

BIEN AU COURANT – HIVER 2019

19 février 2019

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.

Vous n'avez pas encore reçu le vaccin contre la grippe? Il n'est pas trop tard

Elle est de retour. Toux, éternuements, mal de gorge, fièvre et douleurs musculaires – la saison de la grippe bat son plein.

La grippe saisonnière, qu'on appelle aussi « influenza », est une maladie respiratoire courante causée par les virus de la grippe A et B. Elle se propage très facilement d'une personne à l'autre et peut causer une maladie et des complications graves, surtout chez les populations vulnérables.



Toutes les personnes de plus de six mois devraient recevoir le vaccin antigrippal pour se protéger contre la grippe. Le vaccin de cette année offre une protection contre quatre souches du virus et c'est le meilleur moyen de réduire le risque de tomber malade et de propager le virus.

Bien qu'il soit préférable de se faire vacciner dès que le vaccin est disponible, il peut tout de même être utile de le recevoir plus tard. La saison de la grippe atteint son pic d'activité en décembre et elle peut durer jusqu'en mai.

« Si vous avez reçu le vaccin et que vous êtes exposé à un ou à plusieurs des virus qui causent la grippe, vos chances d'avoir des symptômes sont moindres, indique le chef de la médecine d'urgence au CRSNB, le D^r Tim Percival. Même si vous finissez par présenter des symptômes, le vaccin peut réduire la durée et la gravité de la maladie. »

Si vous ne pouvez pas recevoir le vaccin antigrippal, il y a d'autres mesures que vous pouvez prendre pour rester en bonne santé pendant la saison de la grippe.

« Lavez-vous les mains ou utilisez un désinfectant pour les mains souvent afin de prévenir la propagation du virus. Si vous toussiez ou éternuez, couvrez-vous la bouche et le nez avec un mouchoir de papier ou toussiez ou éternuez dans le haut de votre manche », explique le D^r Percival.

Pour en savoir plus long sur les façons de vous protéger contre la grippe, consultez le <https://www.ontario.ca/fr/page/renseignements-sur-la-grippe>.

De l'école secondaire à l'hôpital: le bénévolat au CRSNB était l'endroit idéal pour un futur médecin

Le Programme de bénévolat du Centre régional de santé de North Bay (CRSNB) est un choix populaire chez les jeunes adultes qui veulent acquérir une expérience pratique dans un milieu de soins de santé. Bon nombre de nos jeunes bénévoles (de 16 à 29 ans) désirent poursuivre une carrière dans le secteur de la santé tout en redonnant à leur hôpital local. Le Centre de santé a d'ailleurs servi de tremplin vers une profession de choix à plusieurs anciens bénévoles. Nous avons donc demandé à une de ces personnes de nous expliquer le rôle que le CRSNB a joué dans ce qu'elle est devenue aujourd'hui.



Alors en 11e année, Zahra s'intéressait à la biologie et voulait explorer les carrières possibles en médecine. Le nouveau Programme des ambassadeurs bénévoles lui a donné la chance de mieux connaître, en tant que bénévole, l'ensemble du système de santé. On avait établi le rôle d'aide à l'orientation pour apaiser l'anxiété chez les nouveaux patients et les visiteurs en créant un milieu accueillant et en aidant les gens à se rendre à leur destination dans l'hôpital.

Pour Zahra, ce fut une expérience de bénévolat mémorable. « Comme l'hôpital venait juste d'ouvrir ses portes, les ambassadeurs étaient les seules personnes qui pouvaient se retrouver dans l'immeuble! À ce moment-là, nous disions même aux membres du personnel et aux médecins où aller », se souvient-elle tendrement.

Plus tard, Zahra s'est jointe au programme de bénévolat de la Chirurgie de jour afin d'interagir davantage avec les gens et de minimiser le stress dans la clinique qui est souvent très occupée. « Les patients peuvent se sentir très vulnérables et avoir très peur avant une opération; je me suis donc dit que je pourrais être utile dans ce poste bénévole », explique Zahra.

