité jusqu'à l'âge de 16 ans. Par la suite, sa famille a déménagé à Québec.

Mme Gagnon a étudié pour devenir secrétaire. Elle est allée en Ontario un an et demi pour y apprendre l'anglais. Elle a travaillé un peu à Granby pour une usine de plastique et douze ans, à Québec, pour le gouvernement.

Elle s'est mariée et a mis au monde un garçon et une fille. Elle m'a confié qu'elle et son mari étaient des mordus de danse.

## LA COMMUNAUTÉ DES CENTRES D'HÉBERGEMENT



Mmes Lise Godin et Suzanne Gagnon

Toutes les fins de semaine, ils couraient les soirées dansantes.

**Lise Godin** est née à Sorel-Tracy dans une famille de sept enfants : cinq filles et deux garçons. Elle a fréquenté l'école jusqu'en 8<sup>e</sup> année. Puis, elle a travaillé quatre ans en hôtellerie. Toutefois, elle est retournée aux études pour terminer son cours secondaire et, par la suite, au collégial, suivre le cours d'agent correctionnel.

Mme Godin a travaillé dans ce domaine à Laval, puis a été transférée à Donnacona, où elle a aussi occupé un poste d'agente correctionnelle durant dix ans. Une fois mariés, Mme Godin et son conjoint se sont installés à Saint-Augustin avec leur fille. Son conjoint y demeure toujours. ■

# À l'assaut de la communauté en quadriporteur

**Pâquerette Tremblay**, résidente du Centre d'hébergement Notre-Dame-de-Lourdes

Rédaction : Dominique Ekker

Aide à la rédaction : Josée Dumontier, préposée aux bénéficiaires

Avant d'emménager au Centre d'hébergement Notre-Dame-de-Lourdes, je vivais seule dans deux pièces et demie que j'entretenais. Mon entrée en centre d'hébergement m'a demandé de m'adapter. Comme dans mon unité de vie ne se trouvait qu'une seule personne avec qui je pouvais discuter, j'ai agrandi mon cercle de fréquentations aux autres étages. J'ai ainsi créé des liens d'amitié avec des résidents avec qui je joue aux cartes.

Mais je ne me suis pas arrêtée là. Je suis devenue une championne des sorties. L'été, je sors tous les jours avec mon quadriporteur. Le lundi, je me rends au lavoir. Le mardi, je joue aux poches avec les Aînés actifs du Service amical Basse-Ville. Les autres jours de la semaine, je fais des courses et vais au parc avec plusieurs amies qui se déplacent aussi en quadriporteur. Lorsqu'il pleut, je me rends au centre commercial avec le transport adapté. Bref, j'aime bouger. Le dimanche après-midi, je vais même danser au bar Petit Boulevard.

Malgré toutes mes sorties, je trouve parfois les journées longues. Je participe donc à quelques activités de loisirs du centre d'hébergement, notamment le bingo et les activités musicales. J'aime aussi m'asseoir dans le grand salon du rez-de-chaussée et faire un brin de causette avec les personnes présentes. Je sais que les activités du centre



Mme Pâquerette Tremblay

d'hébergement m'aident à m'adapter à mon milieu de vie et j'encourage les autres résidents à faire de même. Mais j'aime surtout faire ce qui me plaît. Voilà ce qui me rend heureuse. ■

## De l'adaptation à l'épanouissement



Mme Sonia Schyrgens

**Sonia Schyrgens**, résidente du Centre d'hébergement  
Sacré-Cœur

Rédaction : Dominique Ekker

Aide à la rédaction : Sonia Schyrgens

---

Avant de vivre en centre d'hébergement, je demeurais avec mes parents. À cette époque, j'étais active dans mon quartier, Les Saules. Par exemple, lors des élections provinciales et fédérales, j'étais scrutatrice et secrétaire trésorière. Je distribuais des dépliants par les portes pour les candidats. Le jour des élections, j'arrivais très tôt au bureau de scrutin. J'ai adoré cette expérience.

Une fois en centre d'hébergement, j'ai trouvé difficile de m'adapter aux règles. Je me sentais prisonnière. La vie en centre d'hébergement présente des similitudes avec la vie familiale. Il faut s'ajuster à la personnalité de chacun et apprendre à dialoguer. La vie de famille demeure tout de même plus facile.

Toutefois, en centre d'hébergement, j'ai appris à vivre en communauté et à m'adapter. Pour y arriver, j'échange avec le personnel et les résidents et je participe aux activités. J'ai également accès à diverses ressources. Finalement, la vie en centre d'hébergement me permet de mieux connaître mes besoins et de m'épanouir. ■

# De retour chez lui après deux ans d'absence

**Marie-Claire Chalifour**, chef d'unités de vie au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec

Je trouvais essentiel d'écrire un article pour démontrer tout le travail effectué afin de permettre à un résident longuement hospitalisé au CHUL de revenir dans son milieu de vie, soit le Centre d'hébergement Hôpital général de Québec. Pour les membres des équipes avec qui je travaille, il était capital de tout mettre en œuvre pour rendre ce retour possible.

Voici l'histoire de ce résident.

Normand Labrecque a eu un grave accident de la route le 25 décembre 1982. Il avait 24 ans. À la suite de cet accident, il a dû subir de nombreuses opérations. Après plusieurs années, sa santé est devenue plus précaire. Comme il ne pouvait plus rester chez lui, une demande d'admission en centre d'hébergement a été faite. Il est arrivé au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec le 10 octobre 2009.

