

Journal mensuel

Novembre 2025

L'Écho





La gestionnaire du milieu de vie

Chers résidents, familles et membres du personnel,

Alors que le mois de novembre s'installe avec ses journées plus fraîches et ses teintes automnales, c'est un moment propice pour ralentir, se rassembler et prendre soin les uns des autres. Dans notre CHSLD, cette période de transition vers l'hiver est l'occasion de mettre en valeur la chaleur humaine et la solidarité qui nous unissent.

Novembre est aussi un mois de reconnaissance. À l'approche du Jour du Souvenir, nous rendons hommage à ceux et celles qui ont servi notre pays avec courage et dévouement. Plusieurs de nos résidents portent en eux des récits de vie empreints d'histoire et de résilience. Nous prenons le temps de les écouter et de les honorer.

Ce mois-ci, notre équipe loisirs vous propose une programmation diversifiée : activités culinaires, culturelles, des ateliers créatifs, des moments musicaux. Ces moments de partage sont essentiels pour maintenir un environnement vivant, chaleureux et respectueux du rythme de chacun.

Je tiens à remercier chaleureusement notre personnel, toujours dévoué, ainsi que les familles et bénévoles qui contribuent au mieux-être de nos résidents. Votre présence fait toute la différence.

Je vous souhaite un mois de novembre rempli de douceur, de réconfort et de beaux moments partagés.

Isabelle Néron
Gestionnaire responsable du Milieu de vie



Le comité des résidents

Chaque année, le début du mois de novembre nous ramène **La semaine nationale des droits des usagers**, qui a pour objectif de renseigner les usagers sur leurs droits et de mettre en valeur le travail réalisé par les comités des usagers et les comités des résidents dans les établissements de santé et de services sociaux de la province.

Du 9 au 15 novembre 2025, cette semaine se déroulera sous le thème : « Votre implication dans les comités des usagers et comités des résidents : un rouge essentiel pour la défense des droits ».

Plusieurs activités seront organisées, de concert avec les responsables des loisirs du Domaine pour souligner cette semaine toute spéciale.

Nous poursuivons la présentation des douze droits des usagers en vous présentant le 11^{ème} droit : **Le droit à la confidentialité de son dossier**.

Les employés au service d'un professionnel ou d'un établissement de la santé ont accès aux informations consignées au dossier du résident, pour accomplir leur travail.

Les membres du personnel, incluant le personnel administratif, les employés de soutien et les cadres, sont tenus à l'obligation de confidentialité. Cette obligation s'étend aussi aux bénévoles et aux fournisseurs de services, même s'ils n'ont pas accès au dossier du résident.

Tout établissement de santé et de services sociaux a l'obligation de constituer et de conserver un dossier pour tout résident admis, qui reçoit des soins ou des services. L'établissement doit assurer la garde du dossier et en préserver la confidentialité. L'accès au dossier est d'ailleurs strictement réglementé.

Les grands principes du respect de la confidentialité de la vie privée, du secret professionnel et de l'accès au dossier du résident découlent de différentes lois notamment : le Code civil du Québec, la Charte des droits et liberté de la personne, le Code des professions, la Loi d'accès aux documents des organismes publics et/ou la protection des renseignements personnels, la Loi sur les services de santé et les services sociaux (LSSS).

Voici quelques exemples possibles de violation de la confidentialité :

- Une infirmière mentionne la maladie d'un résident devant d'autres résidents au moment de la prise quotidienne de ses médicaments;
- Un visiteur aperçoit le nom d'un résident à l'écran d'un appareil en marche au moment où celui-ci reçoit un soin.
- Un préposé ou une infirmière discutent à voix haute du cas d'un résident à la cafétéria et l'identifient par son nom.

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, particulièrement si vous êtes victime de violation de la confidentialité des informations vous concernant.

