

**Zoomers en mouvement**

Une gigantesque séance de zoomers montre la force du programme à l'intention des aînés de Saint John  
Page 8

**Une journée de soins de beauté**

Thé à l'intention des survivantes du cancer du sein : un endroit sûr pour partager son vécu  
Page 11

**Lieux amis des bébés**

Horizon rend les espaces plus accueillants pour les mères qui allaitent  
Page 18

Numéro 9, volume 2  
Novembre 2017



# Étoile d'Horizon

Une publication pour le personnel du Réseau de santé Horizon



## Mentors communautaires en alimentation

Le programme donne aux résidents de Stanley un nouveau goût pour la nourriture et la nutrition

Page 5

# Contenu



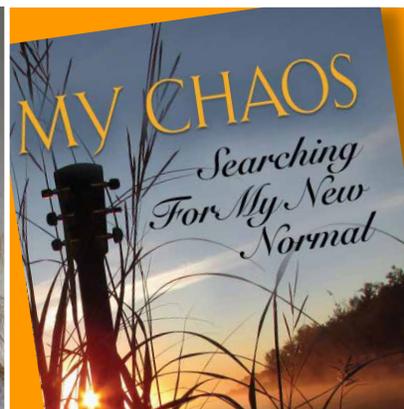
# 5

Le programme « Mentors communautaires en alimentation » inspire les résidents de Stanley



# 6

Nous vous présentons Marjorie, l'intervenante-pivot en oncologie pédiatrique d'Horizon.



Un employé public son premier livre pour aider les patients et les familles dans les transitions difficiles



# 7

La vie effrénée d'une mère d'Horizon dans l'univers de la natation



# 12

Le laboratoire de l'HRSJ acquiert un très gros appareil

De nouveaux appareils au laboratoire de biochimie augmentent la capacité d'analyse



# 13

La Fondation des Amis souhaite amasser 600 000 \$ pour améliorer les soins aux patients à l'Hôpital de Moncton



# 14

L'Hôpital public d'Oromocto offre des soins de santé depuis maintenant 50 ans



# 15

Célébration de la première lauréate du Prix du héros de la sécurité des patients

Ce bulletin est publié par le Service des communications du Réseau de santé Horizon. Il est distribué gratuitement au personnel, aux médecins et aux bénévoles d'Horizon. La version française est offerte en ligne à l'adresse [fr.horizonnb.ca](http://fr.horizonnb.ca).

Rédactrice : GinaBeth Roberts

Chef de la création : Kevin Goggan

Impression : Advocate Printing

Veuillez transmettre vos commentaires et vos idées d'article à [EtoileHorizon@HorizonNB.ca](mailto:EtoileHorizon@HorizonNB.ca).

## Dans chaque numéro

Message de la présidente-directrice générale

Mot de la rédactrice

Le coin des collègues

Sous les feux de la rampe d'Horizon

Regardez qui brille

Horizon dans le rétroviseur

Top 10



8

Les « zoomers » célèbrent la Semaine du mieux-être en grand nombre



9

Horizon dans le rétroviseur



10

Un cardiologue de Saint John nommé président de la Fondation d'éducation médicale

Une étoile de Centracare prend sa retraite après 40 ans de soins infirmiers



11

Thé à l'intention des survivantes du cancer du sein : une journée remplie d'émotion et d'espoir



16  
TOP  
10

Top 10 Recettes des Fêtes



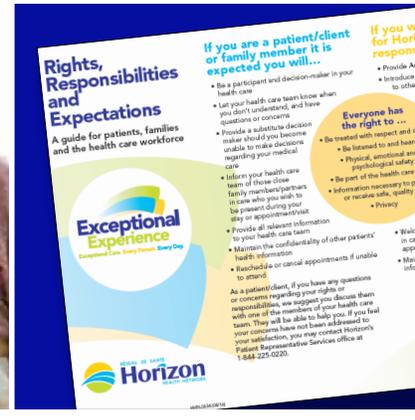
18

Un sondage auprès du personnel et des patients aidera les hôpitaux à devenir encore plus « amis des bébés »



19

En novembre, on encourage les aînés à participer à une randonnée virtuelle



Les droits, les responsabilités et les attentes des patients, des familles et de l'équipe de soins de santé

## Chers membres du personnel et médecins,

Il est difficile d'imaginer que la période des Fêtes approche à grands pas. Il est également difficile de croire que mon premier anniversaire au sein d'Horizon approche avec l'arrivée de la nouvelle année.

Au moment de l'impression du présent numéro de l'Étoile d'Horizon, je terminerai ma deuxième tournée d'Horizon. Ces visites me permettent de rencontrer plusieurs d'entre vous et d'apprendre. Au cours de ma dernière tournée, j'ai eu beaucoup de plaisir à présenter ma vision pour Horizon, qui est principalement axée sur la qualité et la sécurité. Qui plus est, j'ai accueilli avec plaisir les commentaires à ce sujet à la fois lors des séances et des conversations, ainsi que grâce aux courriels que beaucoup d'entre vous m'ont transmis.

Je me réjouis du fait que notre organisation a commencé à améliorer ses soins primaires. En tant qu'équipe et en travaillant avec nos partenaires, je crois que nous pouvons apporter les changements qu'il faut pour améliorer les soins au sein de nos collectivités et de nos points d'accès. Le temps est révolu où les gens devaient considérer l'hôpital comme l'endroit par excellence pour améliorer leur santé.

Pour donner les meilleurs soins aux Néo-Brunswickois et Néo-Brunswickoises, nous devons amorcer un processus de changement des systèmes. Grâce à votre appui et à celui de nos partenaires, je suis convaincue que nous avons une grande partie de l'infrastructure en place pour améliorer notre prestation des soins à la fois à l'hôpital et au sein de la collectivité. De plus, je crois que, grâce aux soins primaires améliorés, nous réussirons mieux à donner les soins à la fois à l'hôpital et au sein de la collectivité. Par ailleurs, je crois que grâce à l'amélioration des soins primaires, nous réussirons mieux à **aider les gens à vivre en santé.**

Je suis convaincue que les changements que j'ai proposés à notre personnel et à notre conseil d'Horizon sont nécessaires pour faire face aux défis en matière de santé du Nouveau-Brunswick. Pour mettre ces changements en œuvre, nous avons besoin d'employés qui feront office de chefs de file en accordant la priorité à la qualité et à la sécurité dans tout ce que nous accomplissons.

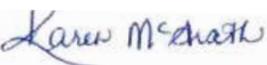
Je tiens à vous rassurer que je n'ai pas oublié nos employés dans cette vision. Je sais que nous vous en demandons beaucoup. Je sais également que nous obtenons beaucoup de vous. Sans contredit, Horizon a un personnel extrêmement dévoué.

