

La Semaine québécoise de la déficience intellectuelle

Du 13 au 19 mars 2016

La Direction des programmes déficience intellectuelle, trouble du spectre de l'autisme et déficience physique (DI-TSA et DP) du CIUSSS du Saguenay-Lac-Saint-Jean est heureuse de vous annoncer que la **Semaine québécoise de la déficience intellectuelle (SQDI)** se déroulera du 13 au 19 mars prochains sous le thème « Comme on se ressemble ». La SQDI en est à sa 28^e édition. Cette semaine a pour but de sensibiliser la population à la cause, en démystifiant ce qu'est la déficience intellectuelle et de quelle

manière les personnes vivant avec celle-ci peuvent contribuer à la communauté et exercer une pleine participation sociale.

Si vous désirez obtenir plus d'information sur la SQDI et sa programmation, nous vous invitons à visiter le site Internet de l'Association du Québec pour l'intégration sociale (AQIS) à l'adresse suivante :

sqdi2016.deficiencintellectuelle.org



Maison des naissances du Fjord-au-Lac



Saviez-vous que... depuis novembre 2013, les femmes enceintes de la région peuvent choisir d'être suivies par une

équipe de sages-femmes et que depuis le 27 avril 2015, cette équipe est maintenant regroupée dans une maison des naissances située à proximité de l'Hôpital de Chicoutimi?

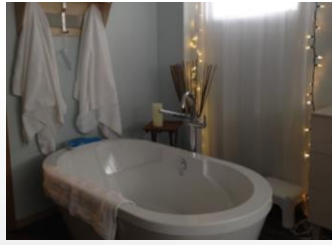
En effet, en collaboration avec les partenaires du milieu communautaire, ce projet est devenu réalité et permet aujourd'hui d'offrir aux femmes de notre région une plus grande gamme de services pour donner naissance.

La Maison des naissances du Fjord-au-Lac, dont le nom a été suggéré par Marie-Pier Roy, alors étudiante sage-femme et aujourd'hui membre de l'équipe des sages-femmes de la maison, par le biais d'un concours auprès de la population, permet aux femmes de vivre l'expérience de la maternité dans un contexte qui se rapproche de leur milieu de vie. Depuis son ouverture, en avril 2015, 34 accouchements y ont

eu lieu. On estime qu'environ 10 % des femmes vont se prévaloir d'un suivi par une sage-femme, ce qui représente environ 200 accouchements annuellement.

Le service est offert 7 jours/semaine et 24 h/24. L'équipe actuelle est constituée de 4 sages-femmes, 5 aides natales et d'une agente administrative. La maison des naissances compte 3 chambres de naissances, 3 salles de consultation, une salle d'examen gynécologique, une salle de documentation et une salle communautaire.

L'offre de service de la maison des naissances inclut notamment le suivi complet de la femme enceinte



et de son bébé du début de la grossesse jusqu'à six semaines après la naissance, des soirées d'information, la préparation à l'accouchement, à l'allaitement et au rôle parental ainsi que des rencontres prénatales de groupe et des visites à domicile postnatales.

Nous pouvons nous réjouir de cet ajout important à l'offre de service en périnatalité, qui illustre de belle façon l'amélioration continue de nos services en lien direct avec les besoins évolutifs de la population!

Mars - Mois de la nutrition

Relevez le défi des 100 repas : faites de petits changements, un repas à la fois!

Cette année, les nutritionnistes du Saguenay-Lac-Saint-Jean sortent dans leur communauté pour appuyer la campagne régionale de santé publique Équipé pour la santé en montrant qu'il est facile d'inclure un légume ou un fruit de plus dans votre assiette.

Surveillez les annonces sur la page Facebook « Mars, mois de la nutrition SLSJ ». Des activités auront lieu le 16 mars dans six villes de la région. Ces activités sont réalisables grâce au soutien de la Direction de santé publique du CIUSSS du Saguenay-Lac-Saint-Jean et de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec (OPDQ).

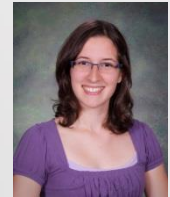
Vous voulez en savoir plus? Visitez le site www.moisdelanutrition.ca. Vous y trouverez des articles pertinents, comme l'écoute des signaux du corps, la planification de lunchs et le plaisir de manger.

