



COMITÉ DES USAGERS
DU CENTRE DE SANTÉ ET
DE SERVICES SOCIAUX DE LAVAL

Volume 3 Numéro 5, 15 juin 2021

L'Infolettre des usagers des services de santé de LAVAL

L'Infolettre est publiée par le Comité des usagers du Centre de santé et de services sociaux de Laval (CU CSSS Laval) le 15 de chaque mois, sauf en juillet et août.

L'Infolettre vise à informer nos abonnés des activités menées par le Comité des usagers, des événements et des conférences publiques organisées, de même qu'à fournir à nos lecteurs un aperçu de certains textes parus dans les médias.

L'Infolettre est acheminée à nos abonnés par courrier électronique.

L'équipe de l'Infolettre:

Pierre Lynch
Lorraine Simard
Lucie Fortin
Ninon Joseph

Yves Debien
Michel Roberge
Francine Wodarka
Nicole Provost

C'est quoi le Comité des usagers? Les comités d'usagers ont été créés en vertu de l'article 209 de la [Loi sur les services de santé et les services sociaux](#). Ces comités sont composés essentiellement d'usagers élus par les usagers de l'établissement, ils doivent veiller à ce que les usagers soient traités dans le respect de leur dignité et en reconnaissance de leurs droits et libertés.

Faites suivre l'Infolettre à vos parents et amis de Laval, ils pourront s'abonner [en cliquant ici](#). De même, vous pouvez vous désabonner de l'Infolettre, [en cliquant ici](#)

Toutes les publications de l'Infolettre sont accessibles sur le site WEB du Comité des usagers du CSSS de Laval à l'adresse suivante: www.cucssslaval.ca/pages-fr/infolettre-126.

Pour en savoir plus sur le Comité des usagers, [cliquez ici](#).

NOS CONFÉRENCES PUBLIQUES

Nos conférences font relâche pour l'été.

Nous serons de retour le 14 septembre 2021.

Tout dépendant de l'évolution de la pandémie et selon les consignes de la santé publique en vigueur en septembre, la conférence sera en présentiel ou par visioconférence.

Nous publierons les détails dans notre Infolettre d'août 2021.

À bientôt.

Le Comité des usagers du CSSS de Laval est là pour vous!

Pour nous rejoindre :

Tél. : 450 978-8609

Courriel : cucssslaval@outlook.com

232-800, boul. Chomedey, Tour A
Laval (Québec) H7V 3Y4

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE COMITÉ DES USAGERS DU CSSS DE LAVAL

Le comité des usagers du CSSS de Laval invite tous les citoyens de Laval à assister à son assemblée générale annuelle qui se tiendra mercredi le 16 juin 2021 de 18 heures 30 à 21 heures.

Cette assemblée s'effectuera par VISIOCONFÉRENCE ZOOM.

Voici le lien ZOOM pour cette rencontre:

<https://us02web.zoom.us/j/87062757966?pwd=NDhnYnMwU0dyU1c5TFpuM3h2MTFRUT09>

Veillez conserver ce lien pour accéder à cette rencontre.

À la fin de cette rencontre, le Comité des usagers du CSSS de Laval dévoilera le rapport du sondage de satisfaction des usagers sur les services de prélèvements à Laval. Ce sondage téléphonique a été effectué auprès des usagers par la firme de sondages Infras Inc. entre le 11 janvier et le 10 février 2021.

Voici l'ordre du jour de l'assemblée générale annuelle:

1. Ouverture de l'assemblée
2. Vérification du quorum
3. Présentation des membres actuels du Comité des usagers
4. Élection d'une présidence d'assemblée
5. Élection d'un ou une secrétaire d'assemblée
6. Lecture et adoption de l'ordre du jour
7. Lecture et adoption du procès-verbal de la dernière assemblée générale annuelle
8. Présentation du rapport d'activités de la dernière année
9. Présentation des états financiers
10. Présentation des prévisions budgétaires 2021 -2022
11. Élections
12. Dévoilement des résultats du sondage de satisfaction des usagers sur les services de prélèvements à Laval
13. Levée de l'assemblée

MÊME EN VACANCES

Les vacances sont là pour des milliers d'entre nous y compris, cette année, pour les travailleurs de la santé.