M. Labrecque s'est fait opérer à plusieurs reprises durant ses années en centre d'hébergement. Il a notamment subi une jéjunostomie<sup>1</sup>. Toutefois, au bout d'un certain temps, le recours à ce moyen d'alimentation n'a plus été possible. Une hyperalimentation intraveineuse a donc été nécessaire pour la survie de M. Labrecque. Il a alors été hospitalisé au CHUL le 10 octobre 2014. L'hyperalimentation intraveineuse comporte plusieurs aspects techniques et stériles.

Il semblait donc impensable pour le centre d'hébergement de permettre à M. Labrecque d'y revenir. Durant son séjour au CHUL, qui a duré près de deux ans, plusieurs tentatives d'opérations ont eu lieu pour remplacer l'alimentation intraveineuse par une autre solution, mais aucune n'a eu le résultat escompté.

Après plusieurs réflexions et rencontres avec mes collaborateurs, chefs d'activités de vie, professionnels, médecin, pharmacien, travailleuse sociale, assistante du supérieur immédiat, infirmières chefs d'équipe des quarts de jour, de soir et de nuit, autres membres du personnel et tout l'appui de l'adjointe à la Direction du programme Soutien à l'autonomie des personnes âgées, nous nous sommes engagés à tout mettre en place afin que M. Labrecque revienne dans son milieu de vie, comme il le demandait, et ce, malgré tout l'aspect technique que cela représentait. J'ai donc entrepris les démarches nécessaires avec la collaboration de mon assistante.

Sans la forte mobilisation du personnel, la précieuse collaboration et la présence de Marie-France Gaudreault, infirmière en hyperalimentation intraveineuse à l'Hôtel-Dieu de Québec, et le travail rigoureux, minutieux et professionnel de France Brunet, assistante du supérieur immédiat, et de l'infirmière chef d'équipe Samia Embareck, le retour de M. Labrecque au centre d'hébergement

<sup>1</sup> Une jéjunostomie est une chirurgie qui crée une ouverture dans l'intestin pour permettre à une personne de s'alimenter directement par voie digestive.

## LA COMMUNAUTÉ DES CENTRES D'HÉBERGEMENT



Mme France Brunet, M. Normand Labrecque et Mme Samia Embareck

n'aurait pas eu le même résultat. Nous avons eu plusieurs embûches à surmonter lors de cette préparation, et beaucoup d'ajustements ont dû être effectués avant de fixer la date de réadmission de M. Labrecque.

Depuis son retour au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec, le 13 juin 2016, M. Labrecque dit être « rempli de bonheur ». Il se sent comme chez lui dans ce milieu de vie, et c'est pour cette raison qu'il tenait à y revenir. Il a plusieurs amis au centre d'hébergement et parle beaucoup avec le personnel qu'il connaît depuis de nombreuses années. Depuis son retour, il participe à plusieurs

activités de loisirs, va magasiner au centre commercial Fleur de Lys et se promener au Vieux-Port. Il adore se balader sur le boulevard Langelier avec son fauteuil motorisé qui lui donne toute l'autonomie nécessaire à ses déplacements. Bref, il se dit heureux de son retour!

Je remercie encore une fois le personnel pour tout le travail et l'effort fournis afin de mettre en place tout ce qu'il fallait afin que M. Labrecque revienne. Je suis fière de ce travail d'équipe et je peux dire : mission accomplie ! M. Labrecque est de retour chez lui. ■

# Des noces d'ocre, un événement rare !

**Marcel Bergeron**, gendre de Yolande Sirois et de Vincent Tremblay

Natifs de Bergeronnes, Yolande Sirois et Vincent Tremblay sont nés respectivement le 4 décembre et le 1<sup>er</sup> juin 1925.

Le 17 juillet 1945, le curé Joseph Thibault les maria à l'église de Bergeronnes. Le couple s'installa dans une petite maison de cette paroisse. Leur histoire d'amour, qui dure depuis 71 ans, commençait.

Après huit ans de mariage, le couple déménage et s'installe avec leurs trois enfants à Saint-Luc-de-Laval (Forestville). Le 13 avril 1953, un vendredi 13, Vincent, qui est mécanicien, ouvre son garage sur la Route 15. À cette époque, sur cette longue partie de la Route 15, devenue aujourd'hui la Route 138, se trouvaient seulement cinq ou six maisons. Il n'y avait pas d'eau potable, pas d'égouts, pas d'électricité.

De 1953 à 1956, tout en travaillant comme mécanicien pour son entreprise, Vincent automobile enr., M. Tremblay fait construire un garage à deux portes. En 1957, il agrandit son garage pour vendre différentes marques d'auto achetées à Québec. Son entreprise porte désormais le nom de Vincent Tremblay Ltée. En 1959, il obtient sa première concession automobile de Volkswagen. En 1970, il ouvre une succursale à Baie-Comeau pour la vente de véhicules Datsun. Il devient ainsi le premier concessionnaire d'automobiles japonaises au Québec. M. Tremblay a, par la suite, exploité plusieurs autres concessions telles



que Chrysler, Morris Wolseley, Peugeot, Renault, Rambler, Moto-Ski, Sea-Doo et Ski-Doo Bombardier, et Terra Jet. L'entreprise florissante du couple Sirois Tremblay a été un exemple, dont les résidents de la Côte-Nord sont fiers. Le courage et le travail acharné de M. et de Mme Tremblay ont fait d'un vendredi 13 un véritable jour de chance.



