

# L'ÉCHO de Mars 2026





# LE MOT DE LA GESTIONNAIRE RESPONSABLE DU MILIEU DE VIE

Chers résidents, chères familles,

Le mois de mars commence et apporte doucement plus de lumière. C'est avec grand plaisir que je vous présente ce nouveau journal.


Notre milieu de vie est un endroit où l'on prend le temps de vivre ensemble. Chaque jour, nous partageons des moments simples : un bonjour, un sourire, une activité, une petite attention. Ces moments sont précieux et rendent nos journées plus belles.

Merci aux résidents pour votre présence et merci aux familles pour votre confiance. Vous êtes importants pour nous. Ensemble, nous formons une belle communauté, pleine de respect et de gentillesse.

Je vous souhaite un doux mois de mars, rempli de calme, de sourires et de beaux moments partagés.

Cordialement,

Isabelle Néron  
Gestionnaire responsable du milieu de vie  
Au CHSLD Domaine Saint-Dominique



# LE MOT DU COMITÉ DES RÉSIDENTS

Dans l'édition du mois de janvier 2026, nous avons fait un rappel sur le mandat de notre comité, qui est repris dans cette courte vidéo :

<https://youtu.be/-aaXp9w1Nbo>

Pour mener à bien son mandat, les membres du comité des résidents du CHSLD Domaine Saint-Dominique se réunissent environ 8 fois par année avec les responsables des principaux services (milieu de vie, soins, alimentation, immobilier). Ces rencontres sont l'occasion d'échanges constructifs pour discuter de problématiques portées à l'attention du comité, de changements à venir, de projets d'amélioration, etc.

Vous avez à cœur les droits des résidents et l'amélioration des soins et du milieu de vie ? Vous accompagnez un proche résidant au Domaine ? Notre comité a besoin de nouveaux membres, prêts à consacrer quelques heures par mois à ces dossiers prioritaires.

Si vous désirez de plus amples informations sur le fonctionnement du comité, n'hésitez pas à nous écrire ou à nous téléphoner.

Fidèle à notre habitude, nous poursuivons la présentation des treize droits des usagers.

### **Le 3<sup>eme</sup> droit : Le droit de choisir son professionnel ou l'établissement**

Le droit de choisir son professionnel, c'est le droit de choisir son médecin par exemple.

C'est aussi le droit de choisir l'établissement où l'on souhaite recevoir les services dont on a besoin. Lorsqu'un établissement n'offre pas les services requis, celui-ci doit accommoder l'utilisateur le mieux possible dans sa démarche afin de s'assurer de sa sécurité et de son bien-être.

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.

Comité des résidents du CHSLD Domaine Saint-Dominique

- Téléphone : 418 681-3561 poste 455
- Courriel : [cr.saint-dominique.ciusscn@ssss.gouv.qc.ca](mailto:cr.saint-dominique.ciusscn@ssss.gouv.qc.ca)

# ACTIVITÉ REPAS



## Les incontournables pour une activité réussie



1. Lieu **aménagé** et **décoré** rappelant la vocation de la pièce «comme à la maison»

2. **Ambiance** musicale agréable

3. **Animation** ou **activité** en attente du repas

4. **Hygiène des mains** pour tous

5. **Rassemblement** en salle à manger et **échanges** avec les résidents

7. Respect du **rythme - stimulation**

8. Une **alternative au menu** au besoin

9. Validation de la **satisfaction**



L'activité repas ; un moment de plaisir et de socialisation pour les résidents

# Les anniversaires de Mars



|    |  |
|----|--|
| 3  | Éliane Martel                            |
| 5  | Jocelyn Piché<br>Denyse Clark            |
| 7  | Rachel Damboise<br>Brigitte Saint-Pierre |
| 9  | Sœur Marie-Françoise Gagnon              |
| 10 | Guy Paradis                              |
| 12 | Lisette Mathieu                          |
| 13 | Marthe Dufresne<br>Agathe Laflamme       |
| 16 | Claude Thibodeau                         |
| 17 | Patricia Charest                         |
| 19 | Thomas Hugues                            |
| 20 | Marthe Duplain                           |
| 21 | Claudette Lafantaisie<br>Ginette Pageau  |
| 23 | Ginette Deschènes                        |
| 30 | Suzanne Turgeon                          |





