

Infolettre

Mercredi 16 mars 2022

Cette infolettre est envoyée tous les mercredis, par courriel, à l'ensemble du personnel du CIUSSS de la Capitale-Nationale.

DERNIÈRES NOUVELLES

Nomination de M. Guy Thibodeau à titre de PDG du CIUSSS

La présidente du conseil d'administration du CIUSSS de la Capitale-Nationale, Mme Monique Carrière, annonce **la nomination de M. Guy Thibodeau à titre de président-directeur général de l'établissement à compter du 1^{er} avril 2022.**

Titulaire d'une maîtrise en psychologie et d'une maîtrise en gestion et développement des organisations, **M. Thibodeau agit depuis 2015 à titre de président-directeur général adjoint du CIUSSS.** Il avait auparavant exercé les fonctions de directeur général du Centre de santé et de services sociaux de Charlevoix, de 2008 à 2012, et de président-directeur général de l'Agence de la santé et des services sociaux de la Capitale-Nationale, de 2012 à 2015.

Nous sommes convaincus que **sa nomination constitue un atout pour notre organisation** et nous l'assurons de notre entière confiance dans l'exercice du rôle qui lui est confié!

Félicitations ! Pour plus de détails, consultez la [Zone CIUSSS](#) ou [notre site Web](#).





Défi Entreprises 2022 : actifs ensemble !

Vous êtes invités à participer au Défi Entreprises qui **aura lieu le 11 juin prochain** au parc de la Pointe-aux-Lièvres, **ou le 18 juin en événement virtuel**. Les choix d'épreuves sont :

- 5 ou 10 km de marche et/ou course;
- Yoga;
- Zumba;
- Cardio-fit.

Du 21 mars au 4 juin, **une planification de l'entraînement vous sera remise**, incluant des capsules vidéos et des conseils hebdomadaires.

Comment s'inscrire?

Le personnel bénéficie de **50 % de réduction sur les frais d'inscription**, en plus d'obtenir une trousse du participant, **en utilisant le code promotionnel : CIUSSSCapitaleNationale22**.

Le prix pour le forfait expérience est de 45\$, et de 30 \$ pour le forfait virtuel (plus taxes et frais de transaction). La date limite pour l'inscription avec tarif réduit est le 11 avril 2022.

Pour vous inscrire, visitez le site [Web Race Roster](#).

Pour plus d'information, consultez le [site Web du Défi Entreprises](#) et [visionnez cette vidéo](#).

Pour toute question : santemieuxetre.ciusscn@ssss.gouv.qc.ca.

Concours

« En cas d'urgence, seriez-vous prêt? »

Le CIUSSS de la Capitale-Nationale est en mode « Alerte » tout le mois de mars afin de **vous rappeler les mesures d'urgence à connaître.**

Pour encourager et favoriser l'apprentissage des différentes mesures, **nous vous invitons à participer au concours « En cas d'urgence, seriez-vous prêt? ».** Pour participer, il suffit de remplir un jeu-questionnaire.

Chaque employé qui remplit le questionnaire court la **chance de gagner l'un des 10 chèques-cadeaux de 100 \$ des Restos Plaisirs.** Le tirage aura lieu le mardi 22 mars 2022, à 16 h. Les noms des gagnants seront annoncés dans la prochaine infolettre.

Psitt! Des indices se cachent dans la [section Mesures d'urgence de la Zone CIUSSS.](#)

Je participe

AVIS

Pandémie COVID-19 : levée des mesures d'urgence

Considérant l'amélioration de la situation sanitaire et la levée graduelle des mesures, le ministère de la Santé et des Services sociaux a annoncé la semaine dernière **la fin prochaine de primes et de mesures temporaires accordées au personnel du réseau de la santé.**

Les équipes de la Direction des ressources humaines et des communications (DRHC) analysent présentement tous les détails de cette annonce. **Des informations plus complètes sur ces changements seront communiquées au cours des prochains jours.**



Mois de la nutrition 2022 **Une alimentation saine et durable**

Le Mois de la nutrition 2022 a pour thème « Les ingrédients d'un avenir plus sain ». **Nous pouvons tous opter pour une alimentation plus durable en adoptant des comportements sains**, notamment par la réduction du gaspillage alimentaire. Voici quelques conseils :