## LA COMMUNAUTÉ DES CENTRES D'HÉBERGEMENT

En plus d'être vice-présidente de leur entreprise, Mme Sirois s'occupe de la maison, de l'éducation de leurs six enfants et de leurs études. Pour se détendre, elle se rend à Québec faire les boutiques. De son côté, M. Tremblay, grand amant de la nature, de la chasse et de la pêche, a pu accrocher plusieurs trophées aux murs de sa maison.

Le Garage Vincent Tremblay Ltée a fermé ses portes le 31 octobre 1981. M. Tremblay a loué le bâtiment à Hydro-Québec jusqu'en 1997 pour le vendre ensuite à la Société coopérative agricole de Sacré-Cœur-Saguenay, membre de la Coopérative d'approvisionnement de La Haute-Côte-Nord.

M. Tremblay a également été maire de Saint-Luc-de-Laval de 1963 à 1971. Créée en 1950, cette municipalité a été fusionnée à Forestville en 1980. Au cours du mandat de M. Tremblay, de nombreux projets se sont concrétisés, contribuant ainsi au développement de la région.

Mme Sirois et M. Tremblay se sont aussi engagés bénévolement et ont été membres fondateurs du Club Richelieu Forestville. M. Tremblay a aussi été membre des Chevaliers de Colomb du Quatrième Degré.

En 1984, le couple déménage à Sainte-Foy afin de profiter de leur retraite bien méritée. Ils partagent leurs jours entre leur maison de Fort Lauderdale, en Floride, et celle de l'avenue Lavigerie, à Sainte-Foy. Leurs

enfants, Gaétan, Francine, Johanne, Michel, Sylvain et Martine, leur ont donné quatorze petits-enfants et sept arrière-petits-enfants.

Du haut de leurs 91 ans, ils ont plaisir à évoquer leurs beaux souvenirs. Grâce à leur mémoire surprenante, d'une valeur indéniable, ils nous racontent plusieurs anecdotes relatives à leur enfance et à leurs vies familiale et professionnelle, que chacun apprécie et écoute avec un très grand respect.

Aujourd'hui, après 71 ans de mariage, ils habitent toujours ensemble dans un condominium, sur l'avenue des Compagnons, à Sainte-Foy. Yolande n'a pas changé : elle aime toujours magasiner. De son côté, Vincent fait les commissions avec son triporteur électrique et fréquente, chaque semaine, le Centre de jour de Sainte-Foy-Sillery. Comme il se plait à le dire, le mercredi, c'est sa journée de congé.

Félicitations pour vos noces d'ocre et bonne santé à vous deux ! ■

# Une centenaire à la tête de cinq générations

Denise Beaulieu Lajoie, fille de  
**Simone Lagueux**, résidente du Centre  
d'hébergement Christ-Roi

Le 22 juillet dernier, nous avons souligné en grand le 100<sup>e</sup> anniversaire de ma mère, Simone Lagueux, au Centre d'hébergement Christ-Roi où elle réside depuis le 31 août 2009, accompagnée d'une équipe formidable.

Pour cette occasion très spéciale, j'ai organisé, avec la collaboration de ma fille, une grande fête qui s'est déroulée, sous un soleil radieux, dans les jardins du centre d'hébergement. Ma mère était entourée de toute sa famille, enfants et petits-enfants jusqu'à la 5<sup>e</sup> génération, de neveux, de nièces et d'amis.

Une aquarelle a été réalisée par ma belle-sœur Monique pour illustrer le chemin de vie parcouru par maman et j'ai composé un texte résumant son voyage à travers le temps. Le voici.

## **Simone**

Que de chemins parcourus au cours de ces 100 années!  
Un siècle de vie, c'est quelque chose, tout de même !

Tant de découvertes dont tu as été témoin au fil du temps, de la chandelle pour s'éclairer à la lampe à l'huile, jusqu'à l'électricité. Tu as été témoin de l'évolution du monde, du télégraphe au téléphone, jusqu'au cellulaire. Et que dire de la radio, de la télévision en noir et blanc jusqu'à celle en couleurs et même à écran plat, sans oublier l'ordinateur. Tu as vécu la révolution du transport, des médias d'information, de l'électronique et j'en passe.



Mme Lagueux a reçu en  
cadeau une aquarelle peinte  
par sa belle-fille Monique



## LA COMMUNAUTÉ DES CENTRES D'HÉBERGEMENT

Que d'années écoulées (100 ans), de saisons (400 saisons), de mois (1 200 mois), de semaines (5 200 semaines), de jours (36 425 jours), d'heures (6 115 800 heures), de secondes (22 016 910 000 secondes) ! Impressionnant, n'est-ce pas ?

Ta route a été semée, année après année, de joies, de peines, d'émerveillement, de déceptions, de découvertes, d'aventures, de sourires, de rires, de larmes, de défis, de créativité, de travail, de générosité, d'amour et d'amitié.

Bien sûr, il y a eu des hauts et des bas, mais la femme forte que tu es a su braver, mois

après mois, toutes les tempêtes, et la femme de cœur, quant à elle, a su profiter des beaux moments au fil du temps.

Tu as toujours, semaine après semaine, donné la priorité au bien-être de ta famille souvent au détriment du tien. Que de sacrifices, de dévouement, d'amour tu as su faire preuve au fil des jours.

