

JOURNAL L'ÉCHO

D'AVRIL 2026



LA GESTIONNAIRE RESPONSABLE DU MILIEU DE VIE



Chères résidentes, chers résidents,

Le mois d'avril est enfin arrivé, apportant avec lui la lumière, la douceur et un bel air de renouveau. C'est un plaisir de vous retrouver dans cette nouvelle édition de notre journal mensuel.

Avril, c'est aussi le mois de la fête de Pâques, un moment rempli de symboles de partage, de douceur et de traditions. Pour l'occasion, quelques activités spéciales et petites attentions vous seront proposées afin de souligner cette fête dans la bonne humeur. Nous espérons que ces moments vous apporteront joie et sourires. Toute l'équipe travaille avec cœur pour que notre milieu de vie demeure accueillant, sécuritaire et agréable pour chacun d'entre vous.

Comme vous pourrez le voir ci-après, du 1^{er} avril au 16 mai 2026, vous aurez la possibilité d'exprimer votre avis par l'intermédiaire du sondage sur la qualité de nos services. N'hésitez pas, c'est le moment de faire entendre votre voix soit en remplissant le questionnaire papier, soit en le complétant directement sur le site du CIUSSS de la Capitale Nationale selon les informations données sur l'affiche ci-après. Merci pour votre participation.

Je vous souhaite un très beau mois d'avril, rempli de sourires, de petites joies et de beaux échanges.

Au plaisir de vous croiser.

Isabelle Néron
Gestionnaire Responsable du Milieu de Vie

Votre opinion compte pour nous!

Sondage sur la qualité de nos services

du 1^{er} avril au 16 mai 2026

Vous êtes un résident ou un proche?

Vous êtes invités à répondre au sondage visant à connaître votre expérience des soins et services offerts dans votre milieu de vie.

**Vous avez jusqu'au samedi 16 mai 2026
pour remplir le sondage.**

Vous pouvez répondre au sondage par le biais d'un questionnaire papier ou en ligne en utilisant le lien suivant :

www.ciussscn.ca/sondage



Merci pour votre participation!

Le CIUSSS de la Capitale-Nationale et votre comité des résidents

Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Capitale-Nationale

Québec 

LE COMITÉ DES RÉSIDENTS



Vous désirez contribuer à l'amélioration des conditions de vie à Saint-Dominique?

Votre implication, vos visites et vos contacts sont importants pour vos proches, et tous les résidents que vous côtoyez lors de vos visites.

Le comité des résidents au Domaine Saint-Dominique existe grâce à l'engagement de personnes comme vous, qui avez à cœur le bien-être de tous les résidents.

Notre comité, actuellement composé de 2 résidents et de 2 proches, veille à ce que tous soient traités dans le respect de leur dignité, tout en reconnaissant leurs droits et libertés.

Notre comité a pour fonctions :

- De promouvoir l'amélioration de la qualité des conditions de vie;
- De renseigner et défendre les droits et intérêts collectifs, ou à la demande d'un résident, ses droits et ses intérêts auprès du CHSLD ou de toutes autorités compétentes;
- D'accompagner les résidents ou leur représentant qui désirent porter plainte.

Nous nous rencontrons environ six fois par année avec la gestionnaire du milieu de vie, Mme Isabelle Néron, et les chefs de service. Lors de ces rencontres, nous abordons plusieurs sujets tels : la nutrition, les soins, les loisirs, l'aménagement des lieux intérieurs et extérieurs, la planification des activités et bien plus.

La durée des rencontres est d'environ deux heures et les frais de déplacement sont remboursés.

Votre implication peut améliorer les conditions de vie de nos résidents et c'est pourquoi nous sollicitons votre participation. Si vous désirez plus d'informations, n'hésitez pas à communiquer avec nous.

Le 4^{eme} droit : Le droit de recevoir les soins que requiert votre état

Tout résident a le droit de recevoir les soins que son état de santé nécessite lorsque sa vie est en danger.

En cas d'urgence, une personne qui n'est pas en mesure de donner son consentement recevra quand même les soins nécessaires, sauf dans le cas où il existe une indication contraire.

N'hésitez pas à communiquer avec nous si vous avez des questions, des commentaires ou afin que nous puissions vous aider à solutionner vos insatisfactions :

Par courriel : cr.saint-dominique.ciussscnc@ssss.gouv.qc.ca

Par téléphone : 418-681-3561 # 16732

Les anniversaires d'avril

Le 2 :

M. Jean-Marie Rousseau
M. Guy Paquin

Le 6 :

Mme Germaine D'amour
Mme Odette Germain

Le 9 :

Mme Ruth Brodeur

Le 10:

M. Gilles Côté
Mme Jacqueline Lajeunesse

Le 16 :

Mme Rachel HAMEL
M. Jacques MC MULLIN

Le 17:

Mme Jeaninne Lemay

Le 20 :

M. Jimmy Sansoucy

Le 22 :

Mme Pierrette Robitaille

Le 29 :

Mme Pierrette Dion

Le 30 :

Mme Yvette Anctil
Mme Mireille Demussac



L'ANIMATION DU MILIEU DE VIE

C'est l'affaire de tous !

