



DIGNE DE CONFIANCE,
à chaque instant

LE LIEN

Bulletin d'information
du Centre intégré de santé
et de services sociaux
de Laval

VOL. 7 • NO 4 • 5 mars 2021

Depuis le 25 février 2021

Début de la **vaccination** massive de la population générale à Laval

Avec l'ouverture officielle de son premier centre de vaccination massive, le jeudi 25 février 2021, le Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de Laval a entamé la vaccination contre la COVID-19 des citoyens lavallois âgés de 85 ans et plus, puis l'opération s'est entendue aux 70 ans et plus depuis le 1^{er} mars 2021.

Les autres tranches d'âge seront vaccinées selon les groupes identifiés par le gouvernement et le nombre de doses que recevra le CISSS de Laval. Les 60 ans et plus, les personnes adultes qui ont une maladie chronique ou un problème de santé augmentant le risque de complications de la COVID-19, le personnel des services essentiels en contact avec des usagers et le reste de la population adulte suivront selon la séquence prévue.

En parallèle, la vaccination se poursuit dans les résidences pour personnes âgées (RPA) du territoire.

Pour maximiser l'opération, un total de quatre centres de vaccination massive seront graduellement en fonction.

Trois centres commerciaux ont été choisis pour assurer l'accessibilité à la population lavalloise :

- à l'ouest, au Méga Centre Notre-Dame, en bordure de l'autoroute 13;
- au centre, au Quartier Laval, près de la place Bell et du Cégep Montmorency;
- à l'est, au SmartCentres Laval Est, à l'intersection de l'autoroute Papineau et de la 440.

Un 4^e centre ouvrira sous peu à la Place Sports Experts (Place Forzani).

Chacun des centres de vaccination massive permettra de vacciner de 800 à 1 000 personnes par jour, et ce, sept jours sur sept. Ils seront ouverts pour une période de 12 heures par jour.

Opération vaccination COVID-19



25 février 2021 - Journée d'inauguration



Accompagnée par la directrice de la vaccination de Laval, Isabelle Parent, et sous l'œil attentif des nombreux médias présents, madame Gisèle Fortaich, 86 ans, a été la toute première à être vaccinée au centre de vaccination massive du Quartier Laval.

Elle, qui avait été hospitalisée après avoir contracté la COVID-19, se trouve chanceuse d'avoir surmonté cette épreuve difficile.

<> Je me sens très bien. C'était important pour moi, parce que j'ai eu la COVID-19, et j'avais hâte d'avoir le vaccin. Ça a très bien été.

Plus de 300 personnes ont été vaccinées lors de cette première journée de l'opération.



Uniquement sur rendez-vous
[Québec.ca/vaccinCOVID](https://quebec.ca/vaccinCOVID)

1 877 644-4545



Dans le centre de vaccination, un **parcours** en 5 étapes est proposé aux citoyens :

1. en commençant par une inscription rapide;
2. une brève évaluation et le consentement à la vaccination;
3. un professionnel de la santé vous identifiera à nouveau pour s'assurer de l'identité de la bonne personne;
4. le vaccin est administré;
5. avant de quitter, afin d'observer une réaction allergique possible, une période d'attente de 15 minutes est nécessaire, ou plus si requis.

Pour prêter **main-forte** à cette opération d'envergure?

Le CISSS de Laval recherche :

- Des personnes pour réaliser des tâches administratives, d'accueil et de coordination.
- Des personnes pour vacciner et injecter.

Pour faire part de votre intérêt, vous pouvez acheminer votre intention de volontariat à l'adresse courriel suivante :

vaccination.covidlaval.cisslav@ssss.gouv.qc.ca

Assurez-vous d'indiquer : votre secteur d'intérêt, nom, matricule et titre d'emploi, nom de votre gestionnaire et votre service, disponibilités.

Nous vous invitons à partager cette recherche de main d'œuvre à votre entourage.

Les personnes intéressées, qui ne sont pas des employés du CISSS de Laval, peuvent manifester leur intérêt par le site jecontribuecovid19.gouv.qc.ca.