Pour cette raison, nous voulons nous assurer de répondre à vos besoins. Pour ce faire, nous avons besoin de votre rétroaction; et l'un des moyens de nous faire part de vos commentaires est de répondre au sondage Pulse sur la qualité de vie au travail d'Agrément Canada, qui se trouve sur le réseau Skyline. Il vous suffira de moins de cinq minutes pour y répondre. Le sondage est anonyme, et nous aimerions obtenir vos réponses franches, de sorte que nous puissions élargir et améliorer nos programmes à l'intention des employés de l'ensemble d'Horizon.

Merci de votre enthousiasme et de votre engagement à l'égard d'Horizon. Je vous offre mes meilleurs vœux dans le cadre de votre préparation à la période des Fêtes.

Sincèrement,

La présidente-directrice générale du Réseau de santé Horizon,



Karen McGrath



Karen McGrath,  
Présidente-directrice générale

## Mot de bienvenue de la rédactrice

Bienvenue au neuvième numéro de l'Étoile d'Horizon. Horizon est une communauté considérable à plus d'un titre.

Le nombre de personnes qui compose la communauté est considérable, oui, mais la taille d'Horizon est tout aussi considérable : plus de 100 établissements, 12 hôpitaux, 31 centres de santé communautaires, 17 programmes de sensibilisation du public, 38 programmes de santé mentale et de traitement des dépendances, 17 bureaux extra-muraux de soins à domicile et huit programmes provinciaux, notamment le Programme de traumatologie et le Programme de cardiologie.

Bien entendu, cela suppose également des défis : des défis pour se démarquer, mais également pour travailler selon les normes, et des défis pour communiquer efficacement les uns avec les autres dans une vaste région géographique.

Mais les possibilités sont beaucoup plus nombreuses que les défis : les possibilités de collaborer et d'apprendre les uns des autres sont infinies, et les possibilités de donner des soins à nos patients et clients près de chez eux, dans leur quartier, sont plus grandes.

Lorsque nous travaillons tous avec l'intention commune d'offrir d'excellents soins à nos patients et clients, il est plus facile de s'unir et de se bâtir en tant que collectivité.

L'Étoile d'Horizon réunit des histoires de nos plus de 100 collectivités dans un même bulletin. Il ne compte que 20 pages, mais il offre à chaque membre de la collectivité une possibilité de présenter son projet en cours ou celui de sa collectivité, et de lire au sujet de ce qui se passe dans une autre collectivité.

Les Centres de santé communautaires (CSC) d'Horizon jouent un rôle considérable dans la prestation de soins sécuritaires et de qualité aux patients dans leurs collectivités.

Sur la page couverture, vous apercevrez des clients et des membres du personnel qui ont participé au programme Mentors communautaires en alimentation grâce au Centre communautaire Stanley dans le but d'appuyer la sécurité alimentaire, la saine alimentation et les aptitudes à la vie.

À la page 8, vous pouvez lire sur la manière dont le personnel et les bénévoles du CSC St. Joseph s'engagent à améliorer le mieux-être physique des aînés dans leur collectivité à Saint John.

Passez à la page 11 pour lire au sujet de la manière dont le CSC de Miramichi – région centrale a célébré les survivantes du cancer du sein en leur offrant des séances de beauté et d'information.

Pour moi, c'est un honneur de présenter vos histoires, et j'espère que vous continuerez de me transmettre vos nouvelles idées à [ÉtoileHorizon@HorizonNB.ca](mailto:ÉtoileHorizon@HorizonNB.ca).

Bonne lecture!



GinaBeth Roberts



La diététiste d'Horizon, Leah Cain, attache un tablier du programme «Mentors communautaires en alimentation» à la taille de la participante Annie Ray, sous le regard de la participante Lynn Levesque.

## Le programme « Mentors communautaires en alimentation » inspire les résidents de Stanley

5

Après tous ces déjeuners-rencontres au restaurant MacShack pendant de nombreuses années, un groupe de femmes de Stanley sont certainement devenues des amateurs de gastronomie.

Mais même leurs yeux — et certainement leur estomac — étaient ouverts aux nouvelles possibilités et habiletés pratiques après leur participation au programme «Mentors communautaires en alimentation», animé par des membres du personnel d'Horizon.

«À mon âge, je croyais tout savoir», a déclaré Darlene Brown, participante du programme et adjointe administrative au Centre de santé de Stanley.

Le programme «Mentors communautaires en alimentation» du Nouveau-Brunswick a pour but d'établir un réseau provincial de mentors en alimentation dévoués grâce à une expérience d'apprentissage partagée permettant d'accroître l'échange de renseignements sur les compétences en matière d'alimentations, les pratiques d'alimentation saine, l'approvisionnement en nourriture locale et les systèmes alimentaires durables dans la province.

Le programme a été élaboré par des parties prenantes en sécurité alimentaire et inspiré par des programmes similaires un peu partout au Canada. Il reçoit l'appui du gouvernement provincial (anciennement le ministère des Communautés saines et inclusives, maintenant appelé Développement social).

Le programme est offert en français et en anglais, ainsi que dans les communautés des Premières Nations de la province.

À Stanley, tous les mardis du mois d'août, ce groupe de femmes se réunissait pendant quelques heures pour apprendre au sujet de tout ce qui a trait à la nourriture et à la sécurité alimentaire.

Qu'il s'agisse de cueillir des champignons sauvages, de visiter une ferme locale, d'apprendre au sujet de la conservation, de la mise en conserve et de la déshydratation des légumes ou de fabriquer son propre yogourt, chaque jour, elles apprenaient quelque chose.

Dans le passé, Betty MacGillivray a donné des cours sur l'alimentation, mais après avoir élevé quatre



La diététiste d'Horizon, Leah Cain, râpe de la muscade au restaurant familial MacShack à Stanley.

enfants et habitant seule maintenant, elle «était devenue complaisante à l'égard de la nourriture.»

Cela a changé.

«Je n'ai pas acheté de yogourt depuis», a-t-elle dit.

Annie Ray, qui est atteinte du syndrome de Down, venait de déménager dans son propre appartement. Elle a suivi le cours pour acquérir les compétences et la confiance qu'il lui fallait pour préparer elle-même de la nourriture saine.

Le dépeçage d'un poulet a été son activité d'apprentissage préférée, et la préparation de bouchées énergétiques a été sa recette préférée.

La mère d'Annie Ray, Linda Hood, s'est jointe au programme dans le but d'aider sa fille, mais elle a appris une foule de choses elle-même et a eu beaucoup de plaisir à participer.

Et Ann Wetherilt a fini par se joindre au groupe grâce à un peu de pression de ses amies.

«Pour moi, il est difficile de prendre une journée de mon été pour faire autre chose que jardiner. Mais j'ai adoré cela. Dès la première journée, j'étais complètement emballée. C'était fantastique», a-t-elle dit.

Ann Wetherilt a fait écho aux propos de Betty MacGillivray en affirmant qu'il est difficile de trouver la motivation pour cuisiner santé pour une

seule personne.