Aujourd'hui, pour nous tous, c'est l'heure de te souhaiter un bon 100<sup>e</sup> anniversaire et, sans perdre une seule précieuse seconde, de te dire merci de nous permettre de souligner cet événement exceptionnel avec toi. ■

Mme Lagueux entourée de sa famille



# Des anges gardiens bien incarnés

Lettre à tout le personnel du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec

---

Nous nous souvenons de ce jour d'hiver où nous avons dû nous résigner à passer le flambeau et à devenir, pour Monique, une famille accompagnatrice davantage qu'une famille soignante. Pour ce faire, nous avons choisi le Centre d'hébergement Hôpital général de Québec. On en disait du bien. Mais nous étions inquiets. Les institutions pour personnes âgées en perte d'autonomie étant débordées, allait-on parvenir à offrir les soins médicaux requis par Monique et à la combler d'attentions pour répondre à tous ses besoins quotidiens et veiller à son bien-être ? Eh bien, oui !

Nous avons vu une véritable armée de petits anges protecteurs et dévoués s'affairer avec compétence et compassion dans un contexte de rareté des ressources et de chambardement des structures d'un système de santé souvent jugé déficient. Jour après jour, nous les avons vus se dépenser sans relâche avec attention, patience, douceur et savoir-faire pour assurer les soins quotidiens et préserver la dignité de Monique et de tous les autres résidents, et réussir à tout faire en même temps.

Nous seulement vous avez choyé Monique, mais aussi tous les membres de notre famille. Vous vous êtes montrés attentifs et compatissants pour nos inquiétudes, nos questionnements et nos incertitudes. Vous nous avez rassurés quand nous en avons besoin. Vous avez respecté nos choix éthiques

quant à notre conception de la dignité à laquelle Monique avait droit.

Personne n'ignore qu'il s'agit d'une lourde tâche. Comme faire autant avec si peu ? Cela ne tient-il pas du miracle ? Il y a longtemps, on m'a enseigné que nous étions accompagnés d'un ange gardien pour veiller sur nous, particulièrement sur les plus démunis d'entre nous. Des anges gardiens bien incarnés. Nous avons eu le privilège de les voir à l'œuvre ces dernières années, au Centre d'hébergement Hôpital général de Québec. Pour peu, on aurait cru qu'ils avaient des ailes !

Les mots parviennent mal à traduire toute notre admiration et à exprimer nos plus sincères remerciements pour un tel dévouement. Nous avons puisé, dans ce dévouement exceptionnel du personnel, réconfort, sérénité et chaleur humaine qui n'ont pas de prix pour les familles confrontées à la maladie de leurs êtres chers.

À tous et à toutes, merci de tout cœur !

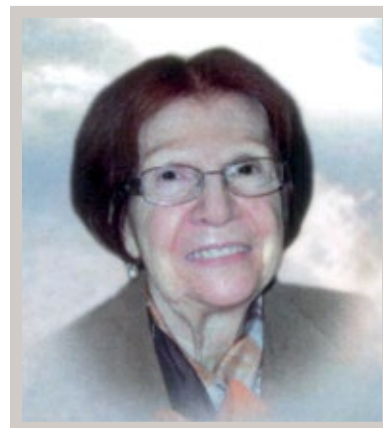
*Serge-André Lemaire,  
pour la famille St-Jean Lemaire*

Tout le personnel du Centre d'hébergement Hôpital général de Québec, particulièrement celui de l'Unité de vie 450, tient à remercier la famille St-Jean Lemaire pour ce beau témoignage. ■

# Une lourde tâche faite avec humanité

Lettre à tout le personnel du Centre d'hébergement Notre-Dame-de-Lourdes

---



Chères vous toutes, chers vous tous,

Entourée d'amour, de paix et de ses proches, ma mère, Denise Tétreault, nous a quittés tout doucement pour s'en aller vers la Lumière, le 16 juillet 2016.

Elle a eu le privilège, pendant deux ans, de recevoir vos soins et de bénéficier de votre gentillesse, de votre empathie et de vos compétences. De même, vous m'avez appuyée, conseillée et consolée à maintes reprises. En me soutenant, vous m'aidiez également à accompagner maman tout au long du chemin douloureux de la démence.

On parle beaucoup des centres d'hébergement et, malheureusement, on entend souvent parler de ce qui n'y fonctionne pas. Mais mon expérience avec vous et avec toutes les autres personnes du Centre d'hébergement Notre-Dame-de-Lourdes avec lesquelles j'ai été en contact m'a démontré hors de tout doute à quel point votre tâche, bien que lourde, est effectuée avec humanité et professionnalisme.

Ma mère n'était pas sa maladie. J'aimerais que l'on se souvienne d'elle dans la splendeur de son être vivant, que vous n'avez pas eu la chance de côtoyer. Denise avec sa

flamboyante chevelure auburn où le soleil venait se mirer; Denise qui aimait son époux André car, disait-elle, il s'appelait André et avait une moustache; Denise la reine du Scrabble; Denise qui a fait la généalogie de plus d'une centaine de familles; Denise qui voyait la vie en vert et en jaune orange et qui aimait les pêches et les fraises; Denise qui a aimé sa fille unique, Suzanne, plus que tout au monde. Ma mère était tout, sauf sa maladie.

Maintenant, elle est au-delà de la souffrance et m'a laissé en adoption une poupée qui a reçu des milliers de câlins et de bisous. N'ayez crainte, j'en prendrai grand soin.

Les mots sont peu de choses pour vous exprimer toute ma reconnaissance.

Quelle que soit votre tâche, quel que soit votre quart de travail, je souhaite de tout cœur que vous vous sentiez personnellement remerciés.

*Suzanne Dumont*

## Centenaire, qui dit mieux ?

Il n'y a pas si longtemps, devenir centenaire tenait de l'exploit, du prodige même, et suscitait l'admiration. Bien que les centenaires soient plus nombreux aujourd'hui, il n'en reste pas moins que leur longévité est exceptionnelle.

