

Automne 2008



Écho Santé

Bulletin du Centre de santé communautaire Hamilton/Niagara



Le Centre de santé

Une vision. Une mission. Des valeurs.

Le Centre de santé communautaire de Hamilton / Niagara (CSC) a vu le jour en 1992. Au fil des années, le centre a développé une multitude de services de soins en santé primaire et de services sociaux pour la population francophone de Hamilton et de la région du Niagara.

En mai 2006, un changement de direction a amené une revue en profondeur qui a transformé radicalement la structure et les procédures, pour une meilleure cohésion organisationnelle et une clarification de nos orientations stratégiques. C'est donc dans le cadre de cette démarche de restructuration, que le CSC entreprenait en Novembre dernier un processus de planification stratégique pour amorcer ce virage de son histoire.

Aujourd'hui notre vision est claire.

Le centre de santé communautaire Hamilton/Niagara est le leader et la référence des services de santé et services sociaux en français pour la population des régions de Hamilton et du Niagara.

Notre mission bien définie

Le Centre de santé communautaire Hamilton/Niagara offre des services de santé, sociaux et communautaires en français afin d'améliorer la santé et la qualité de vie de la population.

Nos valeurs cardinales sont nos maîtres-mots

Qualité - Respect - Approche holistique - Autonomisation - Participation - Innovation

Ces changements se reflètent dans la livraison de nos services et programmes

*Le Centre de santé communautaire
Hamilton/Niagara*

vous invite à son

ASSEMBLÉE ANNUELLE

lundi 29 septembre 2008

www.centredesantecommunautaire.com

Nos affaires sont vos affaires.

Il existe plusieurs manières de nous aider et contribuer ainsi à la bonne direction du CSC.

N'hésitez pas à demander notre formulaire d'adhésion pour devenir un membre du Centre.

Consultez notre site web : www.centredesantecommunautaire.com

« Cool mon lunch! »

Voici venue la rentrée scolaire avec son cortège de casse-têtes aux parents; parmi les défis à relever, celui de l'enfant qui boude son assiette en est un de taille. Pourtant, bien manger fournit de l'énergie aux enfants en pleine croissance. Nos bambins ont besoin d'un horaire régulier pour leurs repas et collations afin d'avoir l'énergie dont ils ont besoin pour bouger, se développer et grandir. Le repas du midi leur fournit le tonus et les éléments nutritifs qu'il leur faut pour la seconde moitié de la journée.

Les enfants sont plus enclins à manger s'ils ont participé à la préparation du repas, et si le menu inclut des aliments qu'ils aiment. Impliquez activement vos enfants dans la planification et la préparation de leur nourriture. Les jeunes enfants peuvent aider dans les tâches plus simples, par exemple, mettre à votre disposition les ingrédients ou les emballages nécessaires. Les moins jeunes peuvent mettre la main à la pâte pour la préparation des aliments.

Les enfants se plaignent souvent de la monotonie dans leur assiette. Mettez fin au blues du « sac en papier brun » en variant les aliments offerts au dîner. Vous êtes à court d'idées? Voici quelques combinaisons gagnantes à essayer :

- Humus, pain pita, légumes crus, yogourt et jus de fruits à 100%
- Tortilla de grains entiers garnie d'une salade de thon, bâtonnets de céleri, raisins, lait au chocolat.
- Muffins aux bananes, œufs à la coque, bâtonnets de carottes, lait
- Restes de pâtes, sauce à la viande, melon en cubes, lait
- Fromage en morceaux, restes de poulet ou de bœuf, salade de fruits, petit pain aux grains entiers, lait
- Pizza froide, lait, muffin à l'avoine, fruit



Pour obtenir plus d'information à ce sujet ou pour d'autres idées de cartons repas équilibrés, n'hésitez pas à consulter notre nutritionniste ou diététiste au CSC.

Source: « Les diététistes du Canada ». www.dietetistes.ca/mangermieux

Regard neuf sur l'histoire

Le secteur établissement et adaptation du Centre de santé communautaire Hamilton/Niagara a organisé une excursion le 22 juillet dernier à l'intention de 59 nouveaux arrivants.

Fort George, le premier parlement de la province de l'Ontario, musées et différents hôtels de cette ville tels que The Prince of Wales, Queens Landing..., ont été l'objet de la curiosité des visiteurs .

À Fort George après une visite guidée de différents pavillons, de la poudrière et du mess des officiers, les excursionnistes ont eu droit à une démonstration de tirs de fusil, par une armée reconstituée tel qu'en 1814

Cette visite historique a conduit également la délégation à Queenston Heights où un pique-nique était organisé. À l'Horloge florale, nos touristes d'un jour ont immortalisé la journée en prenant plusieurs photos souvenir.