À la fin d'une journée ardue, elle se disait qu'elle devait se faire cuire des légumes, mais qu'il était facile d'y renoncer.

Pour Lynn Levesque, le programme l'a encouragée à manger plus souvent.

«Je ne mange pas — c'est un problème, a-t-elle dit. Je m'efforce vraiment, et le médecin est content de ce que je fais.»

Et le programme a permis à Heather Holt-Logan de faire l'essai d'un aliment qu'elle avait banni et d'en faire un délicieux mets.

«J'ai adoré transformer ce malheureux tofu pour en faire quelque chose de bon, a-t-elle déclaré. C'était absolument délicieux. Nous avons préparé une sauce. C'était vraiment, vraiment bon.»

De plus, elles ont appris des leçons valables sur la manière de réduire le plus possible leur compost.

«Vous y pensez deux fois avant de jeter cette moitié de citron; vous gaspillez moins», a dit Betty MacGillivray.

Et tout cela aide à détruire les mythes sur la nourriture.

«C'est fantastique d'entendre une diététiste dire : vous pouvez manger cela, a dit Darlene Brown. Tout est question de portions... Il est si agréable d'aimer manger.»

Lors d'un déjeuner spécial un vendredi d'octobre, la diététiste d'Horizon, Leah Cain, qui avait présenté le programme avec l'infirmière immatriculée, Sarah Carson-Pond, a donné un tablier aux participantes afin de les remercier de leur participation au programme.

Leah Cain espère offrir le programme de nouveau, peut-être même à l'école secondaire. Qu'il s'agisse de préparer une sauce aux tomates ou de mettre de la salsa en conserve, elle est convaincue que ces femmes ont la possibilité de transférer leurs compétences aux jeunes de la localité.

Elles seraient d'accord.

«Tout ce qui encourage les gens à manger plus de vraie nourriture», a dit Ann Wetherilt.

## Nous vous présentons Marjorie, l'intervenante-pivot en oncologie pédiatrique d'Horizon.

Les intervenants-pivots en oncologie pédiatrique sont des infirmières ou infirmiers dotés d'une formation et d'une expertise en matière de soins des enfants et des adolescents atteints d'un cancer.

Comme membre de votre équipe de soins de santé, Marjorie collabore étroitement avec l'équipe de soins de santé pédiatriques de votre enfant ou ado tout au long de son traitement, et ce, tant à l'intérieur qu'à l'extérieur du N.-B. Son rôle consiste à aider les patients et les familles à accéder aux soins de santé et aux ressources communautaires en temps opportun.

Passionnée depuis toujours par la perspective de travailler auprès des populations pédiatriques, Marjorie a entamé sa carrière dans des spécialités de la médecine pédiatrique, oncologie/hématologie et néphrologie, à l'hôpital IWK à Halifax. Marjorie occupe le poste d'intervenante-pivot d'Horizon depuis 2010.

En 2004, elle a obtenu son baccalauréat en sciences infirmières avec spécialisation avancée à l'Université STFX.

« Travailler auprès des enfants a toujours été ma passion. Avec mes collègues en pédiatrie, j'ai le privilège de travailler de près avec des enfants et des familles durant l'une des périodes les plus difficiles de leur vie. Nous sommes là pour les aider à se concentrer sur le plus important : chacun d'entre eux. » - Marjorie

Marjorie McGibbon



## Un employé publie son premier livre pour aider les patients et les familles dans les transitions difficiles

Rick Benson, directeur des Soins spirituels et religieux et spécialiste du réconfort aux personnes affligées à l'Hôpital St. Joseph, vient de publier son premier livre, *My Chaos: Searching For My New Normal*.

Dans son livre, M. Benson présente des interventions fondées sur des preuves, des histoires et des images pour aider les lecteurs face à la perte, au deuil et aux transitions de vie — ce qui compose une partie de son travail auprès des patients d'Horizon.

« Je ne cherchais pas nécessairement un titre accrocheur ou joli. Il est inspiré par les milliers d'interactions que j'ai eues avec des personnes demandant de l'aide », a-t-il dit.



Rick Benson

ou vivant des transitions importantes.

« Chaque jour, je médite, je prie, je fais du qigong, je fais des expériences dans la nature, je joue de la musique et je ressens l'amour des familles, des amis et de mes collègues de travail. Je ne peux pas donner des soins avec compassion seul », a-t-il dit.

Son livre est vendu par Chapters Indigo, Amazon, Booklocker et rickcbenson.com.

Chaque mot du titre est important. Par exemple, l'adjectif possessif *My* (mon) reconnaît que les gens vivent avec leurs expériences en leur for intérieur, tandis que le mot *chaos* est le plus souvent associé aux variables ou aux influences indépendantes de la volonté.

Rick Benson a commencé son livre il y a deux ans en écrivant et en distribuant des textes à des familles et patients endeuillés. Il a regroupé les textes dans une brochure, qui a ensuite pris la forme d'un livre de 220 pages.

De plus, il explique comment il travaille avec les personnes endeuillées, souffrantes, mourantes

### Rétroaction de ses collègues

« C'est une excellente ressource pour les personnes à la recherche de soutien durant une des périodes les plus difficiles de la vie. En tant que psychiatre de la région, et comme je connais le travail de l'auteur, je recommande cet ouvrage pour son authenticité et ses conseils pratiques. »

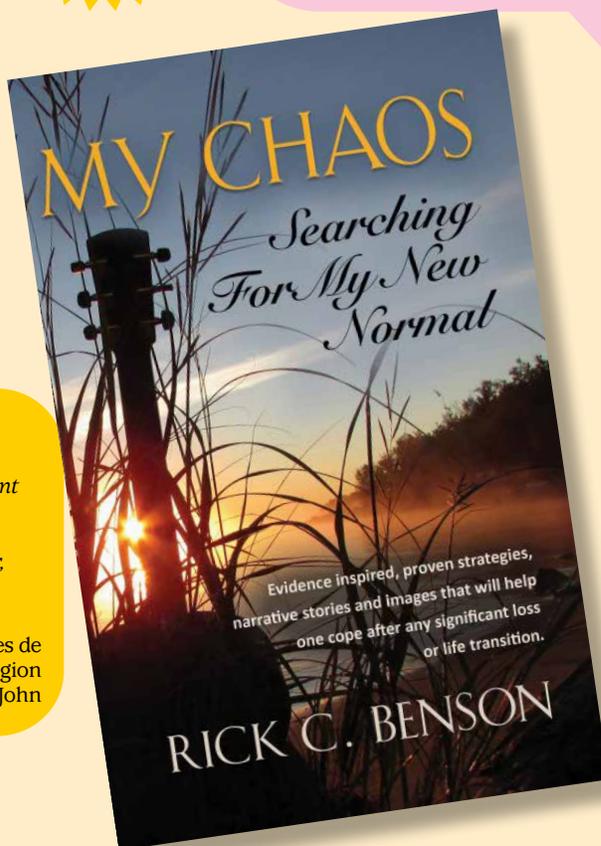
– Dre Pamela Forsythe, Services de santé mentale communautaires, région de Saint John



### Rétroaction de ses collègues

« Notre population plus âgée vit souvent des pertes — physiques, spirituels et de santé mentale, d'autonomie, de membres de la famille et d'amis. Le livre de Rick offre de nombreux outils pour nous aider à ressentir la paix intérieure tout en vivant notre vie au maximum sur cette Terre. »

– Sherry Gionet, infirmière responsable, Unité gériatrique, Hôpital St. Joseph





Regardez qui brille

Jesse faisant la nage papillon aux Jeux du Canada à Winnipeg.