## L'ergothérapeute : Un rôle très important dans un CHSLD

En CHSLD, la vie ne s'arrête pas — elle s'adapte. Et c'est exactement là que l'ergothérapeute entre en scène. Son superpouvoir ? Aider les résidents à **faire ce qui compte pour eux**, malgré la perte d'autonomie, la maladie ou le grand âge.

Concrètement, l'ergothérapeute observe, évalue, ajuste et trouve des solutions pratiques pour que chaque personne puisse continuer à **manger, se laver, se déplacer, participer et vivre avec dignité et sécurité**. Oui, ça passe parfois par un coussin bien placé, une barre d'appui stratégique ou une façon différente de transférer du lit au fauteuil... mais l'impact est énorme.

### **Un rôle humain avant tout.**

L'ergothérapeute ne traite pas seulement des diagnostics :

Il s'intéresse à **la personne**, à son histoire, à ses habitudes et à ce qui lui donne encore le sourire. Que ce soit permettre à Madame XXX de manger seule plus longtemps ou aider Monsieur YYY à participer aux activités sans risque de chute, chaque petite victoire compte.

### **Le champion de la prévention :**

Chutes, blessures, inconfort, perte d'autonomie accélérée : l'ergothérapeute agit **avant** que les problèmes s'installent. En analysant l'environnement et les capacités des résidents, il contribue directement à la **sécurité**, au **confort** et à la **qualité de vie** en CHSLD.

## Un joueur d'équipe hors pair :

En CHSLD public, l'ergothérapeute collabore étroitement avec les préposés aux bénéficiaires, infirmières, physiothérapeutes, médecins et familles. Il **simplifie le quotidien de l'équipe**, propose des stratégies réalistes et favorise des soins plus efficaces... et moins épuisants pour tout le monde.

## Les points forts de cette profession en CHSLD public :

- L'impact concret et visible sur la vie des résidents
- Les relations privilégiées et durables avec les personnes âgées
- Un travail varié et jamais monotone
- Une approche humaine, respectueuse et créative
- Une contribution directe à la mission du réseau public québécois
- Un sentiment profond d'utilité (oui, celui qui fait dire « j'ai fait une différence aujourd'hui »).

## En résumé

L'ergothérapeute en CHSLD, c'est **un expert du quotidien**, un allié précieux pour les résidents et les équipes, et un pilier discret mais essentiel du réseau de la santé. Pas toujours sous les projecteurs... mais clairement indispensable.

Olivier Lecomte, présent dans le milieu  
depuis le 5 juillet 2023



# Les témoignages



## L'illusion d'un système sans limite

*Il faut distinguer ce qui peut réellement être transformé de ce avec quoi nous devons simplement composer.*

Voilà au moins un demi-siècle que le système de santé fait partie de ces enjeux auxquels tous les gouvernements s'attaquent, mais qu'aucun ne parvient tout à fait à résoudre. Temps d'attente, accès aux services, surcharge, vieillissement et pertinence des infrastructures, les problèmes se suivent et se ressemblent. Se pourrait-il que nous devions nous résoudre à espérer « des problèmes gérés, non pas réglés », comme le Guardian résumait les mandats d'Angela Merkel en Allemagne en 2021 ?

Adopter une perspective plus réaliste quant à ce que nos gouvernements peuvent faire pour le système de santé nous aiderait peut-être à mieux mesurer l'ampleur des défis qu'il présente – et à tempérer nos ardeurs envers ses travailleurs. Car il se peut que la promesse même du système de santé dans les États modernes – celle d'un appareil capable de réparer, optimiser et prolonger indéfiniment la vie – soit, en dernière analyse, une promesse intenable.