La promenade a pris fin au Château des Charmes par une visite guidée avec dégustation de vin.

Cette sortie entre dans le cadre des activités d'intégration; l'occasion pour les nouveaux arrivants de briser leur isolement, faire de nouvelles rencontres et acquérir quelques connaissances sur l'histoire de leur province d'adoption.

Une façon futée de joindre l'utile à l'agréable!

Cercle ouvert des femmes immigrantes

Le COFI (Cercle ouvert des femmes immigrantes) est un regroupement de femmes immigrantes francophones qui se rencontrent une fois par mois pour discuter de sujets qui les préoccupent ; activités diverses, discussions, tout est bon pour les sortir de leur isolement.

L'un des atouts du COFI reste sans aucun doute les ateliers offerts qui permettent aux immigrantes de mieux comprendre leur société d'adoption : se protéger de la violence, apprendre à s'affirmer, gérer son stress, le comportement des adolescents, l'intelligence émotionnelle, la discipline et les enfants, sont autant de sujets abordés.



Les rencontres ont lieu de 17h à 20h. Un souper est offert et un service de garde pour les enfants est disponible sur place.

Si vous êtes une nouvelle arrivante dans la région de Niagara , munissez-vous d'un peu de patience. Le Cercle est en relâche jusqu'à la fin du mois de Novembre.

Pour toute information complémentaire, veuillez contacter notre Accueil central au 1-866-437-7606 poste 222.



Le Réseau tisse sa toile

Pour sa deuxième année d'existence, le Réseau de soutien à l'immigration francophone a dressé un ambitieux plan d'action pour accroître sa visibilité et assurer un rayonnement efficace de ses opérations.

En dehors de ses activités traditionnelles que sont l'organisation des rencontres de concertation et de planification au niveau local et régional, l'analyse des besoins en lien avec l'immigration francophone et la formulation des recommandations pertinentes à la lumière des résultats obtenus, le Réseau qui est déjà connu dans les principales villes du Centre sud ouest a choisi de sortir des sentiers battus.

L'un des objectifs principaux est donc cette année d'identifier les régions et les villes qui n'ont pas été couvertes en 2007-2008.

Pour ce faire, l'agent de liaison dans la région de Toronto est déjà à pied d'œuvre en vue d'étendre les activités en dehors des grandes villes; deux déplacements fructueux ont eu lieu dans la région de Durham, particulièrement à Oshawa. Le Conseil des organismes francophones de la région de Durham (COFRD) est la structure autour de laquelle le Réseau compte articuler ses missions dans la région, et après des entretiens fort encourageants avec Mme Elaine Legault, directrice générale du COFRD, une grande rencontre de concertation est envisagée dans la deuxième quinzaine du mois d'octobre à Oshawa, les dates restent toutefois à fixer.

Plus d'une cinquantaine d'opérateurs communautaires francophones de Ajax, Oshawa, Pickering et des environs sont attendus afin de faciliter l'identification et l'analyse des besoins de ces communautés.

Une rencontre préliminaire avec les organismes du comté de Simcoe s'est tenue à Barrie autour de la Clé de la Baie, en prévision d'une concertation locale qui se tiendra au mois de novembre.

Depuis le forum régional de Hamilton, le Réseau semble atteindre sa vitesse de croisière et les résultats attendus à la fin de cette deuxième année achèveront de démontrer que la francophonie se développe inexorablement avec cette structure efficace d'appui à l'immigration francophone.

Maurice M. Kabisoso *Agent de liaison à Toronto*

Qu'est-ce qui fait courir Pauline?

Pauline... une femme de cœur qui aime le monde et qui partage son beau sourire avec tous ceux qu'elle rencontre. Ainsi pourrait-on décrire celle qui, sans aucun doute est notre plus ancienne bénévole au Centre de santé. Car c'est tout naturellement qu'elle est venue proposer ses services dès l'ouverture du CSC! Elle offre son oreille attentive aux personnes qui ont besoin de parler et ses bras grands ouverts aux enfants qui veulent des câlins. Faut-il encore s'étonner lorsque d'aucun l'appellent affectueusement 'Maman Pauline' ? Voici donc son histoire.

Originaire du Témiscamingue, Pauline est arrivée par un beau mois de juillet dans le sud de l'Ontario il y a 39 ans. Cependant elle n'a jamais perdu son attachement profond pour son Québec natal, ni pour sa langue.