Zahra affirme que son expérience de bénévolat au Centre de santé a eu une grande influence sur elle. « Cela a été ma première exposition aux soins de santé. Après mon bénévolat, j'ai décidé que je voulais consacrer ma vie à une profession qui me permettrait d'aider les gens quand ils sont le plus vulnérables – surtout quand ils sont malades ou hospitalisés », précise-t-elle.

Après avoir fait des études en médecine en Irlande, Zahra est revenue au Canada en tant que résidente en médecine interne affiliée à l'Université McMaster. L'interniste est un médecin spécialiste qui applique ses connaissances scientifiques et son savoir-faire clinique à l'établissement de diagnostics et au traitement de maladies ainsi qu'à la prestation de soins à des adultes, allant des personnes en bonne santé à celles qui sont atteintes d'une maladie complexe.

Aujourd'hui, Zahra passe ses journées à examiner des résultats d'analyses sanguines, à épauler les médecins membres du personnel, à soutenir les nouveaux résidents et à s'occuper de jusqu'à 35 patients à la fois, de l'admission au congé. Après sa résidence, Zahra prévoit travailler comme interniste générale en plus de se consacrer à la recherche et à l'enseignement.

« Si vous songez à faire du bénévolat, mais que vous n’êtes pas certain, allez-y sans hésiter, déclare Zahra. Ne ratez aucune des possibilités qui s’offrent à vous. Le secondaire, c’est le temps de tout essayer et de commencer à explorer vos intérêts. Le bénévolat est un excellent moyen de se faire une idée de différents lieux de travail et de différentes professions. »

Le programme d’été du Centre de santé s’avère une excellente occasion de contribuer à la vie de l’hôpital. Il est destiné aux jeunes adultes qui veulent faire du bénévolat de mai à août; il leur offre la possibilité d’acquérir de nouvelles compétences, d’explorer leurs champs d’intérêt et de faire de nouvelles connaissances tout en se dévouant à divers services d’un bout à l’autre du Centre de santé.

Pour qu’une candidature au programme d’été soit examinée, le formulaire de demande doit nous parvenir au plus tard le 15 avril. Pour en savoir plus long, consultez le <https://nbrhc.on.ca/fr/joignez-vous-a-notre-equipe/benevoles/>

Accrocher un sourire au visage des plus jeunes clients du CRSNB

Le Centre régional de santé de North Bay (CRSNB) a inauguré trois zones remises à neuf de son centre Wordplay Jeux de mots à Sudbury.



Une cérémonie d’inauguration, en présence de représentants et représentantes de la Smilezone Foundation et du CRSNB, ainsi que de patients et patientes et de familles.

Grâce à une généreuse contribution de la Smilezone Foundation, Wordplay Jeux de mots dispose désormais de trois aires remises à neuf et plus accueillantes : la salle d’attente principale, la salle de dépistage pour l’ouïe du nourrisson et la salle des programmes de groupe. Ces endroits sont agrémentés de plusieurs nouveautés, dont des murales, une peinture aux couleurs vives, du mobilier sur mesure, ainsi que du rangement et du matériel.

Auparavant, des tables et des chaises ordinaires ainsi que des murs blancs accueillaient les enfants d’âge préscolaire et les membres de leur famille. Les nouvelles aires Smilezone constituent un environnement plus



amusant, interactif et fonctionnel pour la jeune clientèle. Plus de 1 700 familles par année bénéficieront de ces nouveaux aménagements.



Avant la salle d'attente principale de Wordplay, l'environnement était simple et clair.



Maintenant, les enfants et leurs familles sont accueillis avec de nouvelles peintures murales, une peinture aux couleurs vives, du mobilier sur mesure, ainsi que du rangement et du matériel.