*Le Causeur* tient à offrir ses meilleurs vœux à tous les centenaires qui ont célébré leur anniversaire au cours des derniers mois.

Veillez prendre note que ces informations nous ont été transmises en date du 2 novembre 2016.

Âge	Nom	Date de naissance	Centre d'hébergement
100 ans	<b>M. Benoit Royer</b>	14 décembre 1916	Le Faubourg
100 ans	<b>Mme Stella Boudreau</b>	8 octobre 1916	Christ-Roi
100 ans	<b>Mme Hélène Samson</b>	31 juillet 1916	Notre-Dame-de-Lourdes
100 ans	<b>Mme Simone Lagueux</b>	22 juillet 1916	Christ-Roi
101 ans	<b>Mme Marguerite Ross</b>	29 novembre 1915	Saint-Antoine
101 ans	<b>Mme Thérèse Poitras</b>	2 novembre 1915	Hôpital général de Québec
102 ans	<b>Mme Éveline Vizien</b>	7 octobre 1914	Le Faubourg
102 ans	<b>Mme Jeanne Loiseau</b>	14 juillet 1914	Sacré-Cœur
104 ans	<b>Mme Aurore Renaud</b>	3 octobre 1912	Saint-Antoine

## Les Petits Frères de Québec

**Véronique Houle**, coordonnatrice à l'action aux Petits Frères de Québec

Présents dans la Capitale-Nationale depuis 30 ans, les Petits Frères offrent un accompagnement à des personnes seules de plus de 75 ans, et ce, jusqu'à la fin de leur vie.

Aujourd'hui, plus de 30 personnes vivant en centre d'hébergement dans les arrondissements de La Cité-Limoilou et des Rivières sont visitées régulièrement par une équipe de bénévoles engagés. Fidèles à la philosophie des Petits Frères, ces bénévoles apportent un peu de joie et beaucoup d'amour à des personnes qui ne reçoivent pas de visite et qui sont isolées.

Les personnes que les bénévoles visitent ont été longtemps actives dans leur communauté. Que ce soit comme infirmière, préposé aux bénéficiaires, commis au gouvernement ou ouvrier sur les chemins de fer, ces personnes ont façonné la société d'aujourd'hui. Plusieurs ont fait également beaucoup de bénévolat, dont une particulièrement auprès des jeunes. Il est donc primordial pour nous de pouvoir leur redonner ce qu'elles ont offert à d'autres.

Certains ont tendance à penser : « Mais pourquoi visiter des personnes qui vivent entourées d'un personnel dévoué qui veille à leur confort, qui les nourrit et assure leurs besoins de base ? » Parce que les Petits Frères considèrent, à l'instar de leur fondateur, Armand Marquiset, que si le nécessaire est

utile, le superflu, lui, est indispensable ; que chaque être humain est unique et important et que, si le corps a ses besoins, le cœur a, lui aussi, les siens. C'est là que les Petits Frères entrent en scène.

Le cœur rempli d'amour, les bénévoles sont toujours à la recherche d'idées nouvelles pour changer la monotonie du quotidien en un jour plein de soleil et de tendresse. Ils offrent des visites régulières ou mensuelles, agrémentées parfois de petites douceurs. Par leur accompagnement, ils permettent aussi de belles sorties « en famille » pour que les résidents puissent se remplir le cœur de nouveaux souvenirs. Les veilles et jours de fête, comme Noël et Pâques, sont des moments forts pour partager un bon repas fait maison, manger du chocolat, ouvrir des cadeaux et, peut-être, voir arriver quelques musiciens heureux de constater le bienfait de leur présence. Les Petits Frères sont là également pour tenir la main de ces résidents lors d'hospitalisations et en fin de vie.

Si les bénévoles apportent beaucoup à ces aînés, ils vous diront tous qu'ils reçoivent encore plus : des regards espiègles qui ont retrouvé leur jeunesse, des sourires qui illuminent le visage de personnes qui n'avaient plus d'attentes, des confidences pleines de



confiance et, surtout, de l'amour à profusion. Quand un Vieil Ami (c'est ainsi que les Petits Frères appellent affectueusement les personnes qu'ils accompagnent) dit à un Petit Frère : « Vous êtes mon ange », ce bénévole peut-il recevoir plus beau compliment ?

La vie ne vaut-elle pas la peine d'être dégustée jusqu'à la fin ? Les Petits Frères y croient et seront toujours là pour améliorer la vie de personnes âgées qui ont l'impression que

la société les a oubliées, et elles sont encore trop nombreuses. Voilà pourquoi les Petits Frères se veulent de plus en plus présents et apprécient la collaboration du personnel de tous les établissements qui prend le temps de leur signaler les personnes qui pourraient, grâce à eux, retrouver une famille aimante pour toute la vie. Nous sommes heureux et fiers de faire partie de la grande communauté des centres d'hébergement ! ■

## Liratoutâge

**Godelieve De Koninck**, fondatrice de Liratoutâge

Jules Renard, un auteur français du 19<sup>e</sup> siècle, disait : *Quand je pense à tous ces livres qu'il me reste à lire, j'ai la certitude d'être encore heureux*. Donc, pourquoi ne pas faire profiter le plus grand nombre de personnes possible de ce bonheur ? Tous ceux pour qui lire est devenu plus difficile ne devraient-ils pas avoir accès quand même à ce plaisir ? N'oublions pas que la lecture est une activité privilégiée qui permet de rester en contact avec le monde qui nous entoure, d'être au courant de ce qui se passe chez nous et ailleurs, de rêver, d'apprendre, d'échanger, de rire et quoi d'autre ? Il s'agit d'une activité intellectuelle sans aucune frontière.