Pauline a élevé ses trois filles et son petit fils dans la région de Hamilton. Elle est maintenant 5 fois grand-mère et avoue adorer son rôle! Elle continue malgré tout à remplir les pages de son agenda : 20 heures par semaine au CSC, chant au sein de la chorale de l'église Notre-Dame, bénévolat à l'Hôpital général, active membre des Filles d'Isabelle.

De quoi donner le vertige au commun des mortels. Mais pour notre chère Pauline qui vient de fêter ses 60 ans, il n'est surtout pas question de ralentir: de l'énergie, elle en a à revendre.



Qu'est ce qui motive Pauline à faire du bénévolat? Et bien elle vous dira : « le plaisir d'aider les autres, se dépasser et se faire des amis. Dans la vie plus on se donne aux autres, plus on se remplit le cœur »

Pauline est donc une bénévole très impliquée au CSC et l'une des tâches qui lui tient le plus à cœur est certainement l'atelier de vêtements qu'elle administre depuis le tout début de ce service.

Saviez-vous qu'il y a au centre un comptoir de vêtements pour les femmes et les enfants ? Une petite boutique qui permet aux nouveaux arrivants et aux familles défavorisées de trouver des vêtements de qualité et gratuits pour se vêtir. Pauline prend bien soin de son atelier de vêtements et les personnes qui en profitent ne reçoivent pas seulement des vêtements mais aussi le respect et la tendresse d'une personne qui tient à les accueillir avec dignité. En plus de l'atelier de vêtements, Pauline a prit la responsabilité de faire des tâches ménagères au Centre. Les employés apprécient vraiment ces attentions qui rendent leurs journées de travail plus agréable.

En tout cas elle ne prévoit pas prendre sa retraite bientôt et elle espère faire du bénévolat aussi longtemps qu'elle aura la santé. Nous espérons aussi te garder encore très longtemps, chère 'Maman Pauline' !

Les bénévoles occupent une place importante au sein du Centre de santé. Par leur action, les bénévoles peuvent acquérir de nouvelles compétences tout en contribuant directement au bien-être et à la vitalité de la communauté francophone.

Tout le monde a quelque chose à offrir : un coup de main, une voix amicale, un talent pour réparer des choses, l'amour des enfants, une bonne connaissance de la communauté, une volonté d'offrir un peu de son temps. Vous avez un talent à partager ? Vous voulez acquérir de l'expérience ?

Nous sommes là pour vous aider à trouver une tâche et des responsabilités qui vous conviennent.

Nous offrons la formation et les outils nécessaires pour que vous retiriez le maximum de votre implication au Centre de santé.

Pour devenir bénévole ou pour recevoir les services de nos bénévoles, communiquez au : 905-528-0163, poste 248.

Chers amis,

Le Centre Français est fier de participer pour la première fois, à cette édition de l'Écho, le bulletin du CSC Hamilton-Niagara. En tant que présidente du Centre j'ai le plaisir d'inaugurer cette plate-forme de communication qui nous permettra de trouver toutes les informations pertinentes concernant nos organismes. Avec nos confrères du Centre de santé, du Collège Boréal et de l'ACFO-Hamilton nous voulons renforcer les liens qui nous unissent à la communauté multiculturelle francophone de la région et nous doter des outils nécessaires pour satisfaire aux besoins de tous et toutes. Santé, art et culture, formation et emploi sont indissociables au bien-être de notre clientèle, et grâce à cette initiative commune nous pourrons communiquer plus efficacement avec notre auditoire, et prouver aussi qu'il est possible de vivre en français à Hamilton. Le Centre Français travaille très fort pour animer la vie culturelle de la population francophone et francophile du Grand Hamilton. Venez en grand nombre rejoindre les différentes organisations francophones pour nous apporter vos idées, participer aux événements culturels et partager un mode de vie qui n'appartient qu'à nous. Nous vous donnons rendez-vous...À bientôt.

Pascale Harster



est un centre culturel et communautaire qui a pour but de promouvoir la francophonie et d'assurer l'épanouissement de la langue à Hamilton-Wentworth.

Réunis en Assemblée générale le jeudi 22 mai, 2008 au Collège Boréal, les membres du Centre français ont reçu et approuvé les bilans d'activités et des finances présentés par le conseil. Nous tenons à remercier nos membres sortants, Simone Arsenault et Sean Wendl, de leur dévouement et leur investissement actif et c'est avec fierté que nous accueillons Lorraine Hamilton et Micheline Wylde. Ensemble, elles sauront apporter à la table, un riche bagage d'expérience dans les domaines de la culture, des sciences politiques, de la santé, du développement communautaire et de la formation secondaire. Mme Wylde et Mme Hamilton œuvrent auprès de la communauté francophone de Hamilton depuis déjà de nombreuses années. Nous leur souhaitons la bienvenue et beaucoup de succès dans leurs nouvelles responsabilités au sein du conseil d'administration.