Comité des résidents du CHSLD Domaine Saint-Dominique :

Courriel : cr.saint-dominique.ciusscn@ssss.gouv.qc.ca

Téléphone : 418 681-3561 Poste 455

AMOUR, INTIMITÉ ET DIVERSITÉ SEXUELLE ET DE GENRE

LA NOTION D'INTIMITÉ REGROUPE AUTANT LES BESOINS DE SOLITUDE, DE RELATIONS AFFECTIVES QUE LES ACTIVITÉS SEXUELLES

- 
- RECONNAÎTRE QUE LE BESOIN D'INTIMITÉ DU RÉSIDENT EXISTE
 - DONNER L'OPPORTUNITÉ AU RÉSIDENT D'EXPRIMER SES BESOINS
 - UTILISER DES MOYENS POUR PERMETTRE AUX RÉSIDENTS DE VIVRE DES MOMENTS D'INTIMITÉ (EX: COGNER À LA PORTE ET ATTENDRE UNE AUTORISATION, METTRE EN PLACE UN ACCROCHE PORTE «NE PAS DÉRANGER»)
 - RESPECTER LES RÉSIDENTS SANS JUGEMENT PEU IMPORTE NOS VALEURS
- IL DEMEURE IMPORTANT D'ÉVALUER L'APTITUDE DES RÉSIDENTS À CONSENTER À UNE RELATION INTIME OU ACTIVITÉ SEXUELLE
- LA CONFIDENTIALITÉ DEMEURE UN DROIT.



La bientraitance sexuelle s'exprime par des attitudes et un savoir- être respectueux des valeurs et des droits de la personne et ce, peu importe ses préférences et son orientation sexuelle



**Chaque canette
compte. Recyclez
vos canettes.**



un bac à l'Oasis est là pour vos canettes

À tous celles et ceux que nous avons aimé

M. Conrad Bédard, le 3 octobre

Mme Gertrude Desmeules, le 14 octobre

Mme Diane Emond, le 15 octobre

M. Roland Boilard, le 17 octobre

Mme Mariette Gaudette, le 19 octobre

Mme Evelyne Giguère, le 21 octobre

Mme Josette Tanguay, le 22 octobre

Mme Michelle Masson, le 26 octobre



Bienvenue aux nouvelles et nouveaux résident(e)s

Mme Louise Roy, le 30 septembre

Mme Odette Germain, le 8 octobre

M. Thomas Hughes, le 21 octobre

M. Gaston Delisle, le 22 octobre

Mme Clémence Gingras, le 24 octobre

M. Robert Paquet, le 25 octobre

Mme Hélène Wong, le 25 octobre



Anniversaires de novembre

- 2 Amélia Elsa Suarez
- 3 Michelle Masson
- 4 Alexandrine Moisan
- 5 Colette Giguère
- 9 Charles Martel
- 10 Josette Tanguay
- 11 Hortense Douville
- 20 Georges Savard





Les témoignages

Repenser la formation d'enseignante pour répondre à la pénurie

Soyons réalistes. Au même titre que les changements climatiques, les impacts sociaux liés au développement de l'intelligence artificielle font peur. Le changement fait peur, surtout celui qu'on ne semble pas pouvoir contrôler. Les emplois générés par les avancées en IA seront des emplois spécialisés qui demanderont un niveau de formation supérieur. Plusieurs travailleurs devront se réorienter rapidement, s'éduquer rapidement. Ceci n'est qu'un exemple.

En ce moment, bien des gens se réorientent aussi afin de répondre aux besoins ponctuels de la société. Alors parlons-en, de l'urgence de la formation accélérée.

Les milieux de formation ont bien compris cette urgence et mettent en place des programmes conçus pour des étudiants en réorientation professionnelle. À titre d'exemple, l'Université Laval a créé une maîtrise qualifiante en éducation au préscolaire et en enseignement au primaire (MÉPEP) afin de former rapidement de futurs enseignants pour combler la pénurie et assurer aux enfants une formation de qualité dès l'entrée à l'école. En date du 15 août dernier, Québec cherchait encore 5704 enseignants en vue de la rentrée dans les écoles primaires et secondaires, a fait savoir le ministre de l'Éducation.

