

Un pas de plus vers la participation sociale : l'intégration en emploi de concert avec les partenaires

Le 11 novembre 2010 marque une étape importante au CRDITED du Bas-Saint-Laurent. Dans la foulée de l'implantation de l'offre de service en contexte d'intégration communautaire et au travail, les partenaires régionaux ont signé une entente de collaboration. Outre notre établissement, les organismes impliqués dans cette démarche sont le Service spécialisé de main-d'oeuvre (SSMO) L'Élan, qui dessert les MRC de La Mitis, La Matapédia et Rimouski-Neigette, le SEMO (Service externe de main-d'œuvre) KRTB pour les MRC Kamouraska, Rivière-du-Loup, Témiscouata et Les Basques ainsi que l'organisme Emploi-Services qui dessert la MRC de Matane.



De gauche à droite :
Guylaine Côté, directrice générale CRDITED du Bas-Saint-Laurent,
Jacinthe Barriault, directrice SSMO l'Élan,
Marie-Claude Bernier, directrice Emploi services,
et Lise Boucher, directrice SEMO KRTB.

La portée régionale de cette entente avec le CRDITED du Bas-Saint-Laurent met en évidence l'essentielle collaboration avec les partenaires dans le respect de la spécificité de chacune des réalités locales. Par ailleurs, de grands principes demeurent et sont affirmés dans le cadre de cette entente, à savoir :

- ▶ l'importance de la collaboration en s'assurant d'un meilleur arrimage dans le respect de nos missions respectives;
- ▶ la coordination des services centrée sur les besoins de la personne en parcours d'intégration au travail;
- ▶ l'importance pour les intervenants terrain, les clients et les familles de clarifier et de simplifier les canaux de communication.

Une trajectoire de services fait partie intégrante de l'entente de collaboration; les intervenants des établissements partenaires ont collaboré à sa validation. Notons que des activités de diffusion suivront en cours d'année et qu'un mécanisme de révision de l'entente est prévu annuellement.

Nos félicitations à toutes les personnes impliquées dans cette démarche et bonne continuité.

Source : Claire Tremblay, directrice des services de réadaptation et de la recherche.

Défi Guatemala : une autre étape de franchie

C'est un certain samedi matin, le 16 octobre exactement, à 8 h 30, que nous avons senti que l'aventure allait ENFIN commencer! Première fin de semaine de groupe, c'est excitant. C'est dans le stationnement du CRDITED que nous nous sommes regroupés, bagages aux dos, oreiller sous le bras, nous partons tous pour le Village des Sources.



Quelle belle fin de semaine nous avons passée! C'est à ce moment précis que nous avons pu découvrir quelques facettes de la personnalité de chacun. Nous avons eu la chance de

faire quelques activités de connaissance et de créativité qui furent très agréables. Nous avons également élaboré notre plan de financement. De plus, tous ont mis la main à la pâte que ce soit pour cuisiner, faire la vaisselle ou ranger le chalet. Tout le monde sans exception, et ce, avec le sourire.

Mme Mylène Martin, psychologue au CRDITED, a eu la gentillesse de venir nous observer tout au cours de cette fin de semaine afin de nous aider à faire des choix pour notre jumelage. Wow! À ce qui paraît on se complète bien! Tout le monde est associé à une personne de référence. Nous avons senti que tous allaient se soutenir. La préparation de ce voyage et l'expérience au Guatemala seront sans aucun doute inoubliables. Nous voilà partis pour un long circuit rempli de rire, de travail, de joie, de petits obstacles, de courage, de pression, d'intensité, de réussite...

Source : Geneviève Vignola, intervenante et participante au Défi Guatemala 2011.

Lancement officiel du Défi Guatemala 2011

Une conférence de presse tenue le 9 novembre dernier a marqué le lancement officiel du projet Défi Guatemala 2011. La couverture médiatique fut excellente pour ce projet soutenu par le CRDITED. Rappelons que sept personnes présentant une déficience intellectuelle accompagnées de huit membres du personnel partiront, en novembre 2011, pour un voyage humanitaire de dix jours dans ce pays d'Amérique centrale. Ce projet d'intégration sociale a suscité l'intérêt des journalistes qui ont souligné son caractère novateur. Bonne chance à toute l'équipe du Défi dans leurs démarches de préparation de cette belle aventure.



Source : Louise Brassard, conseillère en communication et à la gestion de la qualité.

Avis de nomination – Chef des services techniques

Nous avons le plaisir de vous informer de la nomination de M. Louis Desmarais au poste de chef des services techniques au CRDITED du Bas-Saint-Laurent. Il assume ses nouvelles fonctions depuis le 8 novembre dernier.

