

## **BIEN AU COURANT – ÉTÉ 2015**

20 août 2015

Le Centre régional de santé de North Bay est heureux de vous fournir cette mise à jour trimestrielle. Le bulletin électronique Bien au courant vise à vous informer des changements aux services, des nouvelles initiatives et des questions d'actualité qui touchent nos communautés. Nous vous invitons à nous faire part de vos commentaires.

### **Plus de temps consacré à la prestation des soins... notre cheminement jusqu'à présent**

Le personnel de l'hôpital vient de produire une vidéo pour expliquer le système d'amélioration de la qualité en place au CRSNB appelé Plus de temps consacré à la prestation des soins. Instauré il y a un an, ce système donne aux membres du personnel de tous les échelons les moyens d'optimiser leur processus de travail de manière à libérer du temps pour prendre soin des patients et s'associer à eux pour rehausser leur expérience. « Nous sommes déterminés à aider nos gens à réaliser leur plein potentiel grâce à la mise en place du système Plus de temps consacré à la prestation des soins, système de gestion qui se fonde sur l'établissement de partenariats avec nos patients et leur famille pour la conception, la prestation et l'évaluation des services, déclare le président-directeur général du CRSNB, Paul Heinrich. Il s'agit aussi d'assurer le perfectionnement du leadership et la formation en créativité de notre équipe extraordinaire, ce qui nous permettra de devenir plus résilients et plus aptes à diriger l'importante transformation du système de santé. » La vidéo explique l'avènement du concept Plus de temps consacré à la prestation des soins et certains des outils que les membres du personnel utilisent pour améliorer les processus et ainsi fournir de meilleurs soins aux patients et à leur famille.

---

### **Rapport annuel**

Allez jeter un coup d'œil au rapport annuel du CRSNB préparé par le Service des communications! Vous y trouverez toutes sortes d'histoires intéressantes sur les réalisations et les réussites qui ont marqué l'exercice financier 2014-2015, notre bilan et notre état des résultats ainsi que des statistiques sur les services que nous offrons. Les histoires compilées dans ce rapport illustrent la mesure dans laquelle nous respectons nos orientations stratégiques : l'accès aux bons soins; des partenariats à vocation commune; des gens qui réalisent leur plein potentiel et des choix sensés.



---

### **Le conseil d'administration du CRSNB accueille un nouveau membre**

En juin, Doreen Bellaire s'est jointe au conseil d'administration du CRSNB. Titulaire d'un baccalauréat en beaux-arts de l'Université Nipissing, M<sup>me</sup> Bellaire possède aussi des diplômes dans les domaines de l'orthophonie, des soins en toxicomanie et des services sociaux ainsi qu'un diplôme d'aide-enseignante en milieu autochtone. Elle compte à son actif professionnel de l'expérience auprès de la Première Nation de Nipissing en qualité de superviseure de la protection de l'enfance autochtone et d'assistante en orthophonie, pour la Première Nation de Nipissing et le Near North District School Board. Nous sommes heureux d'accueillir Mme Bellaire au conseil et de pouvoir compter sur son savoir-faire.

Le Centre régional de santé de North Bay a la chance d'avoir un conseil d'administration dont les membres, qui représentent les communautés de toute la région du Nord-Est, possèdent une vaste expérience et un solide savoir-faire. Nous présentons leurs antécédents divers sur le site Web du CRSNB.

## La santé des personnes âgées mise en valeur au CRSNB



La Journée d'éducation des personnes âgées vise à faire découvrir aux aînés et aux soignants les services offerts à l'hôpital et partout dans la communauté. Cette année, les kiosques d'information ont rempli le gymnase du centre de santé et portaient sur toutes sortes de sujets, des soins des pieds à la santé du cœur et au vieillissement sain... Les participants pouvaient y obtenir des conseils sur où et comment avoir accès aux meilleurs soins.

« La Journée d'éducation des personnes âgées est l'occasion idéale pour les aînés et les soignants de se renseigner sur les ressources à leur disposition. La population âgée du Canada s'accroît et, malheureusement, bon nombre de personnes âgées ne savent pas où se tourner pour obtenir rapidement les renseignements dont elles ont besoin pour bien gérer leur santé », explique la directrice de la santé mentale au CRSNB, Lise St. Marseille.