Critique

En réponse à la MÉPEP, alors que plusieurs personnes comme nous sont enthousiastes devant la démarche, d'autres la critiquent vivement. Sous cette critique se cache la peur d'une potentielle dévalorisation du métier liée au risque d'une formation insuffisante. Cessons de voir les formations qualifiantes accélérées comme une menace à la profession. Voyons-les plutôt comme une opportunité, une voie alternative pour combler rapidement les besoins en éducation, qui préoccupent grandement les parents québécois.

En tant qu'étudiantes dans ce programme, nous pouvons même sentir les réticences de certains professeurs qui tentent seulement de condenser deux cours en un et nous ensevelissent sous une montagne de travaux. On ne peut pas être tous d'accord et la nouveauté de ce programme peut engendrer de la réticence. Toutefois, ce qui est dommage ici, c'est qu'on passe à côté de la question au cœur de ce sujet d'actualité. L'enjeu ici n'est pas de comparer un cours du baccalauréat à celui de la maîtrise, mais plutôt de tous s'adapter aux nouvelles réalités.

Les maîtrises qualifiantes, comme la MÉPEP, englobent toutes les notions fondamentales à la profession. Le contenu est validé par plusieurs enseignants expérimentés, des professeurs-chercheurs dans leur domaine d'expertise. Permettons-nous donc de faire confiance aux contenus des maîtrises qualifiantes comme celle-ci. De nos jours, les gens qui veulent apprendre s'instruisent. Ne limitons pas cette instruction.

Alors, quand on nous questionne sur la pertinence et la qualité des formations accélérées menant au brevet d'enseignement, ça nous choque. Est-ce que cette formation enverra des enseignants qualifiés, professionnels et passionnés dans les classes des écoles primaires du Québec? Absolument. Et c'est cette réponse qui devrait servir d'assise pour propulser le débat autour de la question.

Baccalauréat et expérience

Ce n'est pas tout. Les étudiants à la MÉPEP possèdent tous au moins un baccalauréat, la majorité détient aussi une riche expérience de travail et plusieurs ont aussi de jeunes enfants.

En créant un programme de la sorte, regroupant les étudiants de Québec comme ceux des régions, et permettant aux étudiants avec diverses réalités d'assister aux cours tout en gardant leur emploi et en s'occupant de leur famille, l'Université Laval devient un acteur de changement dans la société.

Et même si notre futur semble encore compliqué et qu'il reste de beaux défis, ce sont des initiatives du genre qui nous donnent confiance en notre adaptation collective ainsi qu'en notre résilience à faire face à des changements, comme l'arrivée de l'intelligence artificielle.

Au lieu de s'enfermer dans une pensée réductrice et nihiliste, aborder l'enjeu avec cette perspective constructive et ouverte permet non seulement d'avoir une compréhension plus globale, mais aussi d'apporter des solutions concrètes à un problème qui nous concerne tous. Adaptons la formation. Misons sur les enfants, sur notre avenir collectif.

Texte du Devoir, proposé par Germain D'amour

Surprises au chou (Cigare au chou)

Ingrédients :

1 gros chou
1lb de porc haché fin
 $\frac{3}{4}$ de tasse de riz cuit
2 œufs battus
1 gousse d'ail haché fin
2 c. à table de paprika
1 $\frac{1}{2}$ c. à thé de sel
1/8 de c. à thé de poivre
1/8 de c. à thé de marjolaine
2 boîtes de 14 onces de sauce tomate

Préparation :

Chauffer le four à 375 F.

Dans un grand chaudron, verser assez d'eau salée pour couvrir le chou. Amener à ébullition, y plonger le chou et laisser mijoter environ 8 minutes. Retirer le chou, égoutter et laisser refroidir un peu.

Détacher les feuilles, étendre sur un linge et laisser refroidir complètement. Remplir les feuilles de chou avec cette farce. Rouler serré en fermant bien les bouts. Fixer avec des cure-dents si nécessaire. Couvrir le fond d'une cocotte avec un peu de sauce et les feuilles de chou qui restent. Déposer les rouleaux, couvrir et cuire à four modéré jusqu'à ce que les feuilles de chou soient tendres et la garniture cuite.