M. Desmarais est détenteur d'un diplôme d'études collégiales en génie civil et en architecture. Il agissait jusqu'à tout récemment comme conseiller aux établissements à l'Agence de la santé et des services sociaux du Bas-Saint-Laurent. Il cumule plus de 12 années d'expérience dans le réseau de la santé et des services sociaux.



Nous tenons à féliciter M. Desmarais et à lui souhaiter le meilleur des succès dans cette nouvelle étape de sa carrière. Nous sommes fiers de le compter au sein de l'équipe de gestion du CRDITED du Bas-Saint-Laurent.

Source : *Guylaine Côté, directrice générale.*

Identification de nos installations

Depuis quelque temps, le MSSS est à revoir le nom des différents services offerts par son ministère afin de donner une certaine uniformité aux appellations utilisées dans l'ensemble du réseau (point de service, centre d'activités de jour, etc.). En février dernier, des échanges entre le MSSS, l'Agence et notre établissement ont eu lieu concernant les appellations que nous souhaitons utiliser dans nos milieux. Nous sommes actuellement en attente d'une réponse du ministère quant à notre proposition.

Notre objectif est de refaire la signalisation de nos installations avec les appellations qui seront adoptées par le MSSS. Nous avons été informés que l'étude sur les noms se poursuit cet automne. Dès qu'une confirmation du ministère quant à l'identification de nos installations nous sera acheminée, l'établissement pourra revoir sa signalisation.

Source : *Caroline Morin, directrice des ressources financières, matérielles et informationnelles.*

Appel à tous et à toutes

► Banque de photos

Notre établissement souhaite constituer une banque de photos qui pourront être utilisées pour la conception de matériel promotionnel : dépliants, site web, etc. Afin de bien représenter notre CRDITED, nous aimerions avoir des photographies de membres du personnel qui interviennent auprès de notre clientèle, mais aussi des photos (portrait) de clients. Ces photographies seront prises par un professionnel et, naturellement, une autorisation écrite d'utilisation des images sera préalablement signée. L'invitation est donc lancée à tous et à toutes afin d'identifier des clients potentiels ou de participer comme membre du personnel à la constitution de cette banque. À cet effet, vous pouvez communiquer avec Louise Brassard, conseillère en communication et à la gestion de la qualité, par courriel ou par téléphone au numéro 721-2904, poste 3072. Merci de votre collaboration.

Source : *Louise Brassard, conseillère en communication et à la gestion de la qualité.*

► Campagne Centraide 2010

La campagne de financement de Centraide se déroulera du 15 au 26 novembre prochain au CRDITED. Depuis déjà plusieurs années, le personnel et la direction de notre établissement soutiennent Centraide Bas-Saint-Laurent qui vient en aide à près de 40 organismes communautaires de notre milieu. Pour les personnes et les familles démunies ou en difficulté de notre région, le soutien de Centraide fait une différence. Alors, poser un geste d'espoir en participant à la campagne 2010 de Centraide. Merci de votre générosité !

Source : Colette Levesque, directrice de la Campagne Centraide 2010 au CRDITED du Bas-Saint-Laurent, et Louise Brassard, conseillère en communication et à la gestion de la qualité.

Partir pour l'aventure Disney World

À partir du rêve d'enfance d'une cliente, une ressource non institutionnelle de Matane a pris l'initiative d'organiser un voyage féérique pour faire découvrir Disney World à Chantal, Suzanne, Mario et Nelson qui composent leur famille élargie. Après quatre années de préparation et d'efforts, Mme Hélène Imbeault et M. Claude Tremblay ont concrétisé, en septembre dernier, leur projet. Plusieurs démarches ont été nécessaires pour réaliser ce périple, mais le jeu en valait la chandelle : une aventure d'une douzaine de jours sous le signe du rêve et des découvertes : manège, château, baptême de l'air, princesse, souper privilège en compagnie des personnages de Disney et plus encore...

Ressource de type familial depuis une vingtaine d'années, Mme Imbeault a d'autres projets en tête et, avec l'appui de son conjoint, elle saura certes les réaliser.

Félicitations à cette famille pour cette belle initiative et pour sa volonté de faire vivre aux personnes qui y résident des expériences inoubliables.



Source : Jeannot Lavoie, agent d'intégration MRC Matane, et Louise Brassard, conseillère en communication et à la gestion de la qualité.



Conférence-témoignage de Simon Landry

M. Landry parlera principalement du Syndrome d'Asperger et fera parfois des liens avec les autres troubles envahissants du développement (TED). Pour ce faire, il se référera à sa propre expérience puisqu'il est lui-même atteint d'un de ces troubles.

Date : Mardi, 16 novembre 2010 à 19 h

Lieu : Cégep de Rimouski, Salle D-114

Coût : 10 \$ par personne et 8 \$ pour les membres de l'AATEDEQ

Cette conférence s'adresse à toute la population en général

Saviez-vous que...?