Pour comprendre cette tension, revenons au moment où les gouvernements commencent à concevoir la vie et la santé comme des objets centraux de leur action publique. Que des États se préoccupent activement de la santé de leurs populations est, en réalité, relativement récent. Les gouvernants n'ont longtemps eu que des sujets qu'ils pouvaient, certes, « faire mourir », mais qu'ils « laissaient vivre ». Par-delà le maintien de l'ordre, les corps – et donc la santé – leur importaient peu.



Puis, selon Michel Foucault, à la fin du XVIII<sup>e</sup> siècle, les sujets d'autrefois se transforment graduellement en « populations » que les gouvernants doivent prendre en charge. Foucault nomme « biopouvoir » cette nouvelle manière de penser : il s'agirait désormais de « faire vivre et laisser mourir ». La santé du corps, jusque-là marginale, devient un enjeu central alors que se développent au XIX<sup>e</sup> siècle les technologies qui rythment aujourd'hui nos vies : statistiques, santé publique, administration, professions médicales, etc...

### **Le biopouvoir :**

Le biopouvoir conçoit ainsi une population comme un objet dont il faut soigneusement prendre soin. Le travail gouvernemental se complexifie et ses lieux d'intervention se démultiplient, jusqu'à aujourd'hui où, dans la plupart des démocraties avancées – peu importe l'alternance entre la droite et la gauche –, la taille de l'État tend à s'accroître continuellement.

Cette dynamique tient à la logique même du biopouvoir : en concevant toute mort comme un échec, l'État repousse sans cesse les limites de son action afin de « faire vivre » et faire vivre toujours plus longtemps. L'histoire de l'État administratif se lit ainsi comme celle de la conquête de zones d'action de plus en plus fines : de la gestion des épidémies, on passe à la nutrition, à la forme physique, à la sécurité routière, à la prévention individualisée, etc...

En lui-même, le biopouvoir n'est ni bon ni mauvais. Ses causes sont si intimement liées à la nature des sociétés modernes qu'il est peu probable que nous puissions nous en séparer. Nous bénéficions d'ailleurs des améliorations radicales sur les plans de la santé et de la sécurité qu'il a rendues possibles. Mais la promesse qu'il laisse entrevoir – une population toujours plus en santé, vivant toujours plus longtemps –, ne connaissant aucune limite, est largement intenable.

Car voilà le problème : des populations vieillissantes, des finances publiques tendues et des sociétés complexes imposent des limites, elles, très concrètes à l'action gouvernementale. Les ambitions de l'État se heurtent ainsi de plus en plus fréquemment aux moyens dont il dispose, créant un décalage croissant entre la mission qu'il se donne et ce qu'il peut réellement accomplir, ce qui provoque une frustration constitutive et croissante.

Nous pouvons, bien sûr, exiger ingéniosité et audace de nos gouvernements dans la création de politiques publiques - ce que propose, malgré ses lacunes, la réforme du ministre Dubé. Mais il faut distinguer ce qui peut réellement être transformé de ce avec quoi, pour des raisons structurelles, nous devons simplement composer.

Alors que nous sommes conscients du problème fondamental auquel nous faisons face, peut-être est-il temps d'apprendre à limiter nos attentes et de reconnaître qu'à moins d'une crise majeure – ou de réapprendre à tolérer la perspective de la mort -, nous devrions probablement nous contenter de « problèmes gérés, non réglés ». Aux gouvernements qui affrontent ces contraintes structurelles, il faudra sans doute offrir une sollicitude plus grande – et une critique plus ciblée, moins aveugle.

Le biopouvoir est le seul que nous connaissons. Comme les frustrations qu'il engendre, il est profondément enraciné. Reconnaître que ces frustrations ne s'expliquent pas seulement par l'incompétence de nos gouvernements, voilà peut-être un premier pas vers une joute politique plus civile et une vision plus lucide de ce que l'État peut réellement accomplir. Face aux limites inévitables d'un État chargé de « faire vivre » la maturité politique consiste peut-être moins à réclamer l'impossible qu'à exiger le meilleur du possible.