Franco-fête – juin 2008

Notre Franco-Fête 2008 qui avait pourtant débuté sous un ciel bleu a du être écourtée à cause d'un orage inattendu. Cela n'aura pas empêché l'assistance de venir en nombre: familles, parents et enfants, jeunes, aînés, ainsi que de nombreux bénévoles étaient présents au parc Gage de Hamilton pour célébrer notre fête le dimanche 22 juin. Parmi les attractions, une présentation musicale hors pair des groupes locaux Dubeau et Dubay, un spectacle de danse moderne et pour faire la joie des plus petits les organisateurs ont prévu château gonflable, maquillage fantaisie, activités de lecture et de dessin, joutes de soccer, etc. C'est une francophonie solidaire qui a répondu à l'appel de la Franco-fête; la participation active de tous les organismes de langue française à Hamilton a comme à l'accoutumée assuré la réussite de cet événement. Le tirage des prix s'est fait un peu plus tard au Centre et les heureux élus sont venus retirer leurs cadeaux ainsi que la bicyclette offerte par le Richelieu. Ne manquez pas le prochain rendez-vous en 2009.

À l'année prochaine!

Attention : Vérifiez les nouveaux tarifs de nos CARTES DES MEMBRES 2008-2009 et n'oubliez pas de demander notre calendrier d'activités.



Notre contact: 970, rue King Est, Hamilton ON L8M 1C4
Tél. (905) 547-5702 www.centrefrancais.ca

Le Collège Boréal d'arts appliqués et de technologie est une institution d'enseignement postsecondaire qui offre une gamme variée de programmes en français.



Apprenez en français

Fidèle à sa devise, le Collège Boréal vous offre le meilleur environnement pour l'apprentissage en français. Vous désirez poursuivre vos études postsecondaires? Le Collège Boréal vous offre plus de 60 programmes ... **en français**. Vous bénéficiez de l'encadrement d'un personnel hautement qualifié, de classes avec un effectif réduit, de forums de discussion dirigés par un professeur, des cours individualisés etc. que ce soit les cours du jour ou du soir, ou même en ligne chacun y trouve son compte.

Le Collège Boréal a obtenu le meilleur taux d'obtention de diplôme et de satisfaction des employeurs dans la province pour 2007-2008!

Êtes-vous un nouvel arrivant ?

Dans le souci de faciliter l'intégration des immigrants francophones, le Collège Boréal a développé des programmes conçus spécialement pour vous, tels que Destination Profession et Anglais langue de travail.

Le plus grand obstacle identifié est la communication en anglais. Ces programmes sont donc conçus dans le but de vous permettre d'accroître vos capacités linguistiques en plus d'acquérir les connaissances de base exigées sur le marché du travail et de rebâtir ou d'améliorer l'estime de soi. Le candidat en sort suffisamment outillé et confiant pour être plus compétitif sur le marché de l'emploi.

Destination Profession: Début : Avril 2009

Le programme Destination Profession quant à lui vise à aider les **professionnels** francophones formés à l'étranger à réintégrer leur profession au Canada. Pour certains, cela semble être un rêve mais pourtant c'est réalisable. Le Collège Boréal vous offre une formation linguistique, axée principalement sur la communication et les compétences essentielles au travail, la terminologie et les techniques de préparation à l'emploi, suivie d'un stage dans votre domaine d'expertise.

Vous voulez devenir :

- ↳ Éducateur/éducatrice à la petite enfance ?
- ↳ Aide-enseignant/te ?

Le Collège Boréal vous offre en ligne ces programmes de formation en apprentissage à compter du 6 octobre 2008.

Contactez dès aujourd'hui Annie Deschamps au 800 361.6673 poste 3035.

une autre initiative gagnante du
Collège Boréal
www.boreal.ca

Améliorez vos chances
Intégrez le marché de l'emploi avec
un CLIC
Cours de Langue pour les Immigrants au Canada

Le Collège Boréal vous offre
GRATUITEMENT
le programme CLIC / LINC :
ANGLAIS LANGUE DE TRAVAIL

Grâce à ce programme, vous développerez une meilleure compréhension et maîtrise de l'anglais. Cela facilitera votre recherche d'emploi et votre intégration dans un milieu de travail majoritairement anglophone.