Parmi les activités de la journée, il y avait un exercice de 12 minutes de sensibilisation à la maladie d'Alzheimer. Y ont participé, entre autres, le président-directeur général du CRSNB, Paul Heinrich, et le maire de North Bay, Al McDonald. Tous deux ont enfilé des lunettes qui rendent la vision floue, des gants de plastique ayant du riz au bout des doigts et des écouteurs produisant des bruits de fond énervants, pour simuler les symptômes de la maladie d'Alzheimer et donner une idée de ce que vivent les personnes qui en sont atteintes. Le maire McDonald, dont le grand-père a été emporté par la maladie d'Alzheimer, a décrit l'anxiété qui l'a envahi dès le début et son incapacité à comprendre ce qui se disait, à bien entendre ou à de bien voir à mesure qu'il franchissait les étapes de l'exercice. Quant à M. Heinrich, il a indiqué que sa participation à l'exercice l'a aidé à comprendre encore mieux à quel point il est important de faire preuve d'empathie et de patience à l'égard des personnes qui souffrent de cette maladie.

« L'exposé de sensibilisation à la maladie d'Alzheimer permet aux participants de mieux comprendre cette maladie et favorise la poursuite de la discussion sur les soins fournis aux personnes de North Bay et des environs qui en sont atteintes », précise M<sup>me</sup> St. Marseille. Selon la Société Alzheimer du Canada, près de 15 % des Canadiens et Canadiennes de 65 ans ou plus vivent avec la maladie d'Alzheimer ou une maladie apparentée, et ce chiffre devrait s'accroître à mesure que la population vieillit.

Les participants à la Journée d'éducation des personnes âgées ont été satisfaits de la variété des renseignements qu'ils ont pu recueillir; certains ont même suggéré de tenir l'événement deux fois par année. L'un d'eux a signalé que c'était un excellent moyen de s'informer dans un milieu confortable, sans avoir à faire des appels téléphoniques. La planification de l'événement de l'an prochain s'amorcera à l'automne.

## Aménagement d'un lieu destiné aux cérémonies autochtones au CRSNB



Au Centre régional de santé de North Bay, les patients autochtones et des Premières Nations et leur famille auront bientôt accès, du côté ouest de l'hôpital, à un espace extérieur privé et rafraîchi qui leur sera réservé et qui répondra à leurs besoins spirituels. En effet, nous servons plusieurs communautés autochtones et des Premières Nations au CRSNB, mais le lieu destiné à leurs cérémonies n'a jamais été achevé, sans compter qu'il n'est pas adapté à leur culture et qu'il ne répond pas à leurs besoins. Par conséquent, nous avons procédé à une nouvelle conception de ce lieu en consultation avec des représentants autochtones de la région que nous desservons. L'endroit est maintenant clôturé et doté d'un écran, ce qui assure l'intimité des lieux sacrés et protège ceux-ci contre la circulation des piétons et des animaux. L'espace abrite un trou à feu sacré, une hutte de sudation, un cercle de guérison et un tipi.

Bill Butler, clinicien communautaire au CRSNB, explique que les patients peuvent avoir accès à la hutte de sudation (cérémonie de purification) pour nettoyer et purifier leur esprit ainsi que pour libérer leurs liens affectifs avec les expériences passées afin d'atteindre un certain équilibre et le mieux-être. Ils utilisent le feu sacré dans le cadre de divers rituels associés aux cérémonies, par exemple, pour chauffer les « grands-pères » (pierres) utilisés pour la

cérémonie de purification ou offrir du tabac en prière quand ils demandent au Créateur de les guider et de les éclairer.

Bill ajoute qu'il existe toutes sortes d'enseignements relatifs à la hutte de sudation et au tipi, lesquels varient d'une nation à l'autre (p. ex. Ojibwé ou Cri). Bien que ces enseignements soient variés, ils ont beaucoup en commun. Par conséquent, nous avons recours à des anciens de différentes communautés pour répondre aux besoins de la diversité de nos patients autochtones. Bill insiste sur le fait que l'apprentissage culturel est un processus qui dure toute la vie.

Le Centre régional de santé de North Bay a adopté la mission suivante : « En tant que partenaires en matière de soins, nous rétablissons et maintenons la santé du corps et de l'esprit. » L'ajout de cet espace extérieur illustre la façon dont nous nous efforçons d'atteindre un des objectifs stratégiques connexes, soit : « Les patients recevront des services adaptés à leurs réalités culturelles et linguistiques. »

Cet aménagement est la première phase d'un projet en deux phases. Plus tard au cours de l'année, nous amènerons un espace intérieur au 2e étage du CRSNB. Cet espace procurera aux patients et à leur famille un milieu calme et accueillant où ils pourront se réunir pour prier ou tenir d'autres cérémonies, comme la cérémonie de purification.