Mais les vacances de nos personnes hébergées en RPA ou en CHSLD seront-elles également au rendez-vous. Elles le seront si vous n'oubliez pas de les visiter, d'aller prendre l'air avec elles à l'extérieur si possible.

Comme parents et amis, voyez donc à ce que l'établissement qui les héberge ait de l'air conditionné. Faites des pressions auprès des institutions. Dans certains CHSLD vieillots de Laval, la climatisation est inexistante dans les chambres mais bien dans une aire commune de 10 pieds carrés ! De plus, on ferme les stores du côté du soleil afin de laisser les chambres plus au frais et nous sommes en 2021. Cette situation n'est pas facile pour personne : résidents et employés.

On prive les occupants de lumière pour pallier au manque d'air conditionné. L'air conditionné sera présente dans les nouvelles bâtisses, c'est certain mais que fait-on pour le parc immobilier déjà existant ? C'est à vous, les aidants naturels de porter vos demandes. Si vous en êtes incapables, communiquez avec votre comité des usagers. Il y en a un dans chaque établissement lavallois.

Lorraine Simard

Membre du comité des usagers du CSSS de Laval

COVID-19

ETAT DE LA SITUATION À LAVAL

Vous trouverez ci-dessous le lien vers le site WEB de la Santé Publique de Laval décrivant toutes les mesures mises en place dans le cadre d'une alerte maximale, zone rouge: <http://www.lavalensante.com/covid19/>

Si vous désirez obtenir les données statistiques relatives à la situation de la COVID-19 à Laval, [cliquez ce lien](#)

Si vous désirez de l'information sur la campagne de vaccination de la COVID-19 à Laval, [cliquez ce lien](#)

Si vous désirez des données statistiques sur la situation de la COVID-19 pour l'ensemble de la province, [cliquez ce lien](#)

Le Comité des usagers du CSSS de Laval vous encourage de respecter scrupuleusement les directives de la Santé Publique par respect envers nos concitoyens et pour le maintien de notre bonne santé.

S'ASSURER DES VISITES

AGRÉABLES

Des vacances, cela vous dit quelque chose? Les mois de juin, juillet et août vous appellent à sortir de votre chez vous et ce avec l'aval du gouvernement et de la santé publique. Assouplissement des mesures.

Le 11 mars 2020 le premier ministre Legault confinait les québécois. Le 11 juin 2021 (15 mois plus tard) l'ouverture vers l'extérieur se poursuit, le calendrier de déconfinement a du vent dans les voiles; autre date importante le 25 juin pour les activités extérieures, reprises des festivals, les camps de vacances.

Freinons un peu notre enthousiasme, tout étant relatif depuis plus d'une année 24 heures se lit comme une semaine, une semaine comme un mois et up c'est oui vous pouvez.... Et tout à coup, c'est non puisque la courbe n'est pas bonne et nous régressons.

L'important c'est que depuis le 28 mai le Québec retrouve le sourire, que le retour en classe au mois d'août pourrait se faire presque normalement.

Le Québec se refait une santé, se colore en orange, en jaune et même en vert. Prudence

tous et toutes port du masque, hygiène des mains, distanciation.

Pas facile de se retrouver dans le cahier guide des mesures du déconfinement, très important de vérifier auprès de votre résidence quelles mesures s'appliquent. Plusieurs facteurs entrent en ligne de compte, la dimension, les aires communes les proches aidants identifiés, les visites à l'extérieur ou à l'intérieur, l'état de santé de votre résident. Tout est écrit mais tout ne s'applique pas.

Pour vous éviter des grincements de dents appeler la résidence, le comité des usagers et voyez ensemble les avenues et éventuellement des pistes de solutions.