Jesse, enveloppé du drapeau du Nouveau-Brunswick, et sa mère (et sa plus grande admiratrice) Pam aux Jeux du Canada à Winnipeg.

## La vie effrénée d'une mère d'Horizon dans l'univers de la natation

Jesse Canney a battu tous les records provinciaux paralympiques dans sa classification (S14), et il a participé à d'innombrables compétitions d'équipe.

Plus récemment, il a remporté huit médailles d'or aux Jeux olympiques spéciaux d'été à Moncton, suivies de trois médailles aux Jeux du Canada en août.

Il est rapide, cela ne fait aucun doute, et fort; mais un système de soutien encore plus fort assure son succès : sa mère, Pam Moxon.

Pam est l'adjointe administrative de la directrice des Soins de santé primaires de la région de Fredericton, Bronwyn Davies. Elle travaille pour Horizon depuis 30 ans, et a commencé au Programme extra-mural.

Jour après jour pendant au moins 300 jours par année, Pam consacre son temps et son énergie à l'extérieur de ses heures de travail à la carrière de compétition en natation de Jesse — tout en étant une employée modèle, selon Bronwyn.

«Je n'en reviens tout simplement pas. Elle ne se réserve jamais de temps pour elle-même. Elle arrive tôt au travail, elle travaille durant l'heure du dîner afin d'arriver à subvenir aux besoins de ses enfants et à soutenir leur travail», a-t-elle dit.

«C'est une mère vraiment dévouée et une employée incroyable. Certaines personnes deviendraient très grincheuses si elles devaient faire cela chaque jour. Elle est toujours d'une humeur fantastique, elle travaille fort et on peut lui faire entièrement confiance. Je ne sais pas ce que je ferais sans elle.»

Jesse, 21 ans, le deuxième de ses trois enfants, a reçu le diagnostic d'autisme avant l'âge de deux ans.

«Si vous pouviez le voir maintenant et dans le passé, vous ne pourriez pas croire que c'est le même enfant», a-t-elle dit.

Bien que l'analyse comportementale appliquée (ACA) ait grandement aidé, la piscine a été pour lui un endroit spécial où grandir.



Pam Moxon et Bronwyn Davies à leur bureau au Centre de santé du centre-ville de Fredericton.

«Lorsqu'il était plus jeune, son autisme était si grave qu'il ne pouvait pas participer aux séances ordinaires de natation en groupe. Je lui ai donc offert des cours privés, et c'est là que tout a commencé, a-t-elle expliqué. Il semblait simplement y exceller... Il adorait cela.»

Jesse a joint les Jeux olympiques spéciaux à 11 ans, et depuis, il est devenu un habitué des entraînements et des compétitions du programme de natation local.

Lorsqu'il eut 15 ans, son entraîneur des Jeux olympiques spéciaux a recommandé qu'il passe au prochain niveau de natation, et il s'est inscrit dans l'équipe Fredericton Aquanauts Swim Team (FAST) et s'est entraîné avec les autres athlètes de compétition de sa région.

Pour Pat Moxon, cela signifie qu'elle doit conduire Jesse à sa séance d'entraînement à 5 h 45 trois fois par semaine, à quatre autres séances d'entraînement en soirée et à des séances d'entraînement personnel trois fois par semaine. Ensuite, il y a les séances de natation avec les Jeux olympiques spéciaux, les quilles le samedi et les semaines d'équitation le printemps et l'automne.

Pat et son mari Ron Canney ont également une

filles plus âgées, Charli, qui travaille à l'extérieur de la province comme coiffeuse, et un fils plus jeune, Jagger, également atteint de troubles du spectre d'autisme, qui fait également de la natation de compétition quatre fois par semaine.

Pat, qui n'est pas elle-même nageuse (sauf si vous considérez le fait qu'elle est une nageuse autodidacte de la rivière Nashwaak, dit-elle), a dû maîtriser la courbe d'apprentissage de l'univers de la natation. Maintenant, elle est capable de vous parler des complexités de la compétition et, bien entendu, de vous expliquer comment exceller.

Jesse, qui travaille au Centre de santé Victoria grâce à Jobs Unlimited, a récemment été choisi pour faire partie de l'Équipe Nouveau-Brunswick à la compétition nationale des Jeux olympiques spéciaux, qui aura lieu à Antigonish, en Nouvelle-Écosse, l'été prochain.

Même plus récemment, l'Association du Nouveau-Brunswick pour l'intégration communautaire lui a décerné le prix Champions de l'inclusion, Loisirs et vie saine. De plus, le premier ministre Brian Gallant l'a invité à l'Assemblée législative en reconnaissance de ses réalisations de médaillé des Jeux du Canada.

Il est nommé athlète de l'année et recevra le prix Roly McLenahan des Jeux du Canada au banquet des prix sportifs Konic Minolta de 2017, à Saint John, à la fin novembre.

Et les objectifs ne s'arrêtent pas à la concurrence avec les meilleurs du pays.

Les Jeux paralympiques auront lieu au Japon en 2020, et même si Jesse a du travail à faire pour respecter les normes en matière de temps, sa nage papillon de 100 mètres pourrait être couronnée de succès.

«Au cours des quelques dernières années, il a tellement amélioré ses autres temps... Il lui reste trois ans de préparation; il pourrait très bien réussir.»



Novembre est le Mois de la prévention des chutes au Canada. Un rapport de l'Agence de la santé publique du Canada dit que «les chutes constituent la principale cause de blessure chez les personnes âgées» et que «les chutes sont à l'origine de 85 % des hospitalisations liées à des blessures chez les personnes âgées et représentent 2 milliards de dollars par année en coûts directs au système de santé». Plus d'un tiers des aînés sont admis dans un établissement de soins de longue durée après avoir été hospitalisés en raison d'une chute.

La bonne nouvelle c'est qu'on peut prévenir les chutes grâce à des programmes comme Zoomers!



8

Des moniteurs bénévoles et des participants du programme Zoomers envahissent le terminal de croisière Diamond Jubilee à Saint John dans le cadre de la Semaine du mieux-être.

## Les « zoomers » célèbrent la Semaine du mieux-être en grand nombre



Terre Hunter dirige les nombreux participants d'une séance Zoomers.