Temps de cuisson environ une heure. Donne de 6 à 8 portions.

Novembre, le mois des morts

Novembre nous invite à ralentir, à nous souvenir de ceux qui nous ont quitté et, comme le dit Frédérico Garcia Lorca « Rien n'est plus vivant qu'un souvenir ». Voici donc quelques pensées à partager en pensant à nos défunts.

« Il restera de toi ce que tu as donné, il restera de toi ce que tu as semé. » Simone Veil

« Pendant que l'on cherche à comprendre, le temps passe et la vie aussi. » Henri Labori

« J'ai cette conviction profonde, les morts vivent tant qu'il y a des vivants pour penser à eux. » Emile Henriot

« J'écris pour que le jour où je ne serai plus : on sache comme l'air et le plaisir m'ont plu. » Anna de Noailles

« La mort c'est comme un bateau qui s'éloigne vers l'horizon : il y a un moment où il disparaît, mais ce n'est pas parce qu'on ne le voit plus qu'il n'existe plus. » Extrait de la mort intime de Marie Hennezel

Texte proposé par Gisèle Drouin, résidente.

Les conseils du nutritionniste

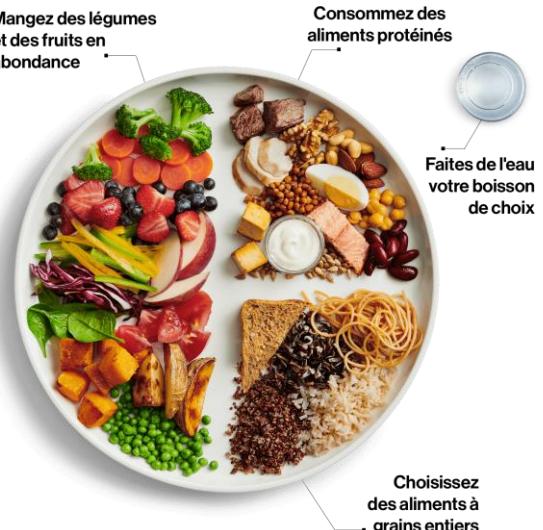
Bien s'alimenter pour vieillir en santé !

En vieillissant, souvent l'appétit diminue et il est d'autant plus important d'opter pour des aliments sains afin de combler ses besoins en vitamines et minéraux et aussi en protéines et en fibres.

Savez-vous qu'après 65 ans, les besoins en protéines sont plus élevés. En effet, la perte de masse musculaire reliée à l'âge doit être compensée par la consommation régulière d'aliments à haute teneur en protéines : par exemple, la viande, le poisson, les œufs, les produits laitiers et les légumineuses. Les études ont également démontré que la répartition des apports en protéines aux 3 repas serait davantage bénéfique pour le maintien de la masse musculaire qu'une consommation massive de protéine à un seul repas.

Les fibres contribuent au maintien d'une bonne santé digestive en plus d'avoir de multiples autres bienfaits sur la santé métabolique, comme la diminution du mauvais cholestérol et le contrôle du taux de sucre dans le sang. Il est donc souhaitable d'opter pour des céréales entières, et des fruits et légumes à chaque repas. Il faut aussi se rappeler que pour bien faire leur travail, les fibres ont besoin d'eau. Pensez donc à vous hydrater régulièrement et en quantité suffisante (6 à 8 tasses par jour). En plus d'aider les fibres, l'eau est essentielle au bon fonctionnement de l'organisme et pour prévenir la déshydratation dont le risque augmente avec l'âge.

En consommant une variété d'aliments, vous contribuez du même coup à augmenter vos apports en vitamines et minéraux. Plus il y a de couleur dans l'assiette, plus il y a de nutriments.