Vous aussi vous voudrez peut-être profiter de vos vacances, le cœur léger et la conscience en paix.

VACCINÉS, MASQUÉS, DISTANCIATION votre bouée de sauvetage

Bonne Vacances
Au plaisir de vous retrouver en septembre.

Nicole Provost
Membre du Comité des usagers du CSSS de Laval

VERS LE MEILLEUR

Puisque l'été s'annonce sur le perron de nos portes et que le soleil tout doucement réchauffera nos cœurs, la joie de se retrouver tout prudemment est la mise à jour à faire. Les terrasses, les parcs et surtout les crèmeries, tous les lieux publics s'affichent comme des endroits favorables aux rencontres depuis si longtemps attendues. Je croise déjà des personnes, qui assises sur un banc de parc se jasant joyeusement. Leur rire est contagieux et leur sourire soulève les cœurs. C'est un début même dans une zone orange!

Les mariages, les baptêmes et même les funérailles seront enclenchés avec l'envergure qu'il se doit. Nous vivrons un retour à la vie normale, mais comme la Covid n'est pas terminée, il faut prévoir son masque et les consignes d'hygiène. Le bonheur d'un câlin est là, tout près, les bras tendus vers ceux que l'on aime. Un petit peu de temps encore et nous irons vers la fin d'une pandémie, qui nous aura appris que la santé n'est pas un capital acquis, mais une richesse fragile qui nous prête la vie, une vie qui est la nôtre.

Respectons-nous!

Francine Wodarka, membre du Comité des usagers du CSSS de Laval

QUIZ

SOUFFREZ-VOUS D'ÂGISME

Dans la publication de mai de l'Infolettre, nous vous avons soumis un quiz intitulé **SOUFFREZ-VOUS D'ÂGISME?**

Voici les réponses de ce quiz:

Toutes les personnes âgées sont pareilles.

Il n'y a pas de personne âgée type, car plus les gens vieillissent, plus ils se différencient. Les stéréotypes sont fondés sur l'idée que toutes les personnes d'un même groupe sont pareilles. Penser en termes de stéréotypes est toujours une erreur, surtout quand il s'agit de l'âge.

Les problèmes de santé sont inévitables quand on prend de l'âge.

La plupart des gens finissent par avoir des problèmes de santé avec l'âge, mais le vieillissement n'est pas forcément synonyme de maladie et d'incapacité. L'état de santé et les capacités des aînés sont très variables. L'âge ne détermine pas les facultés d'un individu. Certains octogénaires, par exemple, sont aussi alertes mentalement et physiquement que certains trentenaires.

Une personne âgée est un quelqu'un de 60 ans et plus.

Il n'y a pas d'âge à partir duquel on devient vieux tout à coup ! Il s'agit d'un processus naturel.

Mon attitude à l'égard du vieillissement a peu d'influence voire aucune sur ma santé.

Une attitude négative à l'égard du vieillissement peut avoir des conséquences importantes sur la santé et l'espérance de vie. Des chercheurs ont constaté que les personnes âgées qui avaient une attitude négative vis-à-vis du vieillissement vivaient en moyenne 7, 5 ans de moins que les autres.

Le vieillissement est un obstacle à surmonter pour une vie réussie.

Beaucoup considèrent le vieillissement comme un problème alors qu'en réalité, il présente de nombreux avantages. Par exemple, les compétences sociales et émotionnelles s'améliorent avec l'âge grâce à la connaissance de soi, à la maîtrise de soi et à la capacité d'entretenir des relations sociales stables que les personnes âgées ont acquises au fil des ans.

Cela dit, la peur de vieillir rend les changements qui surviennent avec l'âge beaucoup plus difficiles à aborder. Une attitude négative vis-à-vis du

vieillesse peut nuire à l'estime de soi, restreindre nos possibilités et nos perspectives, nous tenir à l'écart des autres dans notre communauté et même écourter notre existence.

Les personnes âgées sont un poids pour l'économie, notamment pour les systèmes de santé.