- **Utilisez les légumes défraîchis** en les intégrant dans une soupe, dans une sauce ou dans [cette délicieuse recette de frittata](#), par exemple ;
- Optez pour une meilleure gestion alimentaire. Congelez vos surplus et **planifiez vos dîners pour le travail avec vos restes de repas**;
- **Conservez vos aliments dans des conditions optimales**. Ajoutez un sachet réfrigérant dans la boîte à lunch, et rangez les restes rapidement au réfrigérateur en utilisant des contenants hermétiques.

[Découvrez ici](#) d'autres façons de réduire l'empreinte environnementale de votre alimentation, soit en mangeant selon votre appétit, en adoptant une saine alimentation ou en achetant des aliments locaux.

Bon pour vous. Bon pour la planète.



Équipe Télésanté SAD : dévouée au bien-être et à la santé des aînés

Lors des éclosions de COVID-19 en résidences privées pour aînés (RPA), la Direction du programme de soutien à l'autonomie des personnes âgées (DSAPA) offre **des conférences et ateliers visant à prévenir le déconditionnement physique, cognitif et social des résidents**. Ces conférences sont diffusées via le réseau de télévision connectée de la résidence. **Elles sont offertes par les professionnels de l'équipe Télésanté soutien à domicile (SAD), prévention du déconditionnement**. Les capsules d'informations portent notamment sur les thèmes du déconditionnement en général, les transferts et déplacements sécuritaires, l'alimentation et l'hydratation, le sommeil ainsi que la prévention des plaies. Des exercices physiques et cognitifs sont également enseignés.

Cette équipe est dévouée au bien-être, à la sécurité et la santé des aînés, et démontre que l'on peut innover pour répondre aux besoins des usagers et rejoindre un plus grand nombre de personnes souhaitant rester actives en contexte de pandémie.

[En savoir plus](#)

La santé publique, bien plus que la gestion de la pandémie

La **santé publique** a été au centre de l'actualité des deux dernières années en raison de la pandémie de COVID-19, mais elle **exerce une influence au quotidien lorsque le Québec ne vit pas une crise sanitaire. Son champ d'action touche tout ce qui détermine la santé de la population** : les habitudes de vie, la santé mentale, la santé à l'école, le développement des tout-petits, la santé des aînés, etc.

[Voyez ce reportage de TVA Nouvelles](#) sur le rôle de la santé publique en « temps normal ».



Rappel : la Zone CIUSSS est accessible à partir d'un ordinateur dans une installation du CIUSSS ou avec un jeton virtuel attribué dans le cadre de votre travail.

- [Menu spécial cabane à sucre pour les résidents](#)
- [Les Veilleurs : un sondage pour évaluer les stratégies de soutien mises en place](#)
- [Dialogues Vitam - Le rôle des médias dans la diffusion de l'information en santé, entre mythes et réalité \(22 mars\)](#)
- [Webinaire – Approche du patient intoxiqué par les antidépresseurs et antipsychotiques \(23 mars\)](#)
- [Conférence – Le participant au cœur de l'éthique de la recherche \(6 avril\)](#)
- [Conférence – Enjeux et repères éthiques en gestion du risque \(7 avril\)](#)
- [Date limite pour la saisie des statistiques dans I-CLSC \(SIC Plus\)](#)
- [Fiche synthèse - Régime d'examen des plaintes des usagers et situations de maltraitance](#)
- [Fiche synthèse - Évaluation des risques en matière de sécurité à domicile](#)

RESTEZ INFORMÉS !

Beaucoup de mythes et fausses informations circulent actuellement au sujet de la pandémie de la COVID-19. Il est important de bien connaître les faits et de consulter une source d'information fiable.

- Le site Web COVID-19 pour le personnel www.ciuSSSCN.ca/coronavirus-personnel est accessible de partout;
- Le ciuSSSCN.ca/coronavirus;
- Le quebec.ca/coronavirus;
- La page [Coronavirus \(COVID-19\)](#) du site Web du MSSS;
- www.facebook.com/CIUSSSCN.