



Mon milieu de vie EXPRESS

DÉCEMBRE 2023

Chers résidents, familles, proches aidants et membres du personnel,

Nous sommes très heureux de lancer une nouvelle version de « **Mon milieu de vie express** », un journal destiné aux résidents, à leurs proches et aux membres du personnel des CHSLD et Maisons des aînés et alternatives de l'Estrie. Le journal sera publié quatre fois par année et vous sera transmis par courriel pour vous informer des actualités de votre milieu de vie. Quelques copies seront imprimées et disponibles dans les aires communes des installations pour une lecture papier.

Vous continuerez à recevoir une fois par mois le calendrier d'activités de loisirs de votre milieu par courriel.

C'est votre journal et nous souhaitons qu'il vous plaise. Vous avez des idées de sujet? N'hésitez pas à en faire part à votre gestionnaire responsable d'installation, à votre comité de résidents ou à votre comité milieu de vie.

Ne manquez pas la prochaine édition, prévue au printemps 2024.

Bonne lecture à tous!

Rosane Rivard

Directrice de l'hébergement en soins de longue durée



**À chacun d'entre vous,
des prévisions scintillantes pour l'année 2024!**

Une ondée de surprises
abritée d'un voile de sérénité

Un torrent de bonheur
soufflé par un léger vent de changement

Une pluie de rires contagieux
agrémentée de moments de folie
et d'un tourbillon de souvenirs heureux

La Direction de l'hébergement en soins de longue durée

Québec 

Actualités de votre milieu de vie

La Politique et le plan d'action en hébergement 2021-2026

La destination :

« Un milieu de vie qui évolue et s'adapte aux divers besoins de la personne et lui permet de se sentir chez elle, de maintenir les liens avec ses proches, de poursuivre et de développer l'exercice de ses rôles sociaux tout en ayant accès aux soins de santé requis par son état ».

Les fondations :

- Autodétermination de la personne hébergée
- Partenariat entre la personne hébergée, ses proches et les intervenants
- Personnalisation des soins et services
- Promotion de la bientraitance

Pour en savoir plus sur le sujet, rendez-vous au : <https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/fichiers/2022/22-814-05W.pdf> et soyez à l'affût de notre nouvelle page au www.santeestrie.qc.ca, à venir en 2024.

Le 4e cycle des visites ministérielles

Dernièrement, le nouveau cycle des visites d'évaluation de la qualité des milieux de vie s'est amorcé dans les CHSLD et les Maisons des aînés et alternatives.

En cohérence avec les principes de la Politique en hébergement, ces visites visent à évaluer la qualité du milieu de vie de la personne hébergée en reconnaissant les bons coups et en ciblant les améliorations à mettre en place.

Vous pourrez consulter les plans d'amélioration de chaque installation visitée qui se retrouveront au www.santeestrie.qc.ca en 2024.

La bientraitance des personnes proches aidantes, faites partie de la tendance!

Le rôle de proche aidant peut être une expérience enrichissante et gratifiante, mais il comporte aussi des risques de maltraitance. Dans le cadre d'un projet pilote en cours au CHSLD St-Vincent depuis l'été 2023, une activité de sensibilisation et d'information a été donnée à plus d'une trentaine d'employés à ce sujet.

Des dépliants ont été diffusés aux familles d'une unité du CHSLD St-Vincent. Ils détaillent divers moyens pour favoriser la bientraitance, en plus d'un répertoire des ressources d'aide disponibles.

Pour en savoir plus, consultez le site Internet de Proche Aidance Québec : <https://procheaidance.quebec/>

Ce projet s'inscrit dans le cadre du Plan d'action en hébergement de longue durée 2021-2026 et sera étendu à d'autres CHSLD et Maisons des aînés et alternatives en Estrie en 2024.

Saviez-vous que?

Saviez-vous que le CIUSSS a une coordonnatrice spécialisée en matière de proche aidance, Mme Josée Duteau, et que son rôle est de promouvoir la **reconnaissance** des personnes proches aidantes? Elle accompagne également les partenaires de la communauté dans la mise en œuvre de services pour permettre de mieux **soutenir** les personnes proches aidantes.



