

# Infolettre

Mercredi 8 février 2023

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

## DERNIÈRES NOUVELLES



### Dépenses liées au télétravail et déclarations des revenus 2022

Vous avez travaillé plus de 50 % du temps à partir de votre domicile pendant une période d'au moins quatre semaines consécutives en raison de la COVID-19? Vous pourriez avoir droit à des déductions en déclarant vos dépenses sur vos déclarations de revenus de 2022.

**Pour les demander, vous pouvez choisir l'une des deux méthodes de calcul suivantes :**

- La méthode simplifiée à taux fixe temporaire;
- La méthode détaillée.

Pour connaître les modalités applicables, déterminer la méthode la plus avantageuse pour votre situation et pour télécharger les formulaires, [consultez la Zone CIUSSS](#).

## Mieux vaut prévenir que mourir !

Dans le cadre de la 33<sup>e</sup> édition de la Semaine nationale de prévention du suicide, la Direction de santé publique du CIUSSS de la Capitale-Nationale vous invite à oser parler du suicide.

Malgré les craintes ou l'inconfort, parler de suicide et encourager les gens à demander de l'aide peuvent faire toute la différence.

Plusieurs ressources sont disponibles, que ce soit pour vous-même ou pour un proche. N'hésitez pas à partager l'information !

**Pour déceler les signes de détresse chez une personne et obtenir des conseils judicieux :**

- [oseparlerdusucide.com](http://oseparlerdusucide.com)
- [commentparlerdusucide.com](http://commentparlerdusucide.com)



**Pour obtenir des informations ou pour avoir de l'aide en tout temps :**

- [suicide.ca](http://suicide.ca)
- [Le Programme d'aide aux employés et à la famille](#) (1 800 361-2433)
- 1 866 APPELLE (1 866 277-3553)

Pour plus de détails, [consultez la Zone CIUSSS.](#)



## Êtes-vous des STARS du réseau de la santé ?

**Les prix Stars**, créés par la Caisse Desjardins du Réseau de la santé, visent à reconnaître l'implication des professionnels du réseau de la santé et des services sociaux en soulignant leurs initiatives auprès de leurs pairs et de la population.

Depuis cinq ans, des bourses d'une valeur totale de plus de 20 000 \$ sont versées aux récipiendaires afin de mettre en lumière des projets qui rejoignent les valeurs de Desjardins !

**Jusqu'au 1<sup>er</sup> mars 2023, soumettez votre candidature !**

Pour en savoir plus sur les critères de sélection, [consultez la Zone CIUSSS.](#)

# BONS COUPS

## Des SOM qui soutiennent les personnes en déficience visuelle dans leur réadaptation !

En cette semaine de la canne blanche, nous souhaitons souligner le travail essentiel, précieux et méconnu des spécialistes en orientation et mobilité (SOM) du CIUSSS de la Capitale-Nationale !

Cette belle brochette de passionnés fait bien plus que procurer des cannes blanches aux personnes qui ont une déficience visuelle. Ils travaillent l'ensemble des stratégies qui concernent l'orientation spatiale et les déplacements pour la clientèle.



Pour en savoir plus sur cette équipe de huit personnes, [visitez la plateforme Présent pour tous](#) et [suivez-nous sur les réseaux sociaux](#) !



## L'écriture et l'art culinaire pour renforcer les liens

Des activités inspirantes ont été organisées au Centre de réadaptation Le Gouvernail afin de permettre aux jeunes de prendre soin de leur santé mentale tout en solidifiant les liens qui les unissent avec leurs pairs et leurs intervenants.

Parmi elles, un concours d'écriture et une dégustation ont permis de mettre à l'honneur leur talent et leur créativité. [Écoutez l'œuvre « Le chemin de la lumière » interprétée par ces jeunes](#) !

Pour en savoir plus sur cette initiative, [consultez la Zone CIUSSS](#).

## Clinique Archimède : un modèle de soins novateur !

Découvrez le rapport de l'étude de [VITAM - Centre de recherche en santé durable](#) qui fait la lumière sur les avantages et les défis de la clinique Archimède du GMF St-Vallier.

Ce modèle novateur d'accès aux soins offre des services de santé de façon innovante, au plus grand bénéfice de l'utilisateur.

Pour tout savoir, [suivez-nous sur les médias sociaux](#) !

## DANS LES MÉDIAS



3

# ZONE CIUSSS EN BREF

**Rappel :** la Zone CIUSSS est accessible à partir d'un ordinateur dans une installation ou à partir d'un ordinateur fourni par le CIUSSS.

## Avis

- [Quels sont les différents programmes malveillants et comment s'en protéger ?](#)
- [Infolettre DSISP du 7 février 2023](#)
- [Maison de naissance de la Capitale-Nationale : arrivée de quatre sages-femmes dans Portneuf](#)
- [Le programme Triple P se déploie dans Charlevoix !](#)

## Formations, conférences et webinaires :

- [Midi-maillage - Décision partagée et soins aux personnes âgées](#)
- [Webinaire PERSBEH | Promouvoir la santé mentale et le bien-être des camionneurs : de l'autogestion aux interventions axées sur l'environnement de travail](#)
- [Pentathlon 2023](#)
- [3<sup>e</sup> colloque provincial en douleur chronique](#)
- [Défi Entreprises 2023](#)

## RESTEZ INFORMÉS !

Conçu spécialement pour le personnel du CIUSSS de la Capitale-Nationale et certains partenaires du réseau, le [ciussscn.ca/coronavirus-personnel](https://ciussscn.ca/coronavirus-personnel) rassemble toutes les informations importantes en lien avec la COVID-19 en milieu de travail.

Cette plateforme est accessible sur appareil mobile ou sur ordinateur en tout temps. Ajoutez dès maintenant cette adresse à vos favoris !

## Suivez-nous sur les médias sociaux !

