

En mouvement

Bulletin interne du CISSS du Bas-Saint-Laurent

Vol. 6 / N° 17 / 9 mars 2021

Le 11 mars,

je me souviens des victimes
de la COVID-19, pour moi,
ma famille et leurs proches.



Un recueillement national à la mémoire des victimes de la COVID-19

Il y a un an, les gens du Bas-Saint-Laurent, tout comme les Québécoises et les Québécois ainsi que la population du monde entier, ont vu leur vie prendre un tournant inattendu avec l'arrivée du nouveau coronavirus. Des vies humaines ont été prises ou fragilisées par la COVID-19; celles de nos personnes âgées, surtout, mais aussi celles de personnes de tout âge et de toute condition.

Ainsi, le jeudi 11 mars prochain, le gouvernement du Québec tiendra une journée dédiée à la

commémoration des victimes de la COVID-19, conviant ainsi toute la population à se recueillir collectivement pour les personnes emportées par cette maladie.

À la demande de monsieur François Legault, premier ministre du Québec, cette journée sera soulignée par :

- une mise en berne nationale du drapeau du Québec pour tous les édifices publics;
- une minute de recueillement à la mémoire des victimes de la pandémie à 13 h précisément.

Le CISSS du Bas-Saint-Laurent invite tous les membres de sa communauté interne à se mettre au diapason du reste du Québec en observant, si possible, ce moment de recueillement, geste de sympathie à la mémoire des victimes issues de notre région et du reste du Québec. En leur nom, merci pour cette délicate pensée.

La présidence-direction générale

Programme d'infirmière
praticienne en première ligne

Rencontre d'information organisée par l'UQAR

Les personnes intéressées sont invitées à participer à une rencontre organisée par l'UQAR sur le nouveau programme d'infirmière praticienne en première ligne (IPSP) qui débutera en septembre.

Trois moments offerts :

Le mercredi, 17 mars
8 h 30 ou 14 h 30 ou 16 h 30

Rencontre d'information par vidéoconférence ZOOM :

N° de réunion : 884 1631 2599
Code d'accès : 047381

POSE TA PAUSE!

Dans le contexte actuel, le niveau de stress et la détresse psychologique augmentent rapidement. Il est reconnu que, dans une telle situation, prendre une pause est un geste nécessaire et a un impact significatif sur notre bien-être personnel et sur le rendement au travail. C'est dans cette optique que nous vous proposons notre défi « Pose ta pause ».

Pour participer, rien de plus simple! Prenez une photo de vous lors d'une pause et faites-nous la parvenir par courriel à l'adresse suivante : enmouvement.ciassbsl@ssss.gouv.qc.ca. Le défi se tiendra du 9 mars au 17 avril... mais vos bonnes habitudes de prendre une pause devront se poursuivre



après cette période!

À chacune et chacun de trouver la pause qui lui convient et qui est adaptée à sa réalité. Voici quelques exemples de pauses pour vous inspirer... et qui doivent se faire dans le respect des consignes sanitaires en vigueur.

Pauses physiques

- Faire des micropauses ergonomiques : changer de posture, faire un exercice d'étirement ou de respiration, ou encore regarder au loin pour diminuer la fatigue visuelle;
- Profiter de l'heure du dîner pour sortir dehors;

- Se déplacer pour rencontrer un collègue plutôt que d'envoyer un courriel.

Pauses psychiques – sociales

- Taquiner les collègues et rire;
- Parler d'autre chose que du travail;
- Prendre le temps de jaser avec les collègues;
- Prendre des pauses santé ou manger avec les collègues quelques fois par semaine.

« Prenez la pose » lors de votre pause!

Consulter mes
résultats d'examen
ou ceux de mes
proches reste un bris
de confidentialité,
même en temps
de pandémie.



La confidentialité,
J'Y TIENS!

INSCRIPTION
TABLEAU OIIQ
2021-2022

La période d'inscription au tableau 2021-2022 de l'OIIQ (Ordre des infirmières et infirmiers du Québec) est maintenant commencée.

Cette année, la date limite pour vous inscrire, remplir votre déclaration annuelle et procéder au paiement de votre cotisation, sans frais de retard, est le 15 mars 2021 à 23 h 59.

Pour les détails et pour vous inscrire, consultez le site Web de l'OIIQ au oiiq.org/inscription-au-tableau.