Les personnes âgées apportent à nos sociétés une contribution importante qui, en grande partie, n'est pas reconnue. Partout dans le monde, les personnes âgées s'occupent d'enfants, renforcent les communautés et apportent une aide économique leurs enfants et petits-enfants.

Une étude réalisée au Royaume-Uni a montré que les contributions des personnes âgées, impôts, dépenses et autres, dépassaient de plus de 50 milliards de dollars l'ensemble des sommes dépensées pour elles retraites, protection sociale et dépenses de santé conjuguées.

L'âgisme c'est avoir une attitude négative ou discriminatoire envers des personnes en raison de leur âge.

L'âgisme c'est penser en termes de stéréotypes négatifs, avoir des préjugés ou une attitude discriminatoire envers des personnes en raison de leur âge. Tout le monde peut en être victime, mais il vise plus souvent les aînées.

L'âgisme peut profondément influencer les politiques et les services et avoir, de ce fait, des conséquences négatives pour les personnes âgées. Comprendre l'âgisme et le combattre, c'est faire un premier pas vers un monde plus ouvert aux personnes âgées.

Je peux faire preuve d'âgisme sans m'en rendre compte

La plupart du temps nous n'avons pas conscience de nos attitudes négatives à l'égard du vieillissement et des personnes âgées. Pourtant, après une enquête menée dans 57 pays du monde, 60 % des gens estiment que les aînés ne sont pas respectés.

Les attitudes s'observent partout. Les cartes de vœux multiplient les plaisanteries sur le fait de vieillir. On dit souvent aux personnes qui font plus jeunes que leur âge, ce qui est censé être un compliment, mais sous-entend que vieillir n'est pas une bonne chose en soi. Prendre conscience des attitudes négatives que nous avons au quotidien à l'égard des personnes âgées et de notre propre vieillissement, c'est une première étape indispensable pour profiter des avantages du vieillissement et de la vieillesse.

On peut lutter contre l'âgisme

Oui par nos comportements, notre prise de conscience et le fait de nouer des liens avec des personnes de tous âges.

Le Comité des usagers du CSSS de Laval

,C'est qui? C'est quoi?

Le Comité des usagers du CSSS de Laval est normalement constitué de 15 membres élus par les usagers du CSSS Laval. Ils se réunissent 9 fois/année. Un comité des officiers se réunit quant à lui 2 fois/mois.

Le CU CSSS Laval est actuellement formé des personnes suivantes :

M. Pierre Lynch	Président
M. Michel Roberge	Premier Vice-président
Mme. Lorraine Simard	Seconde Vice-présidente
M. Yves Debien	Secrétaire / trésorier
Mme. Diane Chevalier	Membre
M. Jacques Fournier	Membre
Mme. Marie-Carmelle St-Germain	Membre
Mme. Lucie Fortin	Membre
M. André Hamel	Membre
Mme. Ninon Joseph	Membre
M. Jocelyn Leclair	Membre
Mme. Francine Wodarka	Membre
Mme. Tassia Giannakis	Membre

Notre INFOLETTRE vous a plu?

Vous souhaitez continuer de recevoir notre INFOLETTRE?

L'Infolettre du CU CSSS de Laval vous apparaît utile?

Faites-la suivre à vos parents et amis qui pourront s'abonner.

C'est un service à leur rendre.

Aidez-nous à informer les usagers!

[Je consens à recevoir les communications courriel du Comité des usagers du CSSS de Laval](#)

Pour ce faire vous n'avez qu'à cliquer sur le lien suivant :

nous vous demandons de bien vouloir confirmer votre consentement à recevoir nos communications courriel sur les réseaux sociaux, Dans le but de respecter la nouvelle loi canadienne sur l'élimination des pourriels

[Le Comité des usagers du CSSS de Laval est là pour vous!](#)

Pour nous rejoindre :

Tél. : 450-978-8609

Courriel : cucssslaval@outlook.com

232-800 boul. Chomedey, Tour A

Laval, (Québec), H7V 3Y4