Liratoutâge est un projet qui propose des périodes de lecture hebdomadaires. Les lectures se font par un ou une bénévole à des groupes plus ou moins grands. Ce qui est lu est choisi selon l'intérêt des participants

et peut être ajusté, puisque notre premier objectif est de faire passer de bons moments aux intéressés. Il peut s'agir d'articles de journaux ou de revues, de courts romans, de légendes, de biographies, de carnets de voyage, de poèmes, etc. Ainsi, une fois par semaine, dans les centres d'hébergement intéressés par ce service complètement bénévole, une personne partage, avec les participants, les lectures choisies.

Si ce projet vous intéresse, informez-vous sans tarder auprès des intervenants du Programme des activités de vie et de bénévolat de votre centre d'hébergement. Ce projet, démarré il y a huit ans, compte maintenant une vingtaine de bénévoles qui se rendent dans 24 centres d'hébergement pour faire vivre à ceux et à celles qui le désirent des heures de plaisir. ■



## La Bibliothèque de Québec raconte des histoires

Des employées de la Bibliothèque de Québec viennent parler de leurs coups de cœur de lecture et en lire des extraits au Centre d'hébergement Notre-Dame-de-Lourdes. Écoutons-les raconter leur expérience.

Une séance de lecture au Centre d'hébergement Notre-Dame-de-Lourdes implique plusieurs jours de préparation. Je dois réfléchir d'abord à ce que j'ai envie de raconter. Les lectures que je choisis sont d'abord des coups de cœur pour moi. J'ai envie, bien sûr, de distraire les résidents, mais aussi de leur apporter un peu de joie en leur faisant découvrir certains livres.

Ma collègue Nathalie et moi avons été chaleureusement accueillies par tout le personnel lors de chaque visite. Je me suis toujours sentie en confiance et bien encadrée par les membres du personnel. Grâce à cette supervision, j'ai pu me consacrer au plus important : faire la lecture aux résidents. Ce fut un plaisir et une énorme gratification pour moi de voir la joie dans leurs yeux. Je suis repartie, chaque fois, avec la conviction que j'avais apporté un peu de bonheur aux résidents. Pour moi, la lecture permet d'apprendre mais, surtout, de s'évader dans l'imaginaire.

N'hésitez jamais à lire ou à vous faire lire des histoires. Fermez vos yeux et imaginez le décor et les personnages. Toute histoire est bonne à lire ou à écouter.

*Geneviève Frédérick*

J'ai adoré partager, avec des résidents, ma passion des livres jeunesse. Je souhaitais démontrer, à ces personnes attachantes, que les livres jeunesse sont magiques, qu'ils n'ont pas d'âge. Ils nourrissent notre imaginaire, nous font sourire et rêver. Grâce à eux, les frontières n'existent plus. Leurs couleurs et leurs illustrations sont magnifiques et permettent d'apprécier une autre forme d'art. Ces livres ne s'adressent pas seulement aux enfants ; au contraire, ils s'adressent à une parcelle du cœur qui ne meurt jamais.

J'ai voulu donner aux résidents l'impression d'une brise fraîche et leur laisser un doux parfum de pensée. Ce fut pour moi une grande expérience qui m'a donné beaucoup et fait grandir sur le plan humain. J'ai senti que Geneviève et moi procurions de beaux moments aux résidents qui vivaient une expérience nouvelle et enrichissante.

Pour moi, les livres sont nécessaires à la vie et, peu importe la situation, ils se doivent de nous accompagner à jamais.

*Nathalie Cardinal*

# Le Tourne-Sol, un endroit à découvrir!

**Nadine Dufault**, technicienne en loisirs au Centre d'hébergement Sacré-Cœur

---

En 2015, un lien s'est créé entre le Centre d'hébergement Sacré-Cœur et le jardin communautaire Le Tourne-Sol, situé tout près. Un des responsables du jardin communautaire a communiqué avec le service des loisirs afin d'offrir des visites guidées du jardin aux résidents.

Par conséquent, durant la belle saison, l'accompagnatrice d'été aux loisirs se rend au jardin communautaire avec un résident différent à chacune des visites. Ils sont guidés par un membre du jardin communautaire qui leur fait visiter les lieux. Cette promenade d'environ 30 minutes permet au résident d'admirer les fleurs, les plantes et les légumes du moment. Les participants intéressés peuvent même se rendre jusqu'à l'étang, un secret bien gardé du jardin. Cette activité en nature rappelle de beaux souvenirs aux résidents visiteurs, puisque plusieurs ont déjà eu un potager ou un jardin à la maison.

À l'été 2016, le jardin communautaire Le Tourne-Sol a démarré un autre beau projet pour agrémenter le milieu de vie du Centre d'hébergement Sacré-Cœur. En effet, des bouquets de fleurs provenant du jardin nous ont été régulièrement offerts afin de mettre un peu de couleurs dans les deux unités de vie. Le projet a été rendu possible grâce à deux membres du jardin qui ont pris le temps de sélectionner les fleurs et de créer ces bouquets qui étaient directement livrés au centre d'hébergement.