Vous avez besoin de plus de renseignements, n'hésitez pas à communiquer avec nous ou venez nous voir.

Boréal - Hamilton

627, rue Main Est,
bureau 207

Hamilton, ON L8M 1J5

Tél 905 544.9824

Sans frais

1 800 361.6673

Fax 905 544.669

www.boreal.ca

**Mon choix,
c'est Boréal**

Anglais langue de travail

Prochain groupe :

16 septembre 2008

**Inscrivez-vous
dès maintenant**

Quoi de neuf à l'ACFO?

L'AGA de l'ACFO – Régionale Hamilton a eu lieu le 29 juin au Staricase Café. Le thème « Le vent dans les voiles! » reflète bien tout ce qui se passe chez-nous alors que nous approchons notre 60^e anniversaire en 2009.

Le nouveau conseil d'administration qui a été élu à la suite de l'AGA comprend : Fouad Boutaya, président, Brian Nikolic, vice président, Abdelhamid Mosbah, trésorier, Danielle Hnatyshyn, secrétaire, David Mbaya Kabamba, conseiller et les administrateurs Nasser Ait Rahmoune, Joël Afovia, Yves Yonel Marcellus et Charles Butéra.

Services à l'emploi

Nos centres de ressources à l'emploi de Hamilton, Burlington et Cambridge offrent des services personnalisés qui se rapportent à la recherche de travail – rédaction et/ou mise à jour de curriculum vitae, lettres de présentation et autres documents pertinents, renseignements sur le marché du travail et ateliers en techniques de recherche à l'emploi et en informatique. Hamilton : 905 540-1300, Burlington : 905 637-0796, Cambridge : 519 623-2822. En avril 2008, nous avons augmenté nos services à l'emploi dans les régions de Kitchener, Waterloo et Guelph : 226 220-9580.

Le Programme d'accès communautaire nous permet d'offrir un accès à l'Internet et des ateliers en informatique.

Visitez notre site Web www.acfo-hamilton.on.ca en septembre. Vous pourriez être gagnants!!

Partenariats

L'ACFO est fière de travailler en partenariat avec le Centre de santé communautaire Hamilton/Niagara, le Collège Boréal, le Centre français et tous les autres organismes communautaires de Hamilton et de toute notre Régionale qui s'étend sur six régions – Hamilton, Halton, Waterloo, Wellington, Brant et Hal-dimand-Norfolk.



Octroi de la Fondation Trillium

Un programme de coordination du bénévolat francophone à Hamilton bientôt sur pied grâce à une subvention de la Fondation Trillium de l'Ontario. En effet, votre centre de santé va développer de nombreux partenariats avec différentes organisations, associations et regroupements servant les francophones de Hamilton afin de bien répondre aux besoins des francophones de la région en matière de bénévolat.

Concrètement, le but de ce programme sera de recruter, de former et de coordonner des bénévoles francophones qui pourront ensuite s'impliquer au sein de différentes organisations francophones ou servant des francophones à Hamilton. Que vous soyez intéressés à faire du bénévolat ou à en bénéficier, nous sommes là pour vous !

Pour plus de renseignements, communiquez avec Nancy Larivière au : 905-528-0163 x 244

Les valeurs organisationnelles du Centre de santé communautaire
Hamilton/Niagara

RESPECT

Ressources

Culture

Bien-être

Orientation

sexuelle

INNOVATION

QUALITÉ

Satisfaction

Intellect

Intégration

Service

AUTONOMISATION

Religion

Dignité

Déterminants

Aînés

PARTICIPATION

de la santé

Familles

Multidisciplinaire

Besoins

Santé

HOLISTIQUE

Service

Race

Investissement

Dialogue

Écoute

Le Conseil d'administration du Centre de santé communautaire Hamilton/Niagara tient à remercier tous nos bénévoles, nos partenaires, le personnel et tous les membres des communautés de Hamilton et Niagara qui ont participé dans le processus de planification stratégique 2008-2012.

Pour de plus amples renseignements au sujet du plan stratégique du CSC Hamilton/Niagara veuillez contacter Adèle Tanguay, Coordonnatrice de la planification et du soutien administratif au (905) 734-1141 poste

C'est la deuxième fois que le Centre de Santé Hamilton/Niagara entreprend d'offrir des Bourses à certains établissements scolaires francophones.

Cette année, les bourses ont été remises lors de la cérémonie de remise des diplômes du 26 juin 2008 à quatre écoles secondaires de Hamilton et Niagara.