Le PDG du CISSS de Laval, Christian Gagné, avec l'équipe du centre de vaccination massive du Quartier Laval

La résidence le **Marronnier** se mobilise pour témoigner sa gratitude au personnel de l'Hôpital de la Cité-de-la-Santé

Les résidents du Marronnier ainsi qu'une partie des membres du personnel se sont mobilisés le 12 février 2021 afin de témoigner leur gratitude aux professionnels de la santé. Malgré le froid mordant, la grande majorité est sortie sur leur balcon avec chaudrons et cuillères de bois pour faire entendre leur message de remerciement. Le personnel de l'hôpital a été très touché par ce témoignage lors de leur sortie massive de l'hôpital en fin de journée.



C'est un résident du Marronnier, monsieur Legault, qui a initié le projet avec le directeur des opérations, monsieur Michaël Maisonneuve. Tout a commencé avec l'idée de mettre en place un message d'encouragement visible par les gens qui travaillent sans relâche depuis le début de la pandémie à l'Hôpital de la Cité-de-la-Santé.

Une affiche illuminée avec l'inscription « Merci » a donc été créée et apposée sur le côté nord-ouest (vers l'hôpital) de la Phase E du complexe résidentiel de 1 600 résidents.

« Un athlète a besoin d'être encouragé dans un marathon, et ce, jusqu'à la ligne d'arrivée. Le personnel de la santé se donne corps et âme depuis 11 mois, il faut leur faire savoir tous les jours que nous apprécions leur dévouement », explique Catherine Ladouceur, directrice des communications-marketing de la résidence privée pour aînés autonomes.



Questionnaire sur l'utilisation

Plus de 6 000 **crampons** distribués aux employés

Josée Perreault

Conseillère en prévention, santé et mieux-être



Depuis novembre 2020, nous avons débuté un projet pour le port des crampons accessible à tous les employés de Laval. Ce projet a été amorcé lors de nos rencontres du comité paritaire de santé et de sécurité du travail avec les parties syndicales. L'objectif est de procurer des crampons comme équipement de protection individuelle pour tous et diminuer le nombre de chutes lié aux conditions hivernales. Cette mesure s'ajoute à celles en place (promouvoir l'utilisation des allées piétonnes lors de déplacement, augmenter le nombre de bacs à sel et à sable, etc.).

Avec l'aide des employés qui se déplacent à domicile, nous avons déterminé le type de crampons efficaces selon le nombre de sorties à effectuer par jour, pour le travail. Lors du déploiement de la remise des crampons, à la suite de deux commandes importantes, plus de 6 000 crampons ont été distribués. Plus de la moitié des employés ont maintenant des crampons pour accéder à leur bureau et pour se déplacer dans nos différentes installations.

Nous invitons les employés à remplir ce questionnaire en ligne après quelques semaines d'utilisation des crampons.

Merci pour votre participation.



[Pour remplir le questionnaire](#)

Pour penser différemment la douleur émotionnelle

Équipe Aller mieux ensemble

Aller mieux ensemble est un ensemble de services mis en place par le CISSS de Laval pour soutenir ses employés, gestionnaires, stagiaires et bénévoles afin de réduire les effets néfastes de la pandémie sur leur santé psychologique. Nous avons préparé une série d'articles pour vous présenter des moyens concrets pour prendre soin de vous en ce temps de crise.

SOUFFRANCE = DOULEUR x RÉSISTANCE

La **douleur** réfère aux sources de mal être ou d'inconfort qui surgissent au cours d'une vie, comme un accident, une maladie ou la mort d'un être aimé, une pandémie, des inondations, etc. Elle peut aussi faire référence à un problème courant comme des douleurs physiques, de l'anxiété, un sentiment de tristesse, de l'insomnie ou des conflits relationnels.

La **résistance** désigne l'effort conscient ou inconscient visant à repousser la douleur (physique ou émotionnelle). On pourrait alors utiliser la fuite ou la lutte face à ces sensations désagréables. Il s'agit ici d'une réaction normale chez l'être humain de vouloir que les choses désagréables cessent.

La **souffrance** est le résultat de la résistance à la douleur. La souffrance est la tension physique et émotionnelle qui s'ajoutent à votre douleur, couche après couche.



À visionner : [L'étonnante puissance de l'autocompassion](#)
(Capsule vidéo de « La série qui fait du bien »)

Pour arriver à diminuer votre résistance

- Prenez une pause pour accueillir la douleur sans vous blâmer et sans vous juger.
- Nommez l'émotion (douleur).
- Revenez aux sensations physiques dans votre corps (ex. tension, palpitation, serrements).
- Partagez votre vécu avec des proches ou des ressources, le soutien est essentiel dans les moments difficiles.
- Trouvez ensuite une activité suscitant une émotion contraire afin de retrouver l'équilibre.
- Faites votre liste de gratitude aussi souvent que possible.