---

## TRUCS pour soulager un coup de soleil



Le meilleur remède, c'est la PRÉVENTION. Utilisez toujours un écran solaire, portez des vêtements protecteurs et évitez l'exposition directe au soleil. Si vous prenez trop de soleil, voici quelques conseils utiles pour soulager la douleur :

- Appliquez une compresse froide sur la peau brûlée.
- Prenez une douche ou un bain à l'eau fraîche. Ajoutez une tasse de vinaigre de cidre à l'eau du bain pour équilibrer le pH (acidité ou alcalinité) de la peau brûlée et favoriser la guérison. Laissez-vous tremper dans un bain d'avoine, ce qui est particulièrement utile pour apaiser les démangeaisons causées par le coup de soleil.
- Avec un linge propre, appliquez du lait frais, pas froid, sur votre peau. Le lait crée un film protéinique qui soulage la douleur.
- Utilisez des lotions qui contiennent de l'aloès pour soulager et hydrater la peau. Certains produits à base d'aloès renferment aussi de la lidocaïne, anesthésique qui peut atténuer la douleur causée par le coup de soleil.

- Une crème topique contenant de l'hydrocortisone 1 % en vente libre pourrait aider à soulager la douleur, les démangeaisons et l'enflure liées au coup de soleil.
- Prenez des médicaments contre la douleur en vente libre, comme l'ibuprofène, pour atténuer la douleur et l'inflammation.
- La vitamine E, qui est un antioxydant, peut aider à réduire l'inflammation causée par le coup de soleil. Appliquez de l'huile de vitamine E sur la peau ou prenez régulièrement une dose du supplément.
- À l'aide d'un linge propre, appliquez sur la peau du thé fraîchement infusé, une fois refroidi. L'acide tannique du thé noir aide à extraire la chaleur de la brûlure ainsi qu'à restaurer le pH de la peau.
- Le concombre possède des propriétés antioxydantes et analgésiques. Refroidissez des concombres, puis écrasez-les dans un mélangeur pour créer une pâte et appliquez cette pâte sur les parties touchées, y compris le visage.

#### RÉFÉRENCES

MedicineNet.com

drbaileyskincare.com. Best Natural Sunburn Treatment Remedies.

---

## Un partenariat réunissant la Ville de North Bay et le Centre régional de santé de North Bay aide à attirer de nouveaux médecins dans la région.

On estime que, à l'heure actuelle, entre 10 000 et 12 000 personnes à North Bay et dans les environs n'ont pas de médecin de famille. Par conséquent, l'annonce récente que trois médecins de famille ouvriront, ensemble, un cabinet de médecine familiale à North Bay au début de 2016 était la bienvenue. C'est la décision du Conseil municipal de North Bay d'affecter, pendant les trois prochaines années, jusqu'à 175 000 \$ par année au recrutement de médecins dans notre communauté qui a amené ces trois médecins à venir s'installer chez nous.

En effet, la nouvelle équipe de médecins bénéficiera de subventions versées par la Ville (25 000 \$) et par le Centre régional de santé (25 000 \$). Ces fonds permettront de couvrir une partie des coûts de démarrage. Les nouveaux médecins travaillent à peaufiner les détails liés à l'aménagement de leurs bureaux et annonceront l'emplacement de leur cabinet et le processus d'accueil des patients un peu plus tard.



Le D<sup>r</sup> Jonathan Blackadar est un des membres de la nouvelle équipe de médecins. Il s'est joint à l'équipe du Service de médecine d'urgence du CRSNB à la mi-juillet et se réjouit à la perspective d'ouvrir son cabinet l'année prochaine. « Je suis ravi d'avoir la possibilité d'établir un cabinet à North Bay. C'est ici que je suis né, que j'ai grandi et que j'ai fait ma formation en tant que résident. J'embrasse l'occasion de prendre soin des membres de ma communauté natale », déclare le D<sup>r</sup> Blackadar.

Les fonds annoncés par la Ville seront répartis comme suit : chaque année, jusqu'à six médecins auront droit à 25 000 \$ et une autre somme de 25 000 \$ servira à soutenir les stratégies de recrutement de médecins de famille au CRSNB. Le CRSNB injecte déjà un peu plus de 400 000 \$ par année dans le recrutement (médecins de famille et spécialistes). Les nouveaux médecins locaux qui bénéficient de ces subventions doivent répondre à une série de critères; ils doivent, notamment, s'engager à exercer la médecine pendant au moins cinq ans dans la communauté et à accepter au moins 1 200 patients chacun.

« Le Centre de santé continue à consacrer beaucoup de temps à chercher des solutions à la pénurie de médecins et travaillera avec l'administration municipale dans le but d'établir d'autres lignes directrices relativement à cet accord de financement », explique le chef du personnel médical du CRSNB, le D<sup>r</sup> Donald Fung.