Je tiens à remercier les différentes personnes qui se sont impliquées dans ce projet de partenariat entre le jardin communautaire Le Tourne-Sol et le Centre d'hébergement Sacré-Cœur. J'espère que ce partenariat se poursuivra et fera d'autres heureux! ■



# Jardiner au Centre d'hébergement Le Faubourg!

L'idée d'un jardin au Centre d'hébergement Le Faubourg est née du désir de jardiner de résidents du quartier Saint-Jean-Baptiste, qui cherchaient des endroits pour ce faire. Ce projet était aussi l'occasion idéale pour les aînés de ce centre d'hébergement d'être en interaction avec d'autres citoyens et de sentir partie prenante de la communauté.

Le CIUSSS de la Capitale-Nationale est fier de cette réalisation! Il souhaite d'ailleurs favoriser l'engagement des citoyens auprès des aînés, leur donner le goût de se rapprocher d'eux et de contribuer à leur bien-être.

Ce projet a été possible grâce à un don de 10 000 \$ de la Fondation santé et services sociaux de la Vieille-Capitale, qui a permis de construire les bacs et de fournir les outils aux jardiniers.

Ce jardin permet un rapprochement inter-générationnel et fait mieux connaître les milieux de vie pour aînés à la population.

Félicitations et merci à Isabelle Côté, organisatrice communautaire; à France Falardeau,



directrice adjointe au programme Soutien à l'autonomie des personnes âgées; à Julie Gilbert, conseillère cadre au programme Soutien à l'autonomie des personnes âgées; à Mike Martin, responsable du Centre d'hébergement Le Faubourg; et à Annie Ouellet des relations médias.

Le 2 août dernier, le CIUSSS de la Capitale-Nationale a présenté le jardin collectif du Centre d'hébergement Le Faubourg aux journalistes. Si vous désirez voir quelques images et reportages, visitez la page Facebook du CIUSSS! ■

# Contre l'intimidation envers les aînés

Isabelle Brûlé, coordonnatrice du Centre de jour Notre-Dame-de-Lourdes

Le problème de l'intimidation, mieux connu en milieu scolaire, est aussi un phénomène présent chez les aînés vivant dans les milieux de vie collectifs ou les fréquentant, bien que ce phénomène y soit peu reconnu et parfois toléré par manque de stratégies d'intervention. La nouvelle trousse d'animation, *L'intimidation, c'est délicat*, vient en partie pallier ce manque.

Cette trousse a été lancée en juin dernier, au Centre de jour Notre-Dame-de-Lourdes, dans le cadre de la Journée internationale pour contrer la maltraitance des aînés. La réalisation de cette trousse a été rendue possible grâce au soutien financier de la Fondation santé et services sociaux de la Vieille-Capitale. Sa conception est le fruit de la collaboration d'étudiantes en techniques d'éducation spécialisée du Collège Mérici, sous la supervision de Chantal Chamberland, technicienne en éducation spécialisée au centre de jour.

La trousse comprend une douzaine d'activités d'animation de groupe. Son objectif consiste à sensibiliser les aînés à l'intimidation, à reconnaître et à prévenir les situations d'intimidation et à apporter du soutien aux intervenants pour contrer ou désamorcer ces situations. À la suite de la première expérimentation de la trousse, des retombées positives furent observées chez les usagers du centre de jour. Certaines activités demeurent à parfaire, mais elles permettent déjà d'atteindre l'objectif de la trousse d'animation.

Ce projet novateur s'inscrit en complémentarité avec la vidéo de sensibilisation sur le sujet, *Une grande différence*, réalisée par l'Association québécoise de défense des droits des personnes retraitées et préretraitées (AQDR) de Lévis. ■



## Le bracelet jaune

Catherine Lefebvre et Julie Poirier, nutritionnistes

**N**ous mangeons et buvons plusieurs fois par jour, sans jamais penser à l'acte vital qu'est la déglutition (le fait d'avaler), jusqu'à ce que les choses n'aillent pas comme elles le devraient.

Chez les résidents, la présence d'atteintes physiques et cognitives augmente significativement le risque de présenter ou de développer une dysphagie, soit la difficulté à manger et à avaler. Ce problème de santé doit être décelé rapidement pour éviter des conséquences désastreuses telles que la pneumonie d'aspiration, la dénutrition, la détérioration de la fonction respiratoire, l'anxiété associée aux repas, l'isolement social et la diminution de la qualité de vie.

Pour faire face à ce problème croissant, le CIUSSS de la Capitale-Nationale a conçu un programme interdisciplinaire de dépistage de la dysphagie et d'évaluation et de suivi des résidents qui en sont atteints. L'identification, à l'aide d'un bracelet jaune, des résidents les plus susceptibles de s'étouffer est une recommandation de ce programme.

Le port du bracelet jaune est indiqué pour :

- Les résidents dont les aliments doivent être en purée et les liquides, épaissis, et qui sont incapables de s'identifier et d'exprimer leurs difficultés lorsqu'ils mangent ou boivent ;

Ou

- Les résidents qui présentent, selon l'évaluation des professionnels concernés, un ou des comportements susceptibles d'entraîner un étouffement :
  - Manger à un rythme anormalement rapide ;
  - Prendre de grosses bouchées ou gorgées ;
  - Avaler sans mastiquer ou avoir des problèmes importants de mastication ;
  - Manger des objets non comestibles ;
  - Manger les aliments du plateau des autres résidents (dans le cas d'un usager dysphagique) ;
  - Cracher régulièrement ses aliments.

Des formations, sous forme d'entretiens ou de rencontres, sont également offertes au personnel, aux bénévoles et aux stagiaires afin que la dysphagie soit mieux comprise, donc mieux repérée.