Les récipiendaires sont :

- ↳ Donna Van Doorn : 100\$ - Georges P. Vanier (Hamilton) - Collège Mohawk (probablement sciences sociales 'social work') (Elke)
- ↳ Élyse Jobin : 200\$ - Georges P. Vanier (Hamilton) - Université de Laval (département des sciences) (Elke)
- ↳ Mariama Camara, L'Académie Mère Thérèse (Hamilton) - (Randa)
- ↳ Éric Ethier : 300\$, L'école secondaire Confédération - Collège Niagara- cours santé et forme physique
- ↳ Heather Carson : 150\$, L'école catholique secondaire Jean Vanier - Nutrition
- ↳ Nicole Beaudoin : 150\$, L'école catholique secondaire Jean Vanier - radiologie.

Bravo à toutes et tous!

Bénévole et cordon-bleu !

On dit des Renées qu'elles sont portées vers les métiers artistiques, l'esthétique, la diététique, la cuisine, la restauration ou la gastronomie..., une profession exigeant de la précision, de la minutie. Celle que nous vous présentons dans ce bulletin semble tout à fait avoir un prénom prédisposé et un talent qu'elle aime partager.

Originaire du Québec, Renée habite à Fonthill depuis maintenant 7 ans.

En recherchant un médecin de famille, elle a découvert le Centre de santé communautaire de Welland. Ayant tout d'abord commencé son bénévolat avec le centre en s'occupant des jeunes enfants pendant les rendez-vous médicaux de leur parents, elle a par la suite exprimé sa vraie passion: la cuisine!

Renée est passionnée par la gastronomie. Elle a eu dans le passé son propre restaurant et elle a travaillé comme styliste cuisinière pour d'autres, de même que pour la création de livres de recettes. La diététicienne du centre de santé n'aurait pas pu mieux choisir en offrant à Renée de concevoir un projet de cuisine collective. L'idée de départ était d'enseigner aux jeunes femmes monoparentales comment cuisiner de façon économique. Mais ce sont plutôt des femmes âgées curieuses des nouvelles façons de cuisiner qui ont été attirées par le projet.

Renée est en charge de la cuisine ans. Faute de place, la cuisine un groupe fermé, composé de cinq personnes dangereuse parce que trop dames se réunit une semaine sur cuisiner des plats et découvrir de n'hésitent pas à essayer des plats

Renée explique que c'est parfois français pour des franco-faire leur épicerie dans des com-belle amitié s'est formée entre les tive et Renée a su partager son



collective depuis maintenant 5 collective malheureusement est personnes, afin d'éviter une cui-encombrée. Le groupe de cinq deux, entre octobre et mai, pour nouvelles recettes. Les femmes exotiques et originaux.

tout un défi de faire l'épicerie en ontariennes qui sont habituées à merces anglophones. Une très participantes de la cuisine collec-amour pour la cuisine.

En plus de son temps bénévole au CSC de Welland, Renée est aussi bénévole pour "Community food adviser" un programme qui informe et éduque les gens sur les choix alimentaires et la préparation d'aliments sains et nutritifs et les bonnes pratiques de conservation d'aliment. Pour elle, faire du bénévolat auprès de la communauté c'est rendre service aux autres, partager une passion, découvrir de nouvelles choses et se faire des amies.

Renée explique que c'est important pour elle d'être active dans la communauté francophone et de rendre service. Étant elle-même francophone, elle est naturellement plus attirée vers les causes francophones, et de rajouter qu'il y a un mythe concernant les bénévoles; ce ne sont pas comme on le pense, des personnes qui ont beaucoup de temps libre qui font du bénévolat. Selon elle ce sont des personnes qui ont le désir de s'impliquer dans la communauté et d'avoir un impact autour d'elles. Si la personne est passionnée elle trouvera le temps.

Renée est certainement passionnée par ce qu'elle fait car ça se sent ... sur le bout des papilles gustatives! Renée doit cependant suspendre son tablier momentanément et par conséquent, la cuisine collective prend des vacances. Mais malgré tout, merci Renée malgré ton absence tu demeures une perle pour la communauté francophone.

Bénévolement vôtre...

Selon un ancien rapport (1992) du Centre d'action bénévole, on s'engage généralement dans l'action bénévole pour diverses raisons:

- Le sentiment d'accomplir quelque chose
- La reconnaissance et la rétroaction
- L'épanouissement personnel
- La possibilité de rendre service en compensation d'un bienfait reçu
- La possibilité de faire évoluer la société
- Les liens familiaux
- L'amitié, le soutien, la création de liens et un sentiment d'appartenance

Les soins à domicile pour les aînés



Est-ce vraiment nécessaires ?