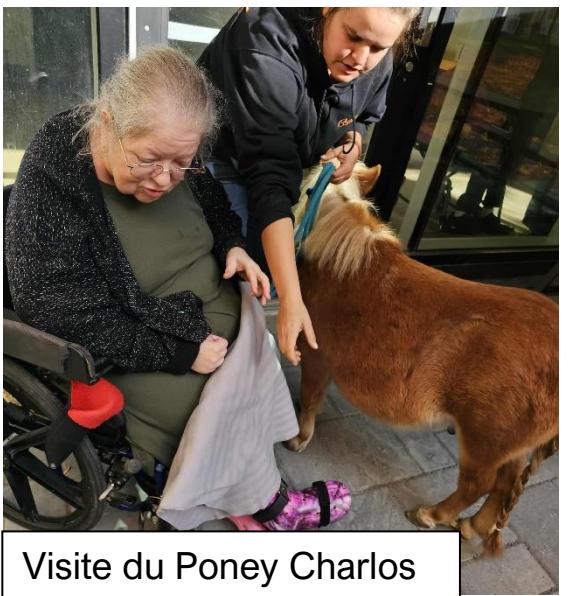




Fête de la Journée internationale des ainés



Le premier bain pour nos poupées



Visite du Poney Charles



Les jeux

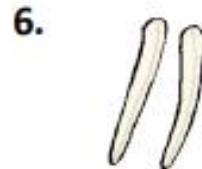
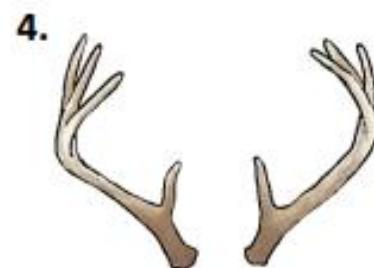
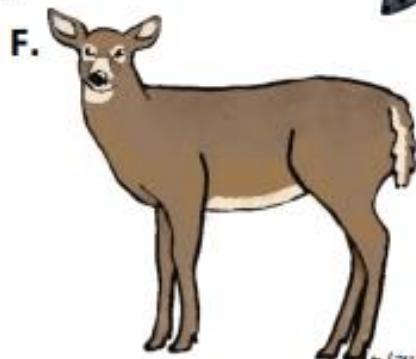
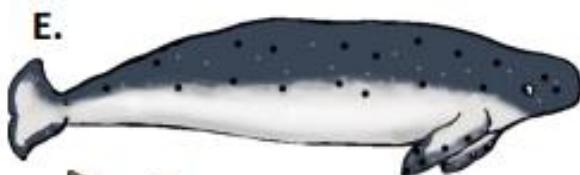
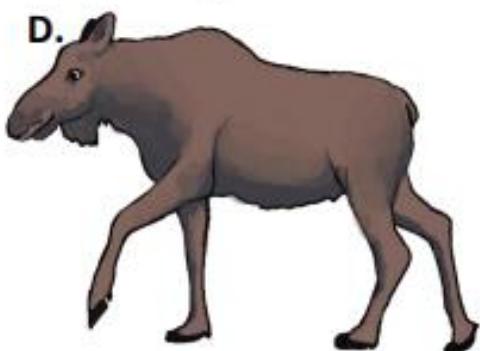


	1		2			8
	5	2		3		1 9
8	6	9	5	1		3
6		3	7	5	8	9 2 1
		7	2		5	4
2	9	5	6		1	3
9	3	6	1	8		7
4	2			7	6	8
5	7	8	4	9		1 6 3

