

Infolettre

Mercredi 11 décembre 2024

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

DERNIÈRES NOUVELLES

Des outils disponibles

Ensemble, créons des petits moments de bonheur!

La période des Fêtes est un moment privilégié pour exprimer notre gratitude et pour partager des moments de joie.

Le Service de la qualité de vie au travail et la Direction adjointe des communications vous invitent à transmettre des messages de reconnaissance à vos collègues, vos partenaires, vos gestionnaires ou vos employé(e)s. [Des cartes de souhaits](#) ont d'ailleurs été spécialement créées afin que vous puissiez les personnaliser.

Téléchargez aussi [nos arrière-plans Teams](#) conçus pour la période des Fêtes afin de créer une ambiance chaleureuse lors de vos rencontres virtuelles!

Ensemble, créons des petits moments de bonheur et laissons la magie des Fêtes opérer!





Les comités des usagers et comités de résidents Des alliés pour le respect des droits

Saviez-vous que les comités des usagers (CU) et les comités de résidents (CR) jouent un rôle important dans la promotion et le respect des droits des usagères et des usagers?

Faites-les connaître!

Les membres des CU et des CR peuvent notamment répondre aux besoins des usagères et des usagers :

- qui se posent des questions sur leurs droits;
- qui vivent des insatisfactions à l'égard de leurs soins ou services;
- qui ont besoin d'accompagnement pour discuter de leurs préoccupations avec un(e) intervenant(e) ou un gestionnaire;
- qui ont besoin d'accompagnement pour porter plainte.

Les CU et les CR peuvent aussi vous aider à améliorer la qualité des soins et services en mettant de l'avant leurs connaissances sur les droits des usagères et des usagers.

Ils ont à cœur de les représenter, quel que soit leur profil ou leurs défis.

Apprenez-en plus sur les comités des usagers et les comités de résidents du CIUSSS de la Capitale-Nationale [sur notre site Web](#).



Période des Fêtes

Un bon temps pour prendre son temps

La période des Fêtes est une occasion à saisir pour diminuer notre stress, pour écouter nos besoins et pour ressentir de la joie et de la paix.

Mettre ses limites et refuser certaines invitations, c'est faire preuve de compassion envers soi-même et être à l'écoute de ses besoins. Mais dire non, ce n'est pas toujours simple. Toutefois, mettre ses limites est une démarche qui permet de se sentir en accord avec ses valeurs et d'exprimer comment on se sent.

Simplifiez la liste des choses que vous avez à faire et planifiez des moments libres. Prenez le temps de faire ce qui vous fait ressentir du bonheur : que ce soit la lecture, la musique, la cuisine ou le sport, tous ces moments sont des occasions uniques pour vous ressourcer et pour prendre votre temps.

Votre plateforme de santé et de mieux-être LifeSpeak vous propose d'ailleurs une méditation guidée spécialement pour la période des fêtes.

Comment accéder à Lifespeak ?

Sur un ordinateur :
Rendez-vous à ciussscn.lifespeak.com.

Sur un appareil mobile :
Téléchargez l'application LifeSpeak à partir de l'App Store ou de Google Play.

- Inscrivez l'identifiant d'accès : **ciussscn**
- Inscrivez le mot de passe client : **ciussscn**



Relève des cadres intermédiaires

Bravo à la cohorte 2023-2024!

Le CIUSSS de la Capitale-Nationale tient à féliciter tous les membres de la cohorte 2023-2024 du programme de relève des cadres intermédiaires qui ont réussi le processus avec succès récemment.

Coordonné par le [Service du développement organisationnel et du personnel d'encadrement \(SDOPE\)](#), ce programme est une démarche structurée échelonnée sur 12 mois qui vise à préparer les participant(e)s à occuper avec succès une fonction de gestion.

Félicitations!

Étaient présents lors de l'événement de clôture, en ordre alphabétique : Félix Albert, Marie-Ève Allard-Ouellet, Alesandro Battisti, Isabelle Bernier, Jean-François Bertrand, Shana Bossé, Éleine Deschênes, Isabelle Desjardins, Isabelle Fiset, Caroline Genois, Amélie Grand-Maison, Mélissa Guillemette-Desmarais, Lalla-Mariam Haidara, Geneviève Hudon, Marie-Pierre Johnson, Anthony Joulaud, Dominique Julien, Amélie Labonté, Marie-Hélène Larouche, Pascale Métivier, Teodora Pavlovic, Maude Poirier Bergeron, Frédéric Roy et Mélanie Simard.

Hôpital de Baie-Saint-Paul Une nouvelle œuvre d'art public dévoilée

Le CIUSSS de la Capitale-Nationale a dévoilé vendredi une nouvelle œuvre d'art public, « Cladonia », à l'Hôpital de Baie-Saint-Paul.

Cette œuvre sculpturale extérieure, créée par l'artiste **Marie-Fauve Bélanger**, est liée à l'arrivée d'un appareil de tomodensitométrie (TACO) au sein de l'établissement, conformément à la **Politique d'intégration des arts à l'architecture du gouvernement du Québec**.

Cette œuvre, fidèle à la démarche de l'artiste, se veut une représentation personnelle d'un environnement naturel où évolue le caribou forestier. Elle se compose d'un laminage de pierres taillées et de découpes d'aluminium reprenant la forme d'un lichen.

Dans un décor semi-abstrait, on peut suivre des traces de pas au sol, témoignant du passage d'un caribou



Sur la photo, de gauche à droite : Michaël Pilote, maire de Baie-Saint-Paul, Sandrine Tremblay, présidente de la Fondation de l'Hôpital de Baie-Saint-Paul, Audrey-Maude Southière, directrice territoriale – secteur de Charlevoix, CIUSSS de la Capitale-Nationale, Marie-Fauve Bélanger, artiste, Isabelle Quenneville, directrice générale, Fondation de l'Hôpital de Baie-Saint-Paul.

forestier qui, on imagine, est venu se nourrir de cladonia, le lichen qui fait partie de son alimentation.

Écoutez l'artiste parler de son œuvre **sur les ondes de CHIO FM** et lisez **l'article paru dans Le Charlevoisien**.



Écran avant d'aller au lit Bonne ou mauvaise idée?

Valérie Houle, auparavant membre de l'équipe Promotion de la santé et prévention de la Direction de santé publique de la Capitale-Nationale, a pu répondre à cette question lors de son passage à l'émission jeunesse **Luka et Léo**, diffusée à Télé-Québec.

Écoutez ses explications et conseils **à la fin de cet épisode**.

Avis

- [Découvrez les outils pour naviguer plus facilement sur l'intranet](#)
- [Hygiène des mains : les membres du CECII vous appuient!](#)
- [Période des Fêtes 2024-2025 – Congés fériés](#)
- [Infolettre DSISP du 10 décembre 2024](#)
- [Précautions à prendre pour les décorations de Noël](#)

Formations, conférences et webinaires

- [VA! Vente d'atelier – 2e édition](#)
- [La Virée Nordique – Planeta Luna](#)

Suivez-nous sur les médias sociaux !