PERSONNEL, BÉNÉVOLES, PROCHES AIDANTS ET COMMUNAUTÉ

INCLUSION DES RÉSIDENTS

INVITER LES RÉSIDENTS PEU IMPORTE SES CAPACITÉS À PARTICIPER AUX ACTIVITÉS. TOUS LES RÉSIDENTS PEUVENT BÉNÉFICIER DES BIENFAITS DE L'ANIMATION DU MILIEU DE VIE



ESPACES THÉMATIQUE D'ACTIVITÉS

PROFITER DES ESPACES THÉMATIQUES D'ACTIVITÉS POUR SE RASSEMBLER ET S'OCCUPER DANS LE PLAISIR ET LA DÉCOUVERTE

MATÉRIEL DE LOISIRS

UTILISER ET RENDRE DISPONIBLE LE MATÉRIEL DE LOISIRS POUR LES RÉSIDENTS SUR LES UNITÉS DE VIE. IL EST ACCESSIBLE À TOUS ET POUR TOUS!



PARTENARIAT AVEC LA COMMUNAUTÉ

ACCUEILLIR LA COMMUNAUTÉ POUR LE BÉNÉFICE DES RÉSIDENTS

QUELQUES MINUTES SUFFISENT POUR ÉGAYER

LE QUOTIDIEN DES RÉSIDENTS.

ET SI CHACUN FAISAIT SA PART ?



Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de la Capitale-Nationale

Québec





Le rôle du (ou de la) Préposé(e) aux bénéficiaires en CHSLD

Le CHSLD est un univers foisonnant, rythmé, bruyant, profondément humain. Au cœur de cet écosystème se trouve un professionnel, indispensable : le **préposé aux bénéficiaires**, aussi appelé PAB.

Le PAB, c'est celui qui arrive très tôt et qui peut finir très tard... Sa mission officielle est claire : assurer les soins d'hygiène, le confort, la sécurité et le bien-être des résidents, tout en maintenant l'équilibre fragile entre dignité humaine, contraintes de temps.

Le corps à l'ouvrage... et l'esprit en alerte

Le travail du PAB est physique : Lever, tourner, transférer, soutenir, repositionner. Le tout en protégeant son dos, ses épaules, ses genoux tout en gardant sa bonne humeur.

Être PAB, c'est aussi faire preuve d'une vigilance constante. Observer un changement d'humeur, une rougeur suspecte, un appétit inhabituellement absent. C'est remarquer que « Madame XXXX n'est pas comme d'habitude aujourd'hui », et le faire remonter au personnel infirmier.

Une relation humaine, version accélérée

Le PAB entre dans l'intimité des gens. Vraiment. Il aide à se laver, à s'habiller, à manger, à aller aux toilettes. Il est témoin de la vulnérabilité, de la fatigue, de la confusion, parfois de la colère. Et il doit composer avec tout cela... avec respect, patience et un sourire sincère, même quand on lui répète pour la quatrième fois en dix minutes que « ce n'est pas comme ça qu'on faisait avant ».

Avec certains résidents, une relation unique se crée. On apprend leurs expressions préférées, leurs peurs, leurs manies. On sait qui aime jaser, qui préfère le silence, qui veut absolument être coiffé avant le déjeuner. Le PAB devient repère, routine, parfois confident. Il reçoit des mercis, des regards reconnaissants... et parfois des insultes lancées sans filtre par la maladie.

Dans un CHSLD public, le PAB jongle avec un horaire serré, des imprévus constants et un nombre de tâches qui semble se multiplier dès qu'il tourne le dos. Donner un bain, aider à manger, répondre à une cloche, rassurer une personne anxieuse, nettoyer, documenter, recommencer.

Tout cela en respectant des protocoles, des procédures, des normes de sécurité, et en s'adaptant à des effectifs parfois réduits. Le PAB devient alors expert en priorisation éclair : « urgence réelle » versus « urgence ressentie », le tout sans jamais minimiser la détresse de la personne devant lui.

L'humour comme équipement de protection

Sans humour, le métier serait invivable. Heureusement, le PAB en possède un solide. On rit entre collègues, parfois avec les résidents, souvent de situations absurdes : Rire d'un soulier disparu mystérieusement, d'un téléviseur allumé sur une chaîne introuvable, ou d'un résident qui jure n'avoir jamais demandé ce qu'il demande présentement.

Cet humour n'est jamais moqueur : il est une soupape, une façon de rester humain dans un environnement où l'on côtoie quotidiennement la perte d'autonomie, la maladie et la fin de vie.