Près de 80 «zoomers» ont envahi le terminal de croisière Diamond Jubilee à Saint John dans le cadre d'une gigantesque séance de zoomers le vendredi 6 octobre.

Cette activité amusante, qui a eu lieu dans le cadre de la Semaine du mieux-être du Nouveau-Brunswick, a été rendue possible grâce au soutien du Réseau de mieux-être Fundy et du Port de Saint John.

«Zoomers en mouvement» (ou Zoomers tout court) est un programme de sensibilisation à la prévention des chutes à l'intention des personnes de 50 ans et plus. Dirigées par des pairs, les séances d'exercice communautaires sont gratuites et accessibles et visent à améliorer la force, l'équilibre et le savoir-faire physique chez les aînés.

Zoomers a d'abord été piloté par le Centre de santé communautaire (CSC) St. Joseph en 2007-2008 dont le personnel a mené des entrevues et dirigé des groupes de discussion auprès d'aînés et de parties prenantes. On a alors déterminé la nécessité de mettre en place un programme de prévention des chutes.

Le CSC forme des moniteurs et offre des séances gratuites depuis 2010, grâce aux fonds reçus dans le cadre de subventions fédérales (Nouveaux Horizons pour les aînés) et provinciales, des Sœurs de la Charité et de la Ville de Saint John.

Zoomers compte 20 moniteurs bénévoles qui offrent chaque semaine 14 séances, bon nombre d'entre elles dans des quartiers prioritaires. Il y a en moyenne de 200 à 220 participants par

semaine, soit de 8000 à 10000 participants par année.

L'engagement des moniteurs et des participants donne des résultats.

«Nous voyons des améliorations importantes dans les évaluations lorsque nous testons la force et l'équilibre selon les pratiques exemplaires», a dit Jill Roberts, I.I. de St. Joseph et coprésidente du Réseau de mieux-être Fundy.

Certains zoomers ont utilisé les séances pour se rétablir d'une blessure ou d'autres crises de santé, comme un AVC ou un problème cardiaque.

Et les avantages s'étendent au-delà de la santé physique.

«Même si l'objectif primaire est de prévenir les chutes et les blessures et de garder les gens chez eux plus longtemps, nous avons découvert que les possibilités de réseautage social sont également importantes», a-t-elle ajouté.

«Les zoomers ont établi des amitiés durables. Ils se surveillent mutuellement. Nous voyons comment ils se rallient autour des personnes qui ont perdu leur conjoint ou conjointe. Nous savons qu'ils ont formé des clubs de café et qu'ils se donnent souvent rendez-vous pour dîner ou pour participer à une sortie. Nous avons créé d'autres programmes et séances d'information en fonction des besoins qui ont été établis.»

Les participants ont commencé des séances de danse en ligne et de yoga, et des séances sur la perte auditive et sur la sécurité des médicaments ont eu lieu après les séances Zoomers.



Des participants de Zoomers et des membres du personnel du CSC St. Joseph, y compris : Jill Roberts, I.I. et coprésidente du Réseau de mieux-être Fundy; Joanne Barry, I.I.; et Lori Patterson, ergothérapeute. On aperçoit également Diane O'Connor d'Aïnés en marche, et Alberta StantonRousselle, I.I. de la Santé publique et coprésidente du Réseau de santé Fundy.

# Horizon dans le rétroviseur

Dans les années 1970 et 1980, les Services alimentaires de L'Hôpital de Moncton étaient situés au rez-de-chaussée, là où se trouvent maintenant les locaux de la Fondation des Amis de L'Hôpital de Moncton, des ressources infirmières, des ressources humaines et de la poste.

La photo nous montre la ligne de montage des plateaux, où les employés des Services alimentaires se trouvent à différents postes le long d'un tapis roulant. Les plateaux portaient d'une extrémité, et à chaque poste, l'employé déposait sur le plateau des articles du menu choisis par les patients. Les plateaux étaient ensuite vérifiés par un surveillant, placés sur le chariot de service, puis transportés dans chaque unité.

Aujourd'hui, les Services d'alimentation et de nutrition fonctionnent toujours de la même façon, mais dans de nouveaux locaux situés au sixième étage.





## Un cardiologue de Saint John nommé président de la Fondation d'éducation médicale

Récemment, la Fondation d'éducation médicale du Nouveau-Brunswick a annoncé la nomination de son nouveau président.

Le président sortant, le D<sup>r</sup> Donald Craig, a annoncé la nomination du D<sup>r</sup> David R. Marr à la réunion du conseil d'administration de septembre.

Une des principales fonctions du D<sup>r</sup> Marr à la présidence sera de surveiller la gestion de la Fondation qui, depuis sa création en 2010, a accordé des bourses d'études totalisant environ 1,5 million de dollars à des étudiants en médecine inscrits à une école de médecine accréditée qui acceptent de revenir exercer la médecine au Nouveau-Brunswick.

Le D<sup>r</sup> Marr est un cardiologue bien connu de Saint John qui a joué un rôle primordial dans l'établissement du Centre cardiaque du Nouveau-Brunswick en 1991.

Il est le directeur médical d'Horizon (région de Saint John) et l'ancien chef de la médecine interne.

Le D<sup>r</sup> Marr a été un fervent défenseur du recrutement et du maintien en poste des médecins, comme le démontre son affiliation avec le programme de bourses depuis 2010. Il reconnaît l'importance de disposer d'un solide bassin de médecins afin de remplacer nos médecins actuels qui souhaitent prendre leur retraite ou quitter la province.

Les administrateurs de la Fondation d'éducation médicale du N.-B. sont heureux d'accueillir le D<sup>r</sup> Marr au sein de leur organisation dans le cadre de l'engagement continu envers l'excellence de la formation médicale, ainsi qu'envers le recrutement et le maintien en poste des médecins.

## Une étoile de Centracare prend sa retraite après 40 ans de soins infirmiers

*Debby Somerville, I.I., Centracare*

Quiconque a travaillé avec Valerie Beck sait qu'elle incarne l'essence même de ce que devrait être une infirmière.

Après toutes ces années de dévouement auprès des soins infirmiers, des patients, des collègues de travail et des amis, le temps est venu de lui rendre hommage.

Au travail, Val brillait comme une étoile.

Même sans vous parler directement, elle vous enseignait l'empathie, la compassion, la gentillesse, la patience, le professionnalisme, un sens de l'humour, la diligence, un sentiment d'espoir, la fierté d'être une infirmière et une meilleure compréhension de la vie.

Elle portait beaucoup d'attention aux détails dans chaque volet des soins infirmiers. C'était

une défenseuse infatigable pour ses clients et vous ne l'entendiez jamais dire non ou un mot de travers à qui que ce soit — jamais!

Elle avait ce talent spécial de mettre en valeur les forces de chacun et de montrer son attachement. Lorsqu'elle a pris sa retraite, elle a écrit à chaque membre du personnel une note individuelle d'éloge, d'amitié et de remerciement.