Si votre résistance à la douleur diminue, il en sera de même de votre souffrance. Vous pourrez ainsi apprendre à avancer avec la douleur tout en préservant vos énergies vitales.

Consultez la fiche complète en ligne :

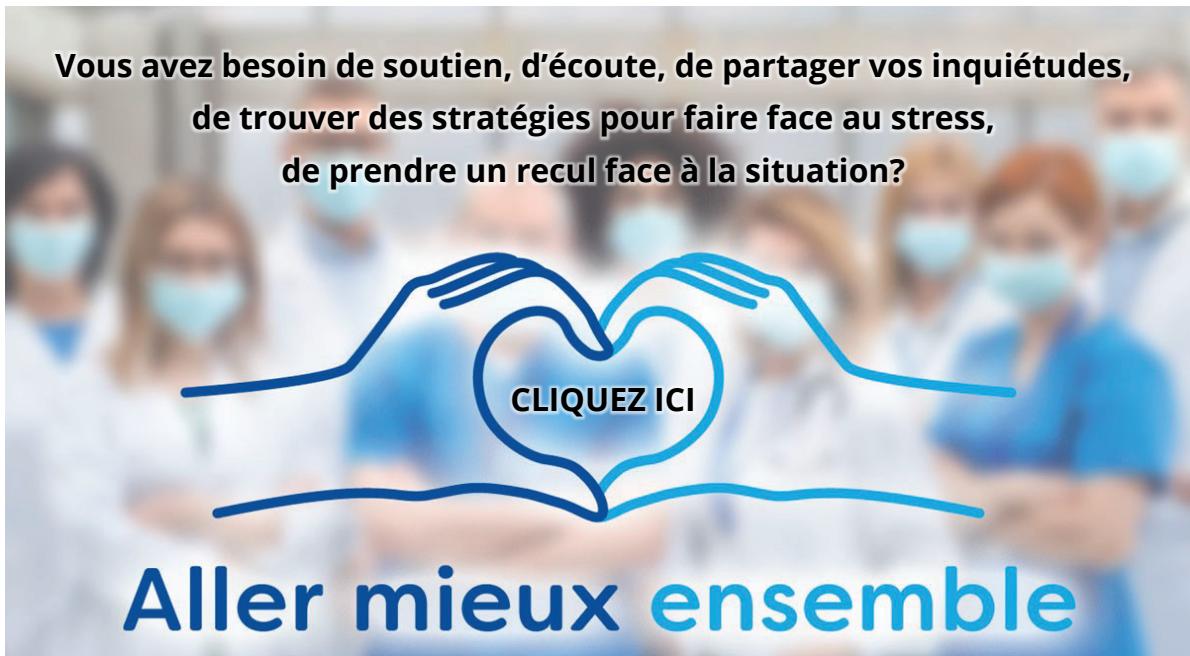
http://www.lavalensante.com/fileadmin/internet/ciss_laval/COVID_19/Psychosocial/20201223FicheAutocompassion_vfinale.pdf

Référence : Inspiré du livre *L'autocompassion* de Christopher K. Germer (2013).

You avez besoin de soutien, d'écoute, de partager vos inquiétudes, de trouver des stratégies pour faire face au stress, de prendre un recul face à la situation?

CLIQUEZ ICI

Aller mieux ensemble



ÉVÉNEMENTS À NE PAS MANQUER



- 18 mars 2021 - Conférence scientifique
 - Dépister l'**hypertension artérielle** : une opportunité à saisir sans rendez-vous
 - La télésurveillance des symptômes de **COVID-19** chez les hypertendus en situation de confinement



Cette présentation, en deux parties, portera, dans un premier temps, sur le dépistage de l'hypertension artérielle (HTA) lors de consultations sans rendez-vous. Menée auprès de 50 adultes consultant en clinique sans rendez-vous dans un GMF de Laval, une étude indique que, chez les individus dont la pression artérielle (PA) est élevée lors de la mesure initiale des signes vitaux, l'ajout d'une mesure de la PA automatisée en série permet de reconnaître et de cibler ceux qui devraient obtenir une référence pour un moniteur ambulatoire de pression artérielle (MAPA) confirmant un diagnostic d'HTA.