Le Centre de Santé Communautaire Hamilton/Niagara offre depuis avril 2008 le service d'un infirmier communautaire visiteur. L'infirmier autorisé (IA), visite les aînés qui ont des problèmes de mobilité rendant leur visite au Centre de Santé difficile ou risqué.

Le service qui se veut un programme d'appui aux aînés de plus de 50 ans est aussi disponible aux personnes plus jeunes avec une problématique particulière nécessitant une visite, un traitement ou un acte infirmier à domicile.

Conformément à notre mission, le service a été créé pour offrir des soins infirmiers de qualité à la clientèle du Centre de Santé et à la communauté francophone de toute la péninsule du Niagara et de la région du grand Hamilton jusqu'aux limites de Burlington. Les aînés, dont la population ne cesse d'augmenter, ont manifesté clairement et avec force leurs inquiétudes et leur frustration face au manque de ressources médicales.

Les aînés francophones, utilisateurs de services de santé, ont observé que les agences qui leurs offrent du support ont peu ou pas de personnel capable de communiquer adéquatement en français. La difficulté à communiquer ses besoins dans sa langue ajoute à l'inquiétude et à l'anxiété déjà présente lorsque l'état de santé se modifie.

Lorsque la mobilité se trouve réduite et que l'isolement social augmente (perte des êtres chers et supportant, éloignement des enfants, etc.), le stress augmente et les symptômes de dépression s'accroissent.

Les problèmes économiques que vivent les aînés ajoutent aux difficultés déjà présentes : la difficulté de trouver des logements salubres et abordables, l'abus économique, psychologique ou physique, la dépendance.

Un des problèmes majeurs est la pauvre supervision des soins de santé surtout dans un système où il y a une pénurie de médecins de famille ; on doit alors s'astreindre à choisir un médecin qui ne parle pas le français avec les risques de mauvaise interprétation que cela comporte.

Une étude menée en 2003 par un groupe d'infirmières ontariennes et financée par La Fondation canadienne de la recherche sur les services de santé (lire page suivante), conclut que les servi-

ces d'une infirmière à domicile, améliorent la santé physique et mentale, le fonctionnement social des personnes âgées. Ces bénéfices sont-ils positivement contagieux puisque les aidants visités par les infirmières ont rapportés eux aussi se sentir mieux.

L'étude, qui ciblait une clientèle capable de s'exprimer en anglais, présente un aspect des problèmes que vivent toutes les personnes âgées en général. Il est facile de croire que le bénéfice d'un service d'infirmière à domicile en français apportera encore plus aux clients et aux aidants puisque l'isolement et les problèmes de communication dans leur langue ne seront plus une difficulté.

Alors au plaisir de vous visiter sous peu.

Yvon Morency, *Infirmier Autorisé visiteur communautaire*



L'équipe des Services & programmes d'appui aux aînés

L'étude « *Clients âgés et vulnérables des services de soins à domicile : les coûts et les effets de l'ajout de services de prévention dispensés par des infirmières* » a évalué l'impact du service d'une infirmière à domicile sur la santé des personnes âgées et sur celle des aidants naturels qui assistaient ces mêmes aînés dans leur vie quotidien; cette étude a été réalisée dans la région de Halton du sud de l'Ontario.

La recherche a démontré que la population desservie et composée d'aînés de plus de 75 ans était déprimée dans 25,6 % des cas et était aux prises avec des limitations fonctionnelles dans 93,4 % des cas.

Le travail de promotion fait par les infirmières lors des visites avait augmenté en 6 mois seulement, le fonctionnement social des aînés de 23,9 % comparativement à 5,9 % dans le groupe témoin qui n'avait pas de visite à domicile d'infirmière.

Il est important de noter que l'analyse a aussi démontré une baisse de 1,5 % des symptômes de dépression chez les aînés visités par l'infirmière alors que le groupe témoin qui ne recevait pas ces services a montré une hausse de 7,7 % des symptômes de dépression.

Le rapport conclut que le soutien aux soignants qui sont parfois âgés eux-mêmes est un élément clé d'un programme efficace en soins à domicile ; 59,3 % des aînés visités avaient un aidant disponible. Dans ce groupe d'aidants, 40,7 % avaient plus de 75 ans eux-mêmes et 16,7 % étaient déprimés, 35,3 % avaient des limitations fonctionnelles et 60,3 % avaient des limitations de fonctionnement social.