Ce fut un honneur de l'avoir connue et un privilège d'avoir travaillé avec elle. Je suis une meilleure infirmière grâce à elle.

Bravo Val! Beau travail!





Des participantes et des membres du personnel du thé des survivantes du cancer du sein organisé par le CSCMRC.

## Thé à l'intention des survivantes du cancer du sein : une journée remplie d'émotion et d'espoir

Le 26 octobre, le personnel du Centre de santé communautaire de Miramichi – région centrale (CSCDMRC) de Doaktown a tenu sa deuxième journée annuelle de mieux-être à l'intention des survivantes du cancer du sein.

Seize participantes de Doaktown, de Boiestown et de Stanley de tous âges, y compris une survivante du cancer du sein âgée de 20 ans, ont profité d'une journée de soins de beauté et d'information au Musée de l'Atlantique.

Lisa Lovelace, infirmière immatriculée (I.I.) au CSCDMRC et survivante du cancer du sein, qui a organisé l'événement avec Chelsie O'Donnell, adjointe administrative, et Lynsey Wilson, travailleuse sociale, a dit qu'elle a créé l'événement pour communiquer de l'information aux patientes et aux clientes, ainsi que pour leur offrir une journée de plaisir et de soins de beauté.

«Pour moi, ce fut tellement émouvant, a-t-elle dit. J'étais heureuse de savoir que ces femmes étaient heureuses.»

La conférencière d'honneur était Brenda Wright, conseillère en emploi auprès du ministère de l'Éducation postsecondaire, de la Formation et du Travail. Elle a dirigé une séance sur la tenue d'un journal comme forme de médecine au cours d'un parcours en soins de santé.

Le thème du thé était omniprésent, notamment dans la nourriture servie (des aliments sains d'automne typiques d'un thé préparés par la diététiste d'Horizon, Leah Cain), le décor noir, rose et argenté et les chapeaux amusants et fabuleux des dames.

La nourriture a été servie par la société Red Hat; une membre a donné ses théières et sa porcelaine pour le décor et la dégustation.



Les survivantes du cancer du sein, Lisa Lovelace et Darlene Brown, échangent avec enthousiasme.

C'est un exemple seulement du soutien communautaire extraordinaire qu'on a pu voir à l'événement. Des entreprises et des organismes de la région ont aménagé des stations permettant aux participantes de faire l'essai de massothérapie, de réflexologie, de reiki et de manucures, et d'autres ont donné des prix de présence. Le D<sup>r</sup> Heman Chow a également aménagé une cabine photographique à l'intention des femmes afin qu'elles s'amuse à se photographier.

La journée s'est terminée par un cercle de guérison, qui, à l'instar de l'événement même, a permis aux participantes de faire part de leurs sentiments au cours de leur parcours en soins de santé.

«Certaines d'entre elles n'avaient pas mis ces sentiments au grand jour pendant 20 ans, a dit l'infirmière gestionnaire Lorri Amos. Elles ont pu dévoiler leurs sentiments parce qu'elles savaient

qu'elles étaient en lieu sûr.»

Par ailleurs, les participantes ont également pu interagir les unes avec les autres, raconter leur histoire de reconstruction ou leurs sentiments de colère, ce qui stimulera la conversation à leur réunion de groupe de soutien des survivantes du cancer du sein. Le groupe a été formé à la première journée annuelle de mieux-être des survivantes du cancer du sein.

Voici d'autres membres du personnel d'Horizon qui ont aidé lors de l'événement : Lorri Amos, infirmière gestionnaire; Chelsie Labillois, I.I.; Sarah Carson-Pond, I.I.; et Lise Ouellet, I.A.A.

L'événement a connu un succès retentissant et peut être résumé par un commentaire d'évaluation d'une des participantes : «Vous ne saurez jamais jusqu'à quel point j'ai aimé la journée.»



Lise Ouellet, membre du personnel du CSCMRC, dirige des exercices d'étirement avec des participantes.

## Le laboratoire de l'HRSJ acquiert un très gros appareil

Un nouvel appareil à l'Hôpital régional de Saint John permettra à l'équipe de chimie clinique d'effectuer plus de tests spécialisés, entre autres avantages offerts aux patients.

La D<sup>re</sup> Jennifer Shea, chef du service, et Emily Bodechon, gestionnaire, ont récemment dévoilé le nouveau module d'analyse Cobas 8000 dans leur laboratoire.

Il s'agit du plus gros appareil du laboratoire de l'hôpital. Il effectue environ 4,5 millions de tests par année sur environ un million échantillons de sang, d'urine et de fluide céphalorachidien.

Le nouveau module d'analyse améliorera les services pour les patients et le personnel grâce à un certain nombre d'améliorations, comme sa capacité à effectuer plus de tests avec moins de sang et à élargir le nombre de tests spécialisés pouvant être effectués dans le laboratoire de Saint John.



Rangée arrière, de gauche à droite : Whitney Green, président-directeur général de Roche Diagnostics Canada; Susan Findlater, directrice administrative des Services de laboratoire de la région de Saint John; Suzanne McFadden, spécialiste du soutien technique auprès de Roche Diagnostics; Gary Foley, vice-président des Services professionnels, Horizon; et Heather Kyle, directrice administrative régionale des Services de laboratoire; première rangée, de gauche à droite : la Dre Jennifer Shea, chef du service de chimie clinique; Claudette Clark, superviseuse de la chimie clinique; Emily Bodechon, gestionnaire de la chimie clinique; et Margie McGregor, spécialiste du soutien technique auprès de Roche Diagnostics.

La  
technologie  
au profit des  
patients

## De nouveaux appareils au laboratoire de biochimie augmentent la capacité d'analyse

Les patients des régions de Fredericton et du Haut de la Vallée profiteront des nouveaux appareils plus rapides et plus exacts que l'Hôpital régional Dr Everett Chalmers (HRDEC) vient d'acquérir.

En effet, récemment, le laboratoire de biochimie a fait l'acquisition de deux analyseurs d'électrophorèse capillaire Capillars 2 Flex-Piercing, destinées à mesurer la quantité d'hémoglobine A1c (HbA1c) dans le sang. Les mesures d'HbA1c servent au dépistage, au diagnostic et à la gestion clinique du diabète sucré.

Le résultat de l'analyse de l'A1c reflète le taux de glycémie de la personne au cours des deux ou trois derniers mois. En particulier, l'analyse de l'A1c mesure le pourcentage d'hémoglobine — une protéine dans les globules rouges qui transporte l'oxygène — qui est recouverte d'un glaçage sucré (glyquée). Un taux élevé d'A1c révèle un contrôle médiocre de la glycémie et un risque supérieur de diabète.

Les nouveaux analyseurs permettront d'effectuer l'analyse d'un plus grand nombre de patients par mois.

«En 2007, nous exécutons 2360 analyses par mois; maintenant, nous exécutons 5100 analyses d'A1c par mois», a dit John Swanwick, le superviseur du laboratoire de biochimie.