Invitation à l'implication communautaire Surveillez le calendrier des activités!

Vous pourrez y découvrir les projets qui seront réalisés auprès des résidents des CHSLD de l'Estrie et de la Maison des aînés et alternative de Sherbrooke par des organismes communautaires.

C'est plus d'une vingtaine d'activités dans 15 installations qui s'ajouteront à la programmation déjà en place. Spectacles de musique et de chant, activité de contes, jardinage, zoothérapie, et plus encore, seront au rendez-vous!

Soyez à l'affût et prenez-y part! Si une activité a lieu dans le milieu de vie de votre proche, elle sera inscrite au calendrier des loisirs.

Cette initiative, qui vise à tisser des liens avec la communauté et à favoriser la participation sociale des personnes hébergées, s'inscrit dans le Plan d'action en hébergement de longue durée.

Julie Constantineau, Christine Henri et Nancy Deschênes
Équipe du plan d'action en hébergement

Actualités de votre milieu de vie

Réduire la prise des médicaments en CHSLD Pour améliorer la qualité de vie des résidents

Les personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer ou d'une autre démence tentent parfois de communiquer un besoin comme la faim, la soif, la douleur ou l'ennui par des comportements inappropriés tels que l'errance, l'agressivité ou l'apathie.

Différents types de médicaments peuvent être prescrits pour aider à réduire ces comportements indésirables. Ils ont des résultats mitigés en plus d'être associés à des effets secondaires comme la somnolence ou un risque de chute accru.

Des projets pilotes ont démontré qu'il était possible de réduire la prise de certains médicaments. Comment? En réunissant les membres de l'équipe soignante afin qu'ils travaillent ensemble pour identifier la ou les causes du comportement et proposer des solutions de rechange.

Les proches d'une personne hébergée connaissent bien les goûts et les préférences de celle-ci. En ce sens, leur contribution est précieuse, car elle permet souvent d'identifier la clé pouvant expliquer le comportement à changer et les meilleures stratégies pour y arriver.

D'ici 2025, tous les CHSLD et Maisons des aînés et alternatives de l'Estrie auront intégré cette façon de faire auprès des résidents hébergés.

Pour plus d'information sur ce sujet, vous pouvez consulter :

<https://www.msss.gouv.qc.ca/professionnels/aines/utilisation-optimale-des-medicaments-en-hebergement-de-longue-duree-demarche-integree-opus-ap-peps/initiatives-quebecoises-utilisation-optimale-medicaments/>

Bruno Brassard

Chef de service – Mandats transversaux



Table loisirs - Comment réunir et multiplier nos forces

Les loisirs apportent du sens et des moments de joie dans nos vies à tous et dans celles des personnes hébergées aussi.

Les activités de loisirs dans nos centres sont portées par des intervenants en loisirs qui ont à cœur le bien-être des résidents. Ces moments transforment un milieu de soins en un véritable milieu de vie et permettent d'aller au-delà de l'état de santé parfois précaire d'une personne. Imaginez tous les bienfaits associés.

Dans une perspective d'amélioration de nos services, une table de concertation loisirs a été formée récemment. Elle est composée de gestionnaires responsables d'installation et permet de se coordonner, d'échanger et de partager les bons coups d'un milieu pour pouvoir en faire profiter l'ensemble des centres d'hébergement en Estrie.

L'objectif est d'optimiser ce volet important pour le mieux-être des résidents. Nous vous tiendrons informés de ces travaux dans l'année à venir.

Karine Moore

Directrice adjointe à l'hébergement, zone centre



Actualités de votre milieu de vie

Prévention de la maltraitance

Comme Direction de l'hébergement en soins de longue durée, nous sommes en action pour promouvoir la bientraitance et prévenir la maltraitance dans tous nos milieux de vie.

Il s'agit d'une responsabilité partagée par tous les acteurs qui gravitent dans un milieu de vie. Gestionnaires, personnel, personnes hébergées, proches et familles; tous ces partenaires ont un rôle à jouer.