Jeu des 7 erreurs

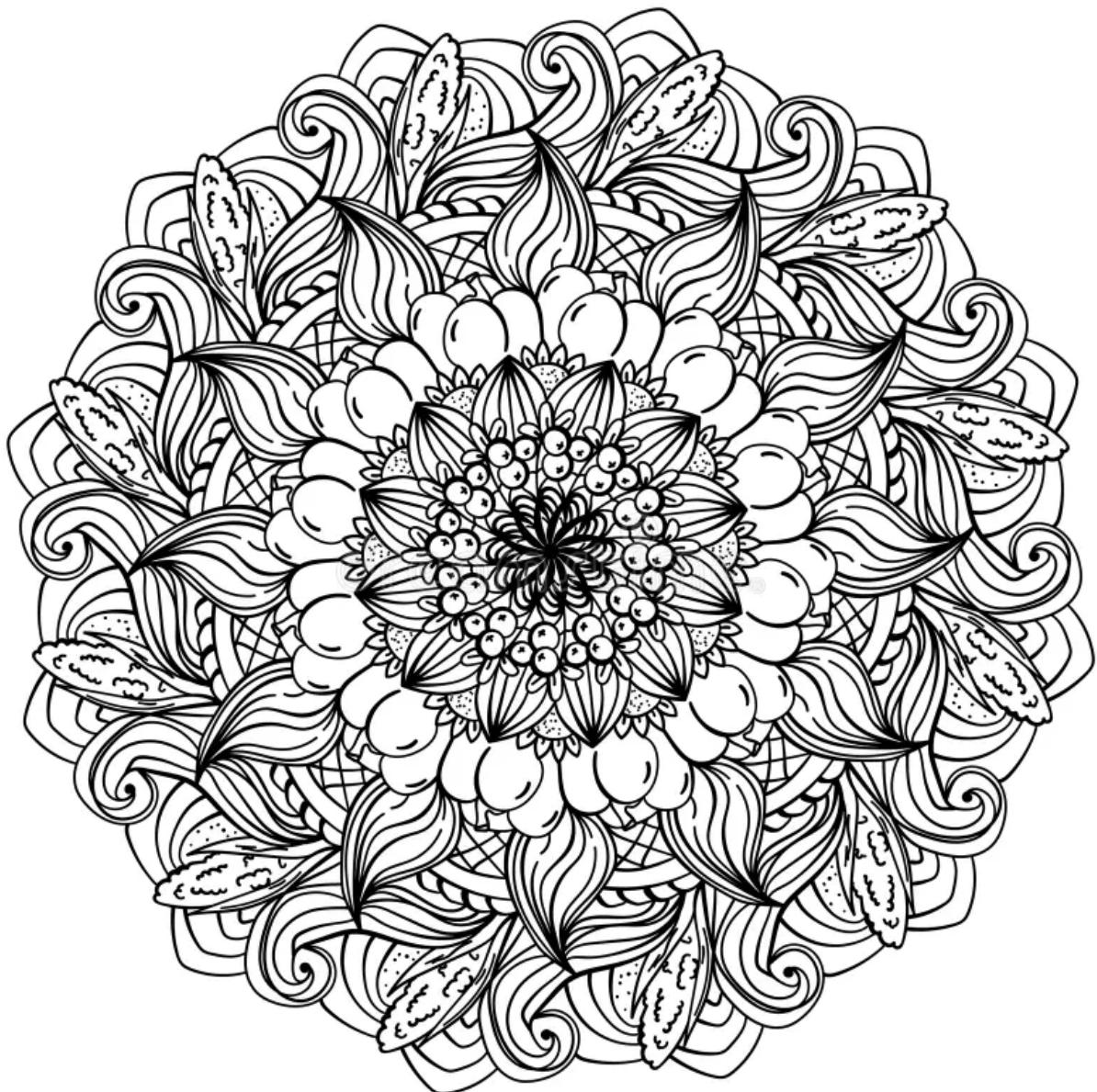


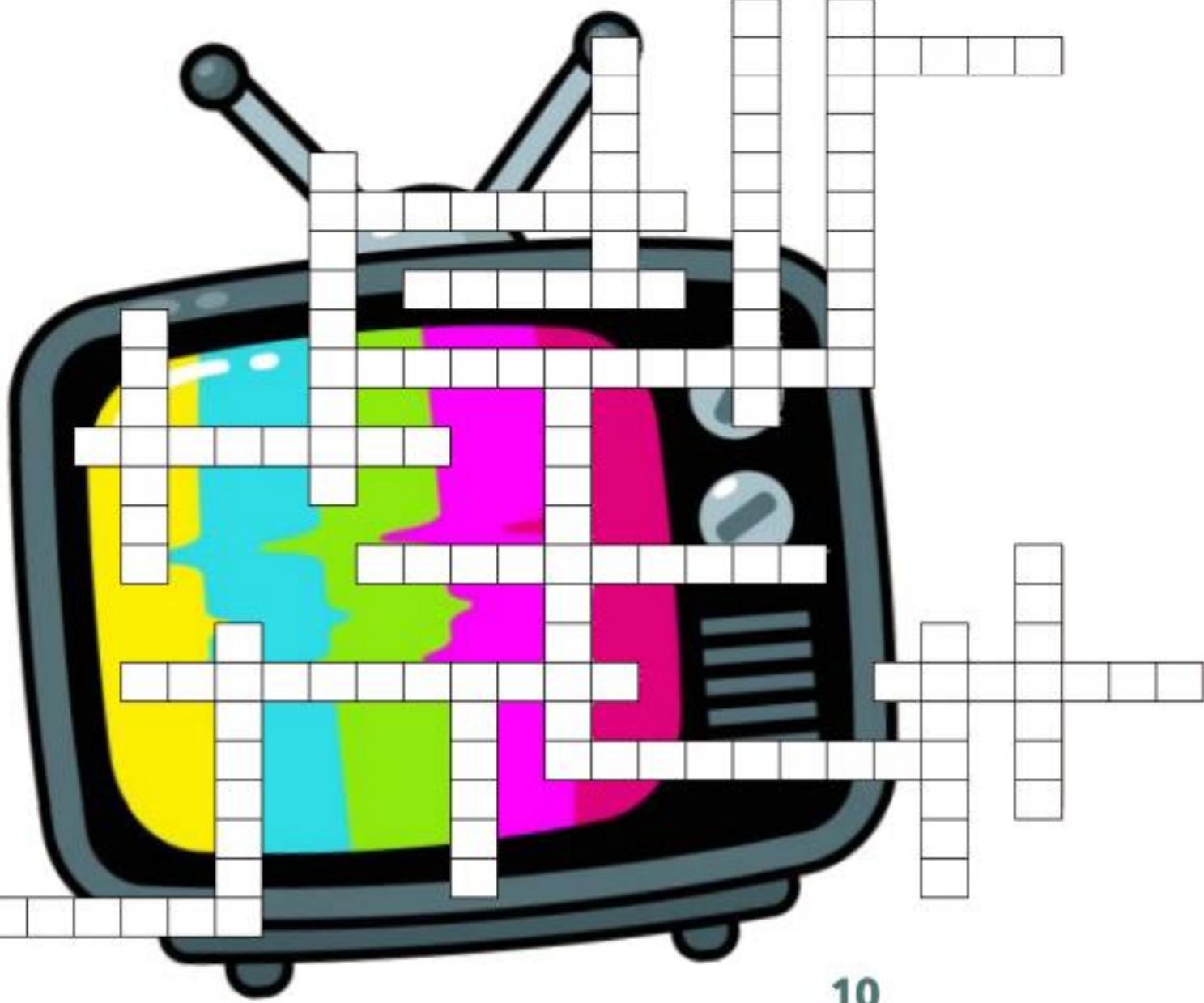
Associe l'animal aux bois, aux cornes ou aux dents qui lui correspondent.



Réponses : A (beaufer musqué)-2, B (caribou)-3, C (morse de l'Atlantique)-6, D (orignal)-1, E (narval)-5, F (cerf de Virginie)-4

Mon premier est le contraire de cru.
Mon deuxième est une note de musique.
Mon troisième est au milieu du visage.
Mon tout est ce qu'on fait quand on
prépare un repas.





5	AGENT MICRO	7	CASTING CADREUR COSTUME DANSEUR MONTAGE SCRIPTE	8	COMÉDIEN DIALOGUE DOUBLAGE	9	ÉCLAIRAGE RÉGISSEUR	10	ACCESSOIRE MACHINISTE	11	ACOUSTICIEN MAQUILLEUSE RÉALISATEUR	12	RECHERCHISTE
---	----------------	---	--	---	----------------------------------	---	------------------------	----	--------------------------	----	---	----	--------------

Bon mois de novembre !