Et un peu de maturité et de sobriété, n'est-ce pas ce qui manque aussi bien au gouvernement qu'aux associations de médecins, depuis quelques semaines ?

**Extrait d'un Texte du Devoir proposé par Mme Germaine d'Amour**





## À toutes celles et ceux qui nous ont quittés

M. Gilles Moisan, le 29 janvier 2026

Mme Monique Lord, le 29 janvier 2026

Mme Danielle Robitaille, le 14 février 2026

M. Gilles Thériault, le 24 février 2026



Mme Huguette ROUSSEL, le 29 janvier

Mme Carole TREMBLAY, le 2 février

Mme Marielle CHABOT, le 3 février

M. Nelson POIRIER, le 6 février

Mme Diane GRONDIN, le 18 février



# Photos souvenirs des moments partagés



## FÊTE DE LA GALETTE



ÉLECTION DE LA  
REINE ET DU ROI  
AU RDC



ÉLECTION DE LA  
REINE ET DU ROI  
AU 1<sup>er</sup> ÉTAGE



ÉLECTION DE LA  
REINE ET DU ROI  
AU 2<sup>ème</sup> ÉTAGE





ÉLECTION DE LA  
REINE ET DU ROI  
AU 3<sup>ème</sup> ÉTAGE



ÉLECTION DE  
LA REINE ET  
DU ROI  
AU 4<sup>ème</sup> ÉTAGE



CARNAVAL ET PARTAGE DU  
VERRE DE GLACE



# LES JEUX



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



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



## Devinettes sur les symboles de la Saint-Patrick

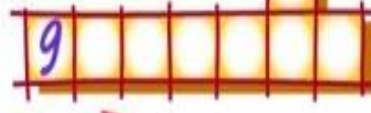
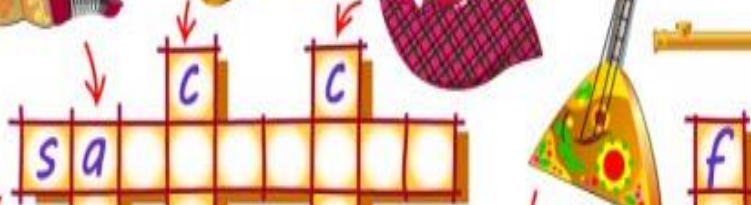
- **Je suis le symbole porte-bonheur de l'Irlande, souvent vert et à trois feuilles. Qui suis-je ?**
  - *Réponse* : Le trèfle (Shamrock).
- **Je suis un petit cordonnier malicieux qui garde un chaudron d'or au bout de l'arc-en-ciel. Qui suis-je ?**
  - *Réponse* : Le Leprechaun.
- **Je suis la couleur que tu dois porter le 17 mars pour éviter de te faire pincer. Quelle est cette couleur ?**
  - *Réponse* : Le vert.
- **Je suis l'instrument de musique traditionnel irlandais qui ressemble à une petite harpe ou une cornemuse. Qui suis-je ?**
  - *Réponse* : La harpe celtique ou les uilleann pipes.
- **Je suis le saint qui a apporté le christianisme en Irlande et chassé les serpents. Qui suis-je ?**
  - *Réponse* : Saint Patrick.

### Autres énigmes amusantes

- **Qu'est-ce qui est vert, qui porte de l'or et qui est très difficile à attraper ?**
  - *Réponse* : Un Leprechaun.
- **Pourquoi les trèfles sont-ils riches ?**
  - *Réponse* : Parce qu'ils ont beaucoup de "chance" (leaf).



# TROUVE LE NOM DE CHAQUE INSTRUMENT ET ÉCRIS-LES DANS LA GRILLE



# *Merci de votre participation*