Vous constatez qu'une personne hébergée est victime de maltraitance? Vous êtes une personne hébergée ou un proche? Vous pouvez faire un signalement à la commissaire aux plaintes et à la qualité des services : <https://www.santeestrie.qc.ca/plainte>

En tout temps, n'hésitez pas à diriger les personnes victimes de maltraitance et leurs proches vers la **Ligne Aide Maltraitance Adultes Aînés : 1 888 489-2287**.

Types de maltraitance :

- Maltraitance psychologique
- Maltraitance physique
- Maltraitance sexuelle
- Maltraitance matérielle ou financière
- Violation des droits
- Maltraitance organisationnelle
- Âgisme



Consultez ces courtes capsules vidéo humoristiques sur le sujet, mettant en vedette Jean-Sébastien Girard et sa mère : <https://ici.tou.tv/commandite/maltraitances/>

Saviez-vous que le CIUSSS a une coordonnatrice spécialisée en matière de lutte à la maltraitance, Mme Audrey Goyette, et que son rôle est de favoriser la concertation, la formation et la sensibilisation tant au sujet de la maltraitance que de la bientraitance. Elle est aussi responsable de coordonner le plan d'action régional de lutte contre la maltraitance.

Annie Dupuis, directrice adjointe intérimaire à l'hébergement, zone ouest
Élise Lacombe, directrice adjointe à l'hébergement, zone est

Les chutes en CHSLD, peut-on toutes les éviter?

Dans les milieux de vie, les chutes sont des accidents malheureusement fréquents. Nous ne pouvons pas les prévenir complètement sans nuire à la mobilité des résidents, un élément clé de la qualité de vie qu'il est souhaitable de maintenir.

Les équipes des CHSLD et des Maisons des aînés et alternatives de l'Estrie travaillent à prévenir les chutes et à en atténuer les conséquences.

Un programme du nom de « PARACHUTE » est déployé dans toutes les installations.

Il vise à :

- S'assurer que tous les résidents soient évalués par rapport à leurs facteurs de risque dès leur admission
- Adapter l'environnement physique (éclairage, barre d'appui, éviter l'encombrement)
- Évaluer les médicaments (s'assurer que les dosages sont les bons, évaluer les effets secondaires)
- Mettre en place un plan d'intervention personnalisé pour chaque résident

Les proches ont aussi un rôle pour prévenir les chutes. Ils peuvent s'assurer que leurs proches aient :

- Des chaussures adaptées (bonne grandeur, antidérapants)
- La bonne grandeur de vêtement
- Une veilleuse pour éclairer leur chambre
- Leur aide à la marche (cane, marchette) à leur portée
- Un espace de vie pas trop encombré

Frédéric Grondin, adjoint à la directrice en hébergement de soins de longue durée



Actualités de votre milieu de vie

Bons coups - murales

CHSLD East Angus

Chevaux, magasin général, marché public, autant d'images qui ornent les murs du CHSLD d'East Angus depuis le début de l'année 2023 et permettent aux résidents de se remémorer de bons souvenirs d'autrefois.

Que de bienfaits sur le plan moteur, intellectuel, sur la diminution de l'agitation et des troubles comportementaux chez certains résidents.

Les maisonnettes peintes à chaque porte apportent quant à elles un repère visuel, plus facile à identifier pour leurs occupants.

Un immense merci aux partenaires qui ont financé ce projet : la Fondation du Haut-St-François, les Caisses Desjardins du Haut-St-François, la Ville de East Angus, la Municipalité du Canton de Westbury et Les amis du domaine.

Sophie Rodrigue

Gestionnaire responsable par intérim, CHSLD East Angus



CHSLD de Sutton

Paysages, nature, grange rouge et pommiers en fleurs se dévoilent à l'intérieur du CHSLD de Sutton depuis l'été 2023 apportant une touche supplémentaire de paix et de sérénité aux lieux.

La variation des paysages extérieurs à contempler apporte un effet de plénitude dans ces unités (2^e étage et milieu de vie adapté - MVA).

Sincères remerciements à la fondation BMP qui a financé ce superbe projet.

Isabelle Gauthier

Gestionnaire responsable, CHSLD Sutton