- ▶ Les TED regroupent cinq troubles : l'autisme, le syndrome d'Asperger, le TED non spécifié, le syndrome de Rett et le trouble désintégré de l'enfance;
- ▶ Les TED présentent, à des degrés variables, les caractéristiques suivantes : troubles de communication, troubles de socialisation ainsi que des comportements, intérêts et activités restreints, répétitifs et stéréotypés;
- ▶ Le taux de prévalence est de 1 personne sur 166;
- ▶ Les TED sont causés majoritairement par la génétique.

L'AATEDEQ est un organisme à but non lucratif qui a été créé en 1979 par des parents. Elle a comme mandats de :

- 1) Supporter les familles et les proches des personnes présentant un TED;
- 2) Informer et sensibiliser les réseaux, les intervenants/intervenantes et la population aux réalités vécues par les personnes ayant un TED, leurs familles et leurs proches;
- 3) Promouvoir et défendre les droits et intérêts des personnes vivant avec un TED.

Pour obtenir des informations supplémentaires, composez le **(418) 725-2575** ou le **(1-877) 725-2575** ou par courriel au info@aatedeq.com

Source : Maude Leclerc, intervenante communautaire, Association de l'Autisme et des autres Troubles Envahissants du Développement de l'Est-du-Québec.

Association de la déficience intellectuelle de la région Rimouski

L'Association de la déficience intellectuelle de la région de Rimouski (ADIRR) est un organisme de promotion et de défense des droits des personnes ayant une déficience intellectuelle et de leur famille. Elle fut fondée en 1977 par un groupe de parents qui avait alors décidé de garder dans leur famille leur enfant ayant une déficience intellectuelle.

La mission de l'ADIRR se divise en quatre volets :

- ▶ La représentation sur les comités d'intégration afin que toutes les personnes vivant avec une déficience intellectuelle puissent intégrer les services de garde, les écoles, le marché du travail, le transport et les loisirs;
- ▶ La sensibilisation dans les écoles et l'information auprès de la population pour diminuer les préjugés;

- ▶ La collaboration avec les réseaux de la santé et de l'éducation pour mettre en place des programmes destinés à favoriser et à promouvoir l'intégration des personnes présentant une déficience intellectuelle et pour créer des services qui correspondent aux besoins des personnes ;
- ▶ La création de lieux d'échange entre les parents, de formation et de soutien.

Les services offerts par l'ADIRR aux familles sont nombreux. Le soutien des intervenants du CRDITED est important pour que nous puissions joindre les familles, c'est avec votre collaboration que nous réussirons à informer et à soutenir le plus grand nombre de gens possible.

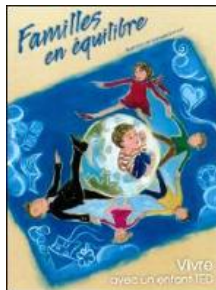
N'hésitez pas à communiquer avec nous pour toutes questions en lien avec, entre autres, la défense des droits. Nous vous ferons parvenir sous peu la planification des activités de l'Association.

Source : Cindy C. Morin, coordonnatrice.

Couverture proprioceptive

À la suite du décès d'un jeune garçon autisme par une mauvaise utilisation d'une couverture proprioceptive, le Coroner faisait état des dangers potentiels que posait l'utilisation de telles couvertures. Cela a incité le MSSS à demander à l'AETMIS de préparer un rapport sur cette problématique. Vous avez accès à ce rapport à l'adresse : www.aetmis.gouv.qc.ca. Réf. : ETMIS 2010; Vol.6 : No 5.

Couvertures et vestes lestées : sécurité, efficacité et enjeux de leur utilisation dans différents cadres d'intervention. Agence d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé.



<http://www.autisme.qc.ca/productions.html> - familles-equilibre

Fédération québécoise de l'autisme et des autres troubles envahissants du développement

65, rue de Casteleau Ouest – bureau 104 ♦ Montréal (Québec) H2R 2W3

Tél. : (514) 270-7386 ♦ Ligne sans frais : 1 888 8 FQATED (1 888 830-2833)

Télééc. : (514) 270-9261 ♦ <http://www.autisme.qc.ca>

Source : Fédération québécoise de l'autisme et des autres troubles envahissants du développement.

Campagne de vaccination contre l'influenza

Cette année encore, le ministère de la Santé et des Services sociaux offre son programme de vaccination gratuite contre l'influenza aux personnes les plus à risque ainsi qu'aux travailleurs de la santé en contact direct avec ces dernières.

La campagne de vaccination est en cours depuis le 1^{er} novembre dernier. Comme pour le passé, le vaccin vous est offert gracieusement à titre de travailleuse ou de travailleur de la santé. Voilà une raison de plus pour ne pas s'en passer! Vous pouvez d'ailleurs consulter l'horaire des cliniques de vaccination en visitant le site internet suivant : www.agencessssbsl.gouv.qc.ca.