Besoin d'idées de recettes?

Téléchargez l'application Cuisinidées (gratuite pour iPod et iPad) au www.cookspiration.com

ou visitez le site www.dietitians.ca.

Enfin, ne manquez pas l'occasion de discuter gratuitement par téléphone avec une nutritionniste. Pendant une journée, vous pourrez poser toutes les questions qui vous préoccupent par rapport à l'alimentation.



Naomie Bouchard, nutritionniste
Coordonnatrice régionale du
Mois de la nutrition 2016

La 18^e Journée des diététistes/nutritionnistes du Québec
Mercredi 16 mars 2016, entre 9 h et 16 h 30
1 866 233-3310

Tour du mont Valin

L'équipe est maintenant complétée! Ce sont vingt personnes qui représenteront le CIUSSS lors du Tour du mont Valin le 19 mars prochain.

Vous avez envie de vous impliquer autrement? Nous sommes à la **recherche d'une infirmière bénévole** qui pourra assurer une présence sur le site lors de cette journée.

Pour plus d'information, veuillez contacter Karine Gagnon à l'adresse suivante :
karine.gagnon.cssl@ssss.gouv.qc.ca.



Des nouvelles de votre conseil multidisciplinaire (CM)

Saviez-vous que votre comité exécutif régional poursuit ses activités, soit de donner des avis, de faire des recommandations sur l'organisation des services et de former des comités de pairs dans un souci de qualité?

Le CM est actuellement en train de planifier l'assemblée générale annuelle (AGA) qui aura lieu au Centre communautaire de Jonquière et la date vous sera communiquée ultérieurement.

Dix postes seront à pourvoir au sein du conseil multidisciplinaire pour un mandat de deux ou trois ans, selon la fonction. Selon de nouvelles directives ministérielles, les élections seront complétées avant l'AGA. De ce fait, le

processus d'élection débutera dans les prochaines semaines. Commencez à y réfléchir!

Au cours des prochaines semaines, vous serez sollicités pour vérifier la liste d'éligibilité des membres et vous serez informés de la procédure à suivre afin de poser votre candidature.

Des comités de pairs sont déjà à l'œuvre en organisation communautaire et en nutrition. Nous vous encourageons à faire des demandes de comité de pairs afin d'améliorer la qualité de votre pratique professionnelle.

Pour plus d'information, contactez votre représentant local ou écrivez au : cm.ciuss.slsj@ssss.gouv.qc.ca

Vous avez prévu vous dépasser en 2016?

La Fondation de l'Hôtel-Dieu d'Alma vous en donne l'occasion!



Seul ou en groupe, inscrivez-vous à la Montée des Héros. Surveillez les inscriptions qui auront lieu au début du mois d'avril!

ACTIVITÉS 2016 DE LA FONDATION

3^e semaine de mars.....Lancement de la campagne population
Avril 2016.....Spin-O-Max Cage aux Sports
26 mai 2016..... Marchethon de l'école St-Antoine
10 juin 2016..... Tournoi de golf
25 septembre 2016..... La Montée des Héros
31 octobre 2016..... Activité boîtes d'Halloween
Novembre 2016.....Activité Blitz entreprise et CMDP

Le Spinning-O-Fonds du Fonds de dotation Santé Jonquière



Inscrivez-vous en grand nombre!

Sous la présidence d'honneur de Pierre Desbiens, propriétaire (Super-Sagamie) et de Martin Tremblay, conseiller en placement (Desjardins Gestion de patrimoine), la 3^e édition du Spinning-O-Fonds prend son envol.

Cette activité se tiendra le dimanche **17 avril 2016** au Centre Énergie Cardio de Jonquière. Il y aura sept séances de spinning et « une méga classe de Zumba ».

Le coût est de 25 \$ pour une heure. Un tarif spécial ainsi qu'un plan de visibilité sont offerts aux entreprises qui participeront à cet événement sportif.

C'est l'occasion de se motiver entre collègues, de se dépasser ou encore de découvrir une nouvelle activité dans une ambiance agréable, et ce, en appuyant la cause de la santé!

Pour réserver votre place : **418 695-7711**

Pour plus d'information : www.fondsdedotation.ca