Il est utile d'avoir deux analyseurs, ce qui évite des problèmes si l'un d'eux tombe en panne, a-t-il ajouté. Le personnel du laboratoire peut donner plus rapidement les résultats aux médecins.

Les nouveaux analyseurs effectuent l'électrophorèse capillaire, une mesure des plus précises et exactes. Avec d'autres machines, certaines mesures d'A1c étaient impossibles en raison de l'interférence de l'hémoglobinopathie; le chromatogramme à haute résolution de ces analyseurs empêchera l'interférence analytique des composés concurrents.



De gauche à droite, Greg Shaw, directeur administratif de la médecine de laboratoire; Sheila Bartlett, directrice de l'Auxiliaire de l'HRDEC; John Swanwick, superviseur du laboratoire de biochimie; Florence Murchison, vice-présidente de l'Auxiliaire de l'HRDEC; et le D<sup>r</sup> Yu Chen, biochimiste médical, chef et directeur médical de la médecine de laboratoire à l'HRDEC avec l'un des deux nouveaux analyseurs Capillars 2 Flex-Piercing.

On s'en sert également pour exécuter les électrophorèses de protéines sériques, qui séparent et qualifient les fractions de protéines majeures des fluides corporels, et pour dépister les anomalies des protéines, surtout pour les myélomes multiples, un cancer du sang dévastateur.

On a acheté les appareils grâce à un don de 106 000 \$ de l'Auxiliaire de l'HRDEC.



Le Dr Charbel Fawaz, chef du Service de neurochirurgie, à côté du système d'imagerie chirurgicale O Arm dans une salle d'opération de L'Hôpital de Moncton.

## La Fondation des Amis souhaite amasser 600 000 \$ pour améliorer les soins aux patients à L'Hôpital de Moncton

Le personnel et les patients de L'Hôpital de Moncton bénéficieront de 600 000 \$ en technologie grâce à la campagne annuelle de la Fondation des Amis de L'Hôpital de Moncton.

Tout au long de la prochaine année, la Fondation amassera des fonds pour l'acquisition de technologie novatrice et de qualité supérieure pour la salle d'opération (ce qui améliorera l'exactitude des chirurgies); de lits spécialisés chauds et confortables pour les nouveau-nés; et d'un dispositif pour contrôler le saignement durant les interventions endoscopiques — tous des outils critiques pour les équipes cliniques de l'hôpital.

Les neurochirurgiens disposeront de la technologie numérique la plus récente, ce qui leur permettra de voir des images tridimensionnelles de la colonne vertébrale lors des chirurgies.

Le système d'imagerie opératoire O Arm coûte normalement 925 000 \$, mais on a offert un modèle de démonstration à L'Hôpital de Moncton pour 325 000 \$.

«Cela ne fait pas que réduire la durée de l'opération, la pose d'implants (vis ou tiges) est plus précise, le temps sous anesthésie est plus court et la perte sanguine est moins importante. Les patients courent donc moins de risques», a indiqué le Dr Charbel Fawaz, chef du Service de neurochirurgie.

L'appareil O Arm peut également servir dans d'autres situations comme les chirurgies de la tumeur et la réparation d'os fracturés, notamment les fractures pelviennes et d'autres blessures orthopédiques.

De plus, la Fondation aidera à acheter deux appareils électrochirurgicaux (AEC) à argon qui serviront aux procédures endoscopiques (interventions

non chirurgicales servant à examiner le tube digestif) à la Clinique de gastroentérologie. Le coût des deux appareils s'élève à 110 000 \$.

Les procédures les plus courantes effectuées à l'aide d'un AEC comprennent l'ablation de tumeurs et de polypes (croissance anormale de tissus) pour prévenir le développement du cancer, le traitement de l'«estomac pastèque» (une cause rare de saignement gastro-intestinal chronique) et d'autres troubles de saignement gastro-intestinal.

Cette technologie à base d'argon permet aux médecins d'être plus précis, rapides et efficaces dans le cas de la formation de caillots, ce qui réduit les dommages aux tissus du patient, prévient d'autres complications médicales et réduit le besoin de chirurgie, de transfusions sanguines et d'admission à l'hôpital.

Environ 10 000 patients par année subissent des interventions endoscopiques à l'aide d'un AEC; et de ce nombre, 4 000 à 5 000 d'entre eux ont besoin d'argon pour contrôler (cautériser) le saignement.

Deux tables radiantes Giraffe modernes pour nouveau-nés seront installées dans l'Unité de travail et d'accouchement. À 56 000 \$ l'unité, ces tables fourniront un environnement chaud, confortable et propice au développement des nouveau-nés qui éprouvent des difficultés immédiatement après la naissance.

Les nouvelles unités tout-en-un aideront l'équipe médicale à fournir des soins immédiats aux bébés nés prématurément ou aux nouveau-nés à terme ayant besoin de soins additionnels. Chaque année, de 1 300 à 1 500 bébés naissent à L'Hôpital de Moncton.



Des dignitaires de la région ont participé à l'événement. Rangée arrière, de gauche à droite : Jody Carr, MAL, Oromocto-Lincoln; Ross Wetmore, MAL, Gagetown-Grand Lake; le colonel Osmond, CFB de Gagetown; Jeff Carr, MAL, New Maryland-Sunbury; et Max White, membre original du Conseil; première rangée, de gauche à droite : Robert Powell, maire d'Oromocto; Nicole Tupper, directrice générale, région de Fredericton, Réseau de santé Horizon; Karen McGrath, PDG du Réseau de santé Horizon; Stephen Horsman, vice-premier ministre du Nouveau-Brunswick; et Doug Daley, membre original du Conseil.

## L'Hôpital public d'Oromocto offre des soins de santé depuis maintenant 50 ans

À la mi-septembre, l'Hôpital public d'Oromocto (HPO) a célébré 50 ans de soins aux patients.

Conçu à l'origine comme hôpital militaire, l'HPO se dévoue fièrement auprès de la collectivité depuis cinq décennies.

L'HPO est un hôpital communautaire de 45 lits offrant des soins de courte durée, un programme de rétablissement, un programme de chirurgie de jour et une unité de soins transitoires. Il offre également les services suivants : laboratoire, radiologie, programme de dépistage du cancer du sein, services thérapeutiques et service d'urgence.

Au cours du dernier exercice financier, il y a eu 34 371 visites au service d'urgence et 959 admissions à l'HPO. De plus, 4 872 chirurgies y ont été effectuées.

«L'Hôpital public d'Oromocto a connu bien des changements au cours de ses 50 ans, a dit Darline Cogswell, administratrice des installations à l'HPO. Tout au long de ces changements, nous avons maintenu notre engagement à servir les résidents d'Oromocto et de la BFC de Gagetown. Nous offrons à nos patients les soins dont ils ont besoin près de chez eux.»

L'HPO a la chance de bénéficier du soutien continu de la Fondation et de l'Auxiliaire de l'Hôpital public d'Oromocto.