Dans un deuxième temps, l'étude HYTECC, dont seront présentés les résultats préliminaires, vise à décrire le lien entre une variation des signes vitaux complets, effectués en automesure, et la présence et/ou la sévérité des symptômes associés à la COVID-19, le taux de maîtrise de l'HTA pour cette population adulte, confinée et ayant un accès limité aux soins de santé usuels, de même que d'évaluer l'acceptabilité de l'utilisation d'outils de télémédecine par les participants.

Conférencier : **André Michaud**, inf., PhD., professeur adjoint, École des sciences infirmières, Université de Sherbrooke, chercheur régulier, Pôle 1 de recherche sur les transformations des pratiques cliniques et organisationnelles, CISSS de Laval

Quand : **18 mars 2021**
12 h à 13 h

Où : **Diffusion par Zoom**
Rendez-vous à l'adresse suivante pour vous inscrire : <http://bit.ly/Michaud2021>

Possibilité d'obtenir une attestation de participation.

Les conférences scientifiques sont organisées par la Direction de l'enseignement universitaire et de la recherche du CISSS de Laval. Pour plus d'information, écrivez au : deur.cisslav@ssss.gouv.qc.ca.

Renouvellement de votre **permis d'exercice** 2021-2022

Avis aux membres d'un ordre professionnel

Vous devez procéder dès maintenant au renouvellement de votre permis d'exercice pour l'année 2021-2022

Plusieurs membres du personnel du CISSS de Laval font partie d'un ordre professionnel et doivent renouveler leur permis d'exercice annuellement. L'inscription aux tableaux des ordres est une obligation professionnelle et il est de la responsabilité de l'employé de procéder à ce renouvellement dans les délais prescrits par les différents ordres.



FONDATION
CITÉ DE LA SANTÉ

Rouler pour la vie

Christine Girard

Directrice des communications
Fondation Cité de la Santé



La Fondation Cité de la Santé, en étroite collaboration avec la Fédération québécoise des sports cyclistes et les autorités compétentes, met tout en œuvre pour réaliser **en « présentiel »** le traditionnel Défi vélo 300 km pour la VIE (11 et 12 septembre 2021). Vous le savez comme nous, les diagnostics en cancérologie n'ont pas diminué avec la pandémie et les patients traités à Laval ont besoin de notre soutien!

Quand? 11 et 12 septembre 2021

Quoi? 325 km sur deux jours (aller-retour Laval et Trois-Rivières)

Détails? 150 cyclistes, répartis en trois pelotons de vitesse roulant librement sur la route (fermée à la circulation par les policiers)

Pourquoi? Recueillir des fonds pour le **Programme de cancérologie de Laval**, permettant de financer des initiatives et appareils médicaux essentiels pour améliorer les soins aux patients.

Combien? L'inscription coûte 200 \$ et couvre les frais fixes de l'événement (hébergement, repas et ravitaillement). Les participants sont invités à amasser un minimum de 1 000 \$ pour les patients en cancérologie à Laval.

Joignez-vous à nous pour un défi qui sera sécuritaire, adapté à la situation sanitaire de septembre prochain, mais qui nous permettra d'exprimer notre solidarité. Cyclistes, c'est le moment de vous inscrire et de débuter votre entraînement. Une excellente façon de saluer l'arrivée prochaine du printemps, et de l'espoir!



Pour plus de détails et pour vous inscrire :
www.300kmpourlavie.com

Les prochains numéros du bulletin *Le Lien*

- Parution du 19 mars 2021 (date de tombée 9 mars 2021)
- Parution du 2 avril 2021 (date de tombée 22 mars 2021)

Vous aimeriez publier un article dans le bulletin d'information du CISSS de Laval? Envoyez vos textes, maximum de 250 mots avec, si possible, une photo de bonne qualité en format JPG par courriel à communications.cisslaval@ssss.gouv.qc.ca.

Vous avez des questions? Communiquez avec Charlaine Laplante : 450 978-8300, option 1, poste 18225.

Le bulletin *Le Lien* est une réalisation de la Direction des ressources humaines, des communications et des affaires juridiques. Merci à toutes les personnes qui ont contribué à la réalisation et à la diffusion de ce numéro.

Une version PDF du bulletin *Le Lien* est disponible sur le site www.lavalsante.com et archivée à [Bibliothèque et Archives nationales du Québec](#).

ISSN 2369-5315 (En ligne)

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
de Laval