Un client âgé de quatre ans était tellement fasciné par les murales que sa séance a eu lieu en grande partie directement dans la salle d'attente. L'enfant a montré du doigt les animaux et répété à plusieurs reprises « Regarde, Grand-maman! » avec un immense sourire. Depuis l'aménagement des aires Smilezone, les familles ne cessent de répéter à quel point les locaux du programme Wordplay Jeux de mots sont plus accueillants et dégagent du bonheur. On entend les petits visiteurs dire des choses comme « Wow, c'est incroyable! », « J'aime les originaux », et « Qu'est-ce que c'est? »

Le président de la Smilezone Foundation, Scott Bachly, affirme qu'il s'agit d'un honneur pour son organisme de faire vivre une expérience joyeuse aux enfants qui reçoivent des services du programme Wordplay Jeux de mots. « Notre mission est d'aménager des endroits réjouissants où les enfants se sentent à l'aise lorsqu'ils et elles reçoivent des traitements, explique M. Bachly. Nous sommes enchantés que les enfants et les membres de leur famille puissent profiter désormais des aires Smilezone pour agrémenter leur visite. »

Les aires Smilezone sont un très bon complément aux soins et aux services d'intervention précoce prodigués par l'équipe pluridisciplinaire dévouée de Wordplay Jeux de mots. « Nous sommes profondément reconnaissants à la Smilezone Foundation d'avoir donné un souffle nouveau à ces lieux clés pour l'offre de notre programme, a souligné la vice-présidente, Santé mentale, CRSNB, Tanya Nixon. La transformation va bien au-delà du cosmétique. Les enfants se sentent plus à l'aise et confiants en eux, vivent une meilleure expérience et sont plongés dans un environnement qui favorise le développement optimal de leurs habiletés de communication. »

Pleins feux sur les bénévoles du CRSNB

Le Centre régional de santé de North Bay (CRSNB) est heureux de lancer une fois de plus son invitation aux mises en candidature pour le Prix du bénévolat Lottie-Frenszen.

Ce prix met en vedette les bénévoles extraordinaires du CRSNB qui améliorent la vie des patients et de leur famille en donnant généreusement de leur temps et de leurs talents et en leur fournissant des services avec compassion et respect.

Les lauréats déploient autant d'efforts et affichent le même dévouement que celle à qui le prix rend hommage. En effet, pendant un demi-siècle, Lottie Frenszen a fait du bénévolat sans relâche à l'appui d'une culture de philanthropie au Centre de santé.

Depuis l'instauration du prix il y a deux ans, des patients, des membres du personnel et des pairs ont présenté la candidature de 27 bénévoles pour leur énorme contribution à notre établissement de soins de santé.



Les bénévoles du CRSNB au service des urgences ont été reconnus pour leur respect sans faille et leur soutien envers les patients et le personnel.

Citons, entre autres, des bénévoles comme James Bunker, qui voulait acquérir une expérience pratique en guise de complément à sa formation technique. On l'a reconnu pour avoir encouragé les patients à suivre les composantes d'un programme de prévention du délire.

Ou Cathy Hefkey, qui cherchait à inspirer et à soutenir d'autres personnes qui, comme elle, avaient survécu à un AVC. Elle réussit à gérer les frustrations, les craintes et les défis constants qui accompagnent un tel diagnostic.

Et Wally Kearney, éducateur à la retraite qui voulait redonner à la communauté de l'hôpital. Depuis 16 ans, il contribue à minimiser le stress chez les patients et à aider ces derniers à vivre une bonne expérience.

Le CRSNB compte plus de 300 bénévoles qui soutiennent les services de l'hôpital de district et les programmes régionaux de santé mentale, appuient les activités de financement et mettent leur savoir-faire à l'œuvre en tant que membres du conseil d'administration.

Si vous connaissez un bénévole au Centre de santé qui mérite qu'on lui rende hommage pour ses contributions extraordinaires, songez à présenter sa candidature au Prix du bénévolat Lottie-Frenszen. Il suffit de remplir le formulaire en ligne de mise en candidature d'ici le vendredi 1er mars prochain.



Zone Sans Parfum



ZONE SANS PARFUM



AIDEZ-NOUS À GARDER L'AIR QUE NOUS RESPIRONS TOUS SAIN ET SANS PARFUM.

Les composants chimiques des produits parfumés peuvent rendre certaines personnes malades, surtout celles qui sont sensibles aux parfums ou qui ont l'asthme, des allergies ou d'autres problèmes médicaux.

Ne portez pas de parfum, d'eau de Cologne, d'après-rasage ou de produits parfumés. Utilisez des produits d'hygiène personnelle sans parfum.

Le Centre régional de santé de North Bay vous remercie.