Le préposé aux bénéficiaires est la continuité des soins, le lien entre le résident, l'équipe infirmière, la famille. Il est celui qui connaît vraiment les gens, au-delà des dossiers et des diagnostics.

Être PAB en CHSLD, ce n'est pas « juste un job ». C'est un métier exigeant, profondément humain, qui demande de la force, du cœur, de la patience et une capacité étonnante à donner sans compter. Ce n'est pas un rôle facile. Mais pour ceux qui l'exercent, **c'est toujours un rôle qui a du sens !**



LES TÉMOIGNAGES

Un beau texte de Félix Leclerc sur la vieillesse

Ce n'est pas parce que je suis un vieux pommier,
que je donne de vieilles pommes

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son cœur.
 Sans remords, sans regret, sans regarder l'heure
 Aller de l'avant, arrêter d'avoir peur,
 Car à chaque âge se rattache un bonheur.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec son corps.
 Le garder sain en dedans, beau en dehors.
 Ne jamais abdiquer devant un effort.
 L'âge n'a rien à voir avec la mort.

Vieillir en beauté, c'est donner un coup de pouce
 A ceux qui se sentent perdus dans la brousse
 Qui ne croient plus que la vie peut être douce
 Et qu'il y a toujours quelqu'un à la rescousse

Vieillir en beauté, c'est vieillir positivement.
 Ne pas pleurer sur ses souvenirs d'antan.
 Être fier d'avoir les cheveux blancs,
 Car pour être heureux, on a encore le temps.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec amour,
 Savoir donner, sans rien attendre en retour,
 Car où que l'on soit, à l'aube du jour,
 Il y a quelqu'un à qui dire bonjour.

Vieillir en beauté, c'est vieillir avec espoir
 Être content de soi en se couchant le soir.
 Et lorsque viendra le point de non-recevoir,
 Se dire qu'au fond, ce n'est qu'un au revoir !

Ne regrette pas de vieillir,
C'est un privilège refusé à beaucoup !

« Biographie de la Langue française »

Je suis née au 14^{ième} siècle, plus précisément en 1539 ; alors le latin était parlé en Europe. Cependant en France, la population avait développé dans chaque ville, un patois seulement connu à l'intérieur de la ville. C'est alors que François 1^{er}, Roi de la France, décréta par une ordonnance, que le français devra être la langue officielle pour toutes les procédures législatives, les registres de mariages, les sentences, les testaments, les contrats notariés, tout acte de justice, afin que ce soit enregistré et délivré aux parties en langue française. Il installe une nation française et exige que les lettres gothiques remplacent les lettres romaines avec les premiers accents à commencer par la Bible. C'était quand même loin du français actuel car il y avait beaucoup de y, de z et de répétition de lettres comme deux h à la suite.

En 1534, j'arrive en Amérique en une terre que Jacques Cartier nomme Canada. Mais c'est en 1608 que Champlain donne un ancrage au français en fondant Québec. Comme il n'y a que des hommes, le Cardinal Richelieu et la Compagnie de la Nouvelle France, avec l'aide de Louis XIV envoie les filles du Roi pour implanter cette nouvelle colonie. Ces filles viennent d'orphelinats ou de familles défavorisées, sont âgées de 13 à 16 ans et ont pour mission de peupler cette nouvelle colonie. Elles viennent de plusieurs parties de la France (Normandie, Poitou, Bretagne, Ile de France) et parlent un français de belle qualité. Au Québec, on parle un français évolutif et non arénique, comme il est souvent rapporté.

Plus tard, en 1755 en Acadie, le français et le catholicisme sont bannis par l'arrivée des Anglais. La déportation appelée « Le grand dérangement » vers La Louisiane où il y avait déjà un groupe de français installés dès la fin du 17^{ième} siècle. On y parle Cajun mélange de français et d'espagnol.

Plusieurs colonies françaises émergent autour du monde.

En 1794, l'Abbé Grégoire voulait promouvoir l'unité et utiliser le français et permettre à tous d'étudier et d'apprendre des connaissances autrefois réservées pour l'élite et la noblesse.

Au 18^{ème} siècle, naissance de l'Académie française et des Encyclopédies.

La langue est un import-export car plusieurs mots de vocabulaire se rapportent à une activité spécifique : danse, musique, cuisine, sports, etc...

Le rôle de l'Académie n'est pas de figer la langue mais de l'accompagner.

On réforme l'orthographe qui date depuis plusieurs siècles, dans le but de rendre la langue pure, éloquente et transgénérationnelle.

Les dictionnaires doivent suivre l'évolution d'une langue car de nouveaux intérêts se créent. Exemple : le climat, l'environnement, l'informatique, l'écologie, la musique, l'intelligence artificielle.