Chez ces soignants, la visite à domicile de l'infirmière a aussi amélioré leur état général puisque leurs symptômes de dépression ont diminué de 1,5 % alors que le groupe d'aidants sans support de l'infirmière visiteuse rapportait eux aussi une augmentation de 7,7 % de leurs symptômes.

En ce qui a trait au fonctionnement social, les soignants visités rapportaient une amélioration d'environ 23,7 %, taux similaire à celui des aînés qu'ils supportaient. Le groupe témoin de soignants sans support infirmier ne rapportait qu'une amélioration de 5,9 % de leur fonctionnement social.

L'intégralité de l'étude est disponible au http://www.chsrf.ca/final_research/ogc/pdf/markle_f.pdf



Services de rééducation de la parole et du langage

Votre enfant a de la difficulté à comprendre ce que vous dites ou à faire différents sons? Vous vous inquiétez, mais vous ne savez pas ce que vous pouvez faire à ce sujet. Vous devez agir le plus tôt possible.

Plus tôt un problème est détecté mieux ce sera car l'intervention précoce est importante. Participer à une de nos cliniques de Mieux-être afin de rencontrer une orthophoniste et d'autres professionnels de la santé de l'enfant.

Venez visiter un de nos Centres de la petite enfance dans la région de Hamilton ou Niagara. Dans la région de Niagara nous offrons un programme d'alphabétisation qui montre comment les parents peuvent motiver les enfants à lire et à écrire.

A Hamilton nous vous offrons également une variété d'activités pour favoriser l'apprentissage du langage et des concepts mathématiques afin d'outiller votre enfant et le préparer le plus possible à l'école et à la rentrée scolaire.

Pour plus d'information ou pour être référé directement veuillez nous contacter au site de Hamilton au 905-528-0163 poste 297 ou dans la région de Niagara au 905-734-1141 poste 237.

La saison prochaine, nous vous présenterons un article sur l'importance du langage. Mais en attendant, testez vos connaissances en matière de langage au verso de cette page.

Vrai ou Faux?



Les centres de santé
communautaire en Ontario

1. Plus de 50 % des enfants qui ont des problèmes de langage développent des problèmes socio-affectifs ou comportementaux significatifs. Vrai ou faux?

Vrai. Le langage est indispensable dans les relations sociales et favorise l'expression de soi. Certains enfants isolés socialement ou affectivement peuvent développer des façons non conventionnelles et inacceptables de s'exprimer (problèmes de comportement).

2. On devient bègue à la suite d'un choc psychologique. Vrai ou faux?

Faux. Le bégaiement est un trouble moteur qui fait en sorte que la personne ne contrôle pas aussi facilement que les autres sa parole et sa respiration. Cela provoque des blocages et des répétitions. Certains facteurs environnementaux et psychologiques peuvent influencer mais n'en sont pas la cause.

3. L'orthophoniste et l'audiologiste ne peuvent pas évaluer l'enfant tant qu'il ne parle pas. Vrai ou faux?

Faux. L'observation du jeu, l'utilisation de méthodes standardisées et l'entrevue avec les parents permettent à l'orthophoniste et à l'audiologiste d'évaluer l'enfant non verbal.

4. Une intervention précoce rend l'action thérapeutique plus efficace. Vrai ou faux?

Vrai. Plus on intervient tôt (parfois avant l'âge de 2 ans), plus on donne de chances à l'enfant de devenir fonctionnel.

5. S'amuser à faire des rimes et à jouer avec les mots préparent à l'apprentissage de la lecture et de l'écriture. Vrai ou faux?

Vrai. Cela aide l'enfant à comprendre que le langage est constitué d'éléments qu'on peut isoler et manipuler.



Centre de santé
Communautaire
Hamilton/Niagara

CSC NIAGARA

1, promenade Vanier
Welland, ON L3B 1A1
Tél.: 905-734-1141 ou
sans frais au 1-866-885-5947

Heures d'ouverture :

Lundi et mercredi de 9 h à 17 h
Mardi et jeudi de 9 h à 20 h
Vendredi de 9 h à 16 h 30

CSC HAMILTON

460, rue Main est, 2e étage
Hamilton, ON L8N 1K4
Tél.: 905-528-0163 ou
sans frais au 1-866-437-7606

Heures d'ouverture :

Lundi et mercredi de 9 h à 20 h
Mardi et jeudi de 9 h à 17 h

Sites satellites

CSC Thorold/St. Catharines
3340 Schmon Parkway, Thorold, Ontario,
L2V 4Y6

Bridges Community Health Care Centre
1485 Garrison Road, Fort Érié, Ontario,
L2A 1P8

Consultez notre calendrier pour l'ensemble de nos activités !