Si vous désirez offrir un aliment à un résident qui porte un bracelet jaune, vérifiez auprès de l'infirmière, de la nutritionniste ou d'un autre intervenant concerné, si cet aliment lui convient afin d'assurer sa sécurité. ■

## ICI POUR AIDER

### Notre mission est de :

- Contribuer à améliorer la santé et la qualité de vie des aînés ;
- Soutenir des services d'intégration sociale aux nouveaux arrivants et à d'autres personnes vulnérables ;
- Appuyer des organismes communautaires et des projets d'innovation sociale ;
- Aider au financement de projets de recherche.

[fondationdelavieillecapitale.org](http://fondationdelavieillecapitale.org)  
418 691.0766

 [facebook.com/fondationsanteservicessociauxdelavieillecapitale](https://facebook.com/fondationsanteservicessociauxdelavieillecapitale)

## Spectacle **Amour Humour** au bénéfice des aînés

**Denis Dorval**, directeur général de la Fondation santé et services sociaux de la Vieille-Capitale


Le spectacle Amour Humour réunit, chaque année, au théâtre Capitol, plus de 850 personnes provenant du milieu des affaires et du réseau de la santé. Cette année, cette activité de financement de la Fondation santé et services sociaux de la Vieille-Capitale aura lieu le mercredi 8 février 2017.

La Fondation accueille avec grand plaisir, pour la partie Amour, **Kim Richardson**, accompagnée de ses musiciens. Mme Richardson vous transportera dans son monde musical, pimenté de notes de jazz, de blues, de soul, de rock et de rhythm and blues. Lors de la partie Humour, **Stéphane Rousseau**, humoriste

aux multiples talents, révélera sa polyvalence à l'américaine, se dévoilera à l'européenne et vous charmera à la québécoise.

Les bénéfices de cet événement, obtenus grâce à votre générosité, contribueront à l'amélioration de la qualité de vie, de l'environnement et des soins offerts aux aînés en perte d'autonomie, hébergés ou vivant à domicile.

Billets à partir de 30 \$ pour le spectacle.

Pour plus d'information ou pour l'achat de billets, communiquer avec la Fondation au 418 691-0766 ou au [www.fondationdelavieillecapitale.org](http://www.fondationdelavieillecapitale.org). 

**AMÉLIORER  
LA QUALITÉ  
DES SERVICES:**

**NOTRE  
PRÉOCCUPATION  
CONSTANTE!**

**Porter plainte,  
c'est poser un geste constructif.**

**Vous êtes insatisfait  
des soins ou des services  
offerts dans le réseau  
de la santé et des services  
sociaux ou vous pensez  
que vos droits n'ont pas  
été respectés?**

**Vous pouvez porter plainte  
à la commissaire aux plaintes  
et à la qualité des services.**

**Vous avez besoin d'aide  
pour formuler votre plainte  
ou vous souhaitez être  
accompagné dans vos  
démarches?**

**Plusieurs possibilités s'offrent à vous :**

- Le Centre d'assistance et d'accompagnement aux plaintes (CAAP) de votre région (1 877 767-2227)
- Le comité des usagers de l'établissement
- La commissaire aux plaintes et à la qualité des services

**Vous pouvez joindre la commissaire aux plaintes et à la qualité des services du Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux (CIUSSS) de la Capitale-Nationale :**

Par téléphone : **418 691-0762** ou, sans frais, **1 844 691-0762**

Par télécopieur : **418 643-1611**

Par courriel : **commissaire.plainte.ciusscn@ssss.gouv.qc.ca**

Par la poste : **Commissariat aux plaintes et à la qualité des services**

Centre administratif  
CIUSSS de la Capitale-Nationale  
2915, avenue du Bourg-Royal, bureau 3005.1  
Québec (Québec) G1C 3S2

**Pour les plaintes écrites, un formulaire est disponible à :**  
**ciuss-capitalenationale.gouv.qc.ca**

## **Nous avons besoin de vous!**

Résidents, proches, bénévoles ou employés, vous aimeriez faire partie des collaborateurs du journal *Le Causeur*? Vous avez le goût d'écrire un article? Si l'expérience vous tente, joignez-nous au 418 781-2263, poste 1093.

## **Vous aimez lire *Le Causeur*?**

Dès sa parution, des exemplaires de ce journal sont disponibles à la réception de votre centre d'hébergement. N'hésitez pas à le demander à la réceptionniste. Bonne lecture!

Vous avez des commentaires, des suggestions à nous faire? Une opinion à donner? Des articles à publier? Une adresse à modifier? Écrivez-nous ou téléphonez-nous :

## ***Le Causeur***

Dominique Ekker  
Service des communications  
2915, avenue du Bourg-Royal  
Québec (Québec) G1C 3S2

Téléphone : 418 781-2263, poste 1093  
Courriel : dominique.ekker.ciusscn@ssss.gouv.qc.ca  
Site Web : [www.ciussc-capitalenationale.gouv.qc.ca](http://www.ciussc-capitalenationale.gouv.qc.ca)

---

*Le Causeur* est imprimé sur du papier Rolland Satin, fabriqué au Québec avec 100 % de fibres recyclées et de l'énergie biogaz et certifié FSC®.



## ***Le Causeur***

### **Le journal des centres d'hébergement :**

- **Christ-Roi**
- **De Limoilou**
- **Hôpital général  
de Québec**
- **Le Faubourg**
- **Louis-Hébert**
- **Notre-Dame-de-  
Lourdes**
- **Sacré-Cœur**
- **Saint-Antoine**