En 1990, M. François Mitterrand exige une mise à jour du français et affirme qu'il est important de développer un amour pour cette langue qui unifie les pays.

Maintenant, la technologie a favorisé l'utilisation d'une seule langue soit l'Anglais, mondialement, et ce dans plusieurs domaines dont l'aviation entre autres.

On stipule que le tiers des mots anglais sont d'origine française à cause de Guillaume Le Conquérant.

Les lexicographes se penchent sur la formation des nouveaux mots dû à l'évolution du monde. La fréquence d'un nouveau mot et la durée de son utilisation fera qu'il sera gardé ou non. Mots qui viennent de toute la francophonie.

Le français n'est pas en déclin, au contraire, selon les linguistes, c'est la 5^{ème} langue la plus parlée au monde. 321.000.000 de personnes le parlent dont 160.000.000 d'africains (2023).

En 1967, le français devient la langue officielle du Québec.

Une langue doit évoluer, sinon elle disparaîtra !

Texte proposé par Mme Germaine d'Amour
Selon un documentaire présenté sur TV5 le 20 mars 2025

« Prions en Église »

L'Église, comme une mère, marche avec ceux qui marchent.

Là où le monde voit des menaces, elle voit des fils.

Là où l'on construit des murs, elle construit des ponts (Pape Léon XIV).

Avec Léon XIV, demandons que les dirigeants du monde choisissent le chemin du dialogue et de la diplomatie et non celui de la violence.

« On s'habitue à tout »

L'expression peut prendre différentes nuances allant de la résignation à la résilience. Un certain état d'esprit s'installe sournoisement pour en arriver à tenir les choses pour acquises. On ne voit plus la beauté de la vie.

La monotonie s'installe, la nonchalance s'incruste, les distractions se multiplient et elles se transforment en mauvaises habitudes et en désenchantement.

On s'habitue à tout, au détriment de l'émerveillement de la gratitude et de la reconnaissance.

L'abondance des biens matériels risque souvent de créer des murs infranchissables et des abîmes sans fond.

Dans notre société relativement bien nantie, de plus en plus de gens se retrouvent pourtant dans une situation précaire, incapables de se loger et de se nourrir convenablement.

Ouvrons nos cœurs et ne détournons pas nos regards de tous ces «Lazarre» qui frappent à nos portes.

Textes choisis dans « Prions en Église » et résumé par Gisèle Drouin,
Résidente

Nos chers disparus...

Georges SAVARD, le 25 février 2026

Jacques ARCHIBALD, le 27 février 2026

Claire HARDY, le 4 mars 2026

Claudette DENIS, le 4 mars 2026

Danielle GIASSON, le 5 mars 2026

Marie ROCHETTE, le 11 mars 2026

Robert GAGNON, le 14 mars 2026

Hortense DOUVILLE, le 16 mars 2026

Danielle BOUTET, le 17 mars 2026

Robert PAQUET, le 19 mars 2026

Nicole MASSIAS, le 20 mars 2026

Marc-André BRISSON, le 23 mars 2026



Roger ROCHETTE

Jean-Louis DENIS

Marc-André BRISSON

Janine THIBODEAU

Marcelle DAMOUR

Lina BEAUDET

Louise RIVARD

Pierre DASSYLVA

Bertrand VOYER



Parade de la St-Patrick (défilé de char allégorique)



Cercle littéraire



Animation musicale : Chansons de femmes



Messe chantée du 22 mars – Méditation œcuménique





LES JEUX

Entoure les 7 différences entre les 2 dessins



M O T S C A C H É S













L	N	A	V	N	V	Y	C	P	O	U	J	X	L
P	A	I	L	L	E	D	D	N	W	C	O	G	N
B	P	R	I	N	T	E	M	P	S	A	N	P	O
L	M	C	H	O	C	O	L	A	T	R	Q	O	P
Y	K	T	K	S	I	B	G	Y	R	O	U	U	O
O	E	K	M	K	U	L	H	K	X	T	I	L	U
E	E	Q	I	Q	J	U	I	C	G	T	L	E	S
U	G	T	Y	F	W	B	K	L	F	E	L	G	S
F	L	U	L	A	P	I	N	J	D	K	E	Q	I
J	I	L	J	S	U	W	E	N	X	Q	A	Z	N
D	S	I	F	F	L	E	U	R	S	X	H	W	Y
J	E	P	A	S	E	M	Q	J	Y	B	T	G	H
D	S	E	O	D	U	F	O	O	J	R	X	Q	M
D	I	M	A	N	C	H	E	Z	W	P	P	G	B

Carotte
 Fleurs
 Poussin
 Paille
 Dimanche
 Lapin
 Tulipe

Poule
 oeuf
 Chocolat
 Église
 Printemps
 Jonquille



Sudoku de Pâques



Jeu des différences, Pâques



Merci de votre participation