Québec

COVID-19 – Dernières nouvelles



Palier 3
Alerte

Pour plus d'informations :
cisss-bsl.gouv.qc.ca/etat-covid

Section COVID-19 de la zone professionnelle du site Web
cisss-bsl.gouv.qc.ca/covid19

Section COVID-19 de l'intranet
mon.intranet.cisssbsl.rtss.qc.ca, Menu principal > COVID-19

Info-Vaccination COVID-19 du 1^{er} et du 8 mars 2021

Des nouveaux numéros de l'Info-Vaccination COVID-19 sont disponibles pour consultation. Pour ce faire, [visitez la zone professionnelle COVID-19 du site Web, section Vaccination](#).

Planification de la seconde dose de vaccin contre la COVID-19

À la suite d'une nouvelle recommandation de la Santé publique, le ministère de la Santé et des Services sociaux a annoncé le 3 mars 2021 que la seconde dose de vaccin contre la COVID-19 sera administrée dans un intervalle de 16 semaines après la première dose. Pour plus d'information, [visitez l'intranet dans la section COVID-19 > Nouvelles](#).

La prise de rendez-vous pour la vaccination contre la COVID-19

La vaccination contre la COVID-19 est faite par étapes et est réservée aux personnes faisant partie des groupes prioritaires comme précisé par le ministère de la Santé et des Services sociaux du Québec. La prise de rendez-vous est obligatoire et se fait en ligne au Quebec.ca/vaccinCOVID ou par téléphone (pour les personnes n'ayant pas accès à Internet) au 1 877 644-4545.

Modifications au site non traditionnel (SNT) de Rimouski – zone tiède – et changement de direction responsable

En lien avec la note de service qui a été expédiée le 21 janvier dernier, des modifications ont été apportées au site non traditionnel (SNT) – zone tiède – NSA – Rimouski – Hôtel Le Navigateur. La mission de ce site ne sera plus désormais d'accueillir les usagers NSA et sera un SNT zone tiède sous un modèle semblable au SNT de Saint-Antonin. Notez qu'à compter du 8 mars, la responsabilité du SNT sera assumée par Mme Claudie Deschênes, directrice des programmes santé mentale et dépendance. Pour plus d'information, [visitez l'intranet dans la section COVID-19 > Nouvelles](#).

Suspension de la mission COVID en lits de courte durée à l'Hôpital de Rimouski

Nous désirons vous informer qu'étant donné la situation épidémiologique au Bas-Saint-Laurent et afin de contribuer à la

Je reste vigilant!

Pour contrer la COVID-19

Avant et après chaque utilisation, je nettoie les surfaces et je désinfecte les objets partagés.

✓ Si je donne des soins ou des services aux usagers
Je nettoie le tensiomètre, l'appareil à glycémie ou tout autre matériel utilisé.

✓ Si j'ai un rôle administratif
Je désinfecte les postes de travail partagés, le photocopieur, la perforatrice, l'équipement téléphonique, les crayons feutres, etc.

✓ Dans la salle de pause et de repas
Je n'oublie pas le micro-ondes, la poignée du frigo ou tout autre matériel partagé, ainsi que la table, ma chaise, les comptoirs, etc.



Je porte le même masque de procédure pendant 4 heures au maximum.

----- 2 m -----

Je garde une distance de 2 mètres avec mes collègues.

Merci de votre collaboration!
Chaque geste compte.

reprise des activités délestées dans les derniers mois, la mission COVID en lits de courte durée (5^e pavillon C de l'hôpital de Rimouski) est suspendue temporairement jusqu'à nouvel ordre. Pour plus d'information, [visitez l'intranet dans la section COVID-19 > Nouvelles](#).

Foire aux questions : télétravail en contexte de pandémie

Vous travaillez à partir de la maison ? Vous aimeriez en savoir davantage sur l'ergonomie de votre poste de travail, le matériel fourni par l'employeur dans le cadre du projet de télétravail en contexte de pandémie, le jeton de téléaccès?

Consultez la foire aux questions sur le télétravail à partir du site Web de notre organisation :

cisss-bsl.gouv.qc.ca/teletravail



Centre intégré
de santé
et de services sociaux
du Bas-Saint-Laurent

Québec

COVID-19

Ligne téléphonique pour le personnel : 1 833 799-0050

Option 1 : Santé et sécurité au travail et dépistage (7 jours sur 7, de 8 h à 16 h)
suivi.covid.infirmieres.sst.cisssbsl@ssss.gouv.qc.ca

Option 2 : Conditions de travail (lundi au vendredi, de 8 h à 12 h et de 13 h à 16 h)