Contre l'épidémie d'influenza est un véritable travail d'équipe qui demande l'engagement individuel de chacun. Nous comptons donc sur vous pour retrousser vos manches! Faites-le pour votre santé et pour celle de votre entourage.

Source : Claire Ruest, agente de santé et de sécurité au travail.

Le blues de l'hiver

Durant les mois de novembre, décembre et janvier, plusieurs personnes subissent une sérieuse baisse d'énergie mentale et n'ont plus du tout la motivation pour faire quoi que ce soit. La cause (et le traitement !) résiderait notamment dans la lumière et son effet sur la mélatonine, l'hormone du sommeil.

Si à peu près tout le monde est susceptible d'être au moins « un peu » affecté par la diminution des heures d'ensoleillement des journées hivernales, certains le seront d'une manière malheureusement très marquée, au point de devenir complètement dysfonctionnels. On dit qu'ils souffrent de « dépression saisonnière » ou de « trouble affectif saisonnier ». Ces personnes ont une sensibilité particulière aux modifications hormonales liées au manque d'ensoleillement, ce qui les amène à ressentir divers symptômes, notamment : fatigue chronique, irritabilité, tristesse, perte d'intérêt, manque d'initiative, trouble de concentration, baisse de la libido, besoin exagéré de sommeil, faim excessive, fringales de sucre, etc.



Puisque la dépression saisonnière résulte d'un manque de lumière, il suffit généralement de combler cette lacune pour retrouver son entrain.

Le traitement ?

La luminothérapie (on dit aussi photothérapie) qui consiste simplement à s'exposer quotidiennement à une lampe de photothérapie qui fournit une lumière d'intensité élevée. Les gens peuvent également aller à l'extérieur, une trentaine de minutes, lorsque le soleil est présent et ils auront sensiblement les mêmes effets que ceux produits par les lampes de photothérapie. Les bienfaits seront ressentis après, seulement, trois à quatre séances.

L'effet bénéfique de l'exposition à la lumière s'expliquerait par son action sur le métabolisme de la mélatonine qui est en quelque sorte l'hormone du sommeil. La mélatonine exerce une influence importante sur l'horloge biologique interne. C'est durant la nuit, à la noirceur, que sa production est à son maximum. Donc, chez les personnes qui souffrent de dépression saisonnière, c'est le métabolisme de la mélatonine qui est dérégulé. Leur taux de mélatonine étant anormalement élevé durant le jour, l'exposition à la lumière permet de diminuer la production de cette hormone.

Toutefois, il est important de mentionner **qu'un programme d'exercice physique** a un effet aussi positif que la luminothérapie chez les personnes atteintes de dépression saisonnière. Pour ces personnes (et pour la population en général), l'exercice physique pratiqué dans un environnement très éclairé améliore l'humeur, amène une réduction des symptômes de la dépression, bonifie la santé mentale, donne de la vitalité et a un effet salutaire sur certains aspects de la qualité de vie.

En terminant, même si vous ne souffrez pas de dépression saisonnière, la luminothérapie peut tout de même vous être utile, car vous avez plus de chances d'être de bonne humeur et d'avoir de l'entrain si votre taux de mélatonine n'est pas trop élevé pendant le jour. Ajoutez-y 30 minutes d'activité physique par jour et vous y découvrirez encore plus d'avantages !

Bon hiver à tous !

Source : Claire Ruest, agente de santé et de sécurité au travail, pour l'équipe du Service de santé et de sécurité au travail.

Liste des arrivées et des départs

MRC DE LA MITIS

LES ARRIVÉES		LES DÉPARTS	
		Geneviève Caron Gendron	TES et ASSS
		Martin Turbide	ASSS
		Marc-Antoine L'Heureux	ASSS

MRC DE RIMOUSKI-NEIGETTE

LES ARRIVÉES		LES DÉPARTS	
Isabelle Lécuyer	Technicienne en administration		
Cidjie Proulx	ASSS		
Jean-François Gagnon	ASSS		
Louis Desmarais	Chef des services techniques		



Jean-François Gagnon



Isabelle Lécuyer



Cidjie Proulx

Source : Maude Lavoie, conseillère aux ressources humaines.

Dates de tombée des articles pour les prochaines parutions :

**13 décembre 2010 - 10 janvier 2011 - 14 février 2011
14 mars 2011 - 11 avril 2011 - 9 mai 2011 et 13 juin 2011**

Vous transmettez vos articles par courriel à l'adresse :

convergence.crditedbsl@ssss.gouv.qc.ca

Pour nous joindre

CRDITED du Bas-Saint-Laurent

325, rue Saint-Jean-Baptiste Est, 3^e étage, Rimouski (Québec) G5L 1Y8

Téléphone : (418) 723-4425 Télécopieur : (418) 723-3196