Des membres de l'Auxiliaire des dames évoquent des souvenirs en regardant des photos des 50 dernières années.



Des membres du personnel et de la collectivité se réunissent pour célébrer le 50<sup>e</sup> anniversaire de l'HPO.



Grace Losier, présidente du Conseil d'administration d'Horizon (à gauche), et Margaret Melanson, vice-présidente des Services de qualité et de soins centrés sur le patient et la famille, présentent à Nancy Anderson, infirmière de liaison auprès des patients hospitalisés à l'Unité de néphrologie de l'HRSJ, le premier Prix du héros de la sécurité des patients d'Horizon.

## Célébration de la première lauréate du Prix du héros de la sécurité des patients

Pour célébrer et promouvoir le travail que notre personnel, les bénévoles et les médecins accomplissent quotidiennement pour assurer la sécurité de nos patients, les Services de sécurité des patients ont créé le Prix du héros de la sécurité des patients d'Horizon.

Dix-neuf personnes ont été nommées pour le prix qui sert à reconnaître le travail exemplaire effectué par les employés, les praticiens, les bénévoles et les groupes d'Horizon en matière de sécurité des patients.

On a évalué les mises en candidature en fonction du degré d'excellence de la contribution à la sécurité des patients sous la forme d'esprit de collaboration, de démarche axée sur les patients, d'engagement et d'esprit novateur.

La première lauréate du Prix du héros de la sécurité des patients est Nancy Anderson, infirmière de liaison auprès des patients de l'Unité de néphrologie de l'Hôpital régional de Saint John (HRSJ).

«Les soins aux patients et leur sécurité me passionnent, a déclaré Nancy. Je suis convaincue que nos patients et leur famille veulent avoir l'assurance que nous offrons des soins de la meilleure qualité possible, que nous les traitons d'une manière digne et humaine et qu'ils sont en sécurité entre nos mains. C'est tout cela que nos patients et leur famille espèrent. Et je suis convaincue qu'ils le méritent.»

Nancy ne ménage pas ses efforts pour assurer et améliorer la sécurité des patients dans son domaine de soins, ce qui a été clairement démontré dans son dossier de mise en candidature.

- **Esprit de collaboration** : Nancy veille à maintenir ouverts les canaux de

communication entre la dialyse, l'équipe de soins aux patients hospitalisés, le patient et les membres de la famille, et elle communique rapidement les problèmes de sécurité à tous les membres de l'équipe de soins. Récemment, Nancy a remarqué qu'on omettait de faire état des faibles taux de phosphate sérique avant la dialyse chez les patients hospitalisés pour dialyse. Il s'agit d'un risque de sécurité pour le patient, car l'hémodialyse pourrait faire chuter davantage le phosphate sérique. Nancy a signalé le problème à l'équipe de dialyse et a aidé à mettre en œuvre des changements de pratique pour éviter des incidents semblables.

- **Démarche axée sur les patients** : Elle est attentive aux préoccupations du patient et de sa famille et ne ménage aucun effort pour les régler et les intégrer au plan de soins. Elle établit le lien entre les patients et les membres appropriés de l'équipe afin de les aider à accéder aux ressources de la clinique de consultation externe et afin d'assurer une transition sécuritaire de l'hôpital à la maison. Dans le passé, elle a notamment aidé des patients à accéder aux services extra-muraux et à des soins à domicile privés, ainsi qu'à faire construire une rampe au domicile de patients. De plus, au besoin, elle a aidé des patients et leur famille dans leur transition vers des soins de longue durée.
- **Engagement envers la sécurité des patients** : Nancy a remarqué que les patients hospitalisés en dialyse qui prenaient de la warfarine à l'hôpital recevaient leur congé de l'hôpital sans plan de suivi pour assurer le maintien du ratio international normalisé (RIN). Elle a alerté

l'équipe au sujet des problèmes de sécurité et a ensuite travaillé avec les néphrologues, le personnel infirmier et la pharmacie à la rédaction de lettres destinées aux médecins de famille. Maintenant, on transmet les lettres par télécopieur au médecin de famille du patient avant son congé afin de lui faire part de la prescription de warfarine et de la nécessité de surveiller le RIN.

- **Esprit novateur** : Nancy a dirigé la création d'une base de données sur les patients hospitalisés en néphrologie après avoir remarqué une lacune dans la capacité de l'équipe de néphrologie à surveiller les taux d'hospitalisation et la durée de séjour des patients. Elle continue de maintenir cette base de données et prévient l'équipe de néphrologie concernant toute tendance pouvant aider l'équipe à améliorer les taux de congé, à réduire les séjours tout en assurant un retour sécuritaire à la maison.

Par son travail, Nancy a démontré que la prestation des soins aux patients les plus sécuritaires possible est toujours un effort d'équipe et qu'en communiquant et en collaborant en tant qu'équipe, il est possible de réaliser notre objectif.

Horizon compte d'innombrables héros de la sécurité des patients qui travaillent constamment à assurer la sécurité de nos patients et à améliorer la culture de soins.

Félicitations à Nancy et merci à chaque personne de notre organisation pour qui la sécurité du patient est prioritaire dans son travail!

**M**erci à tous ceux et celles qui nous ont transmis leur recette préférée des fêtes.

Nous avons reçu 20 recettes, chacune occupant une place spéciale dans le cœur de la personne qui nous l'a transmise (en plus d'être délicieuse). Nous remercions tous ceux et celles qui ont pris le temps de nous envoyer leur recette afin que nous puissions la partager avec tous les lecteurs de l'Étoile d'Horizon.

Il a été très difficile de se limiter à choisir 10 recettes seulement pour ce numéro. Nous avons pris notre décision en fonction des soumissions assorties d'une valeur sentimentale et nous avons également choisi un assortiment de recettes sucrées et salées qui, à notre avis, intéresseraient nos lecteurs.

Nous avons reçu des recettes de lecteurs de 10 établissements, 8 unités et 10 différents postes. Une telle diversité de participants démontre l'engagement de nos employés dans l'ensemble de l'organisation.

Il nous tarde de lire vos soumissions pour le prochain Palmarès des 10 meilleurs!



« Cette recette représente vraiment Noël pour moi! Elle ravive des souvenirs de dégustation de lait de poule autour du sapin de Noël pendant que ma famille et moi ouvrons nos cadeaux. Cette recette contient de l'alcool. Pour les enfants, vous pouvez omettre le rhum et utiliser 5 ml d'extrait de rhum à la place. »

**Josh Bradley**  
Infirmier auxiliaire autorisé,  
Unité des soins de transition,  
Centracare

## Petits gâteaux aux épices et au lait de poule

### Ingrédients

- 1 ¼ tasse de farine
- 1 tasse de sucre
- 1 c. à thé de muscade fraîchement moulue
- 1 c. à thé de gingembre moulu
- 1 c. à thé de clou de girofle moulu
- ½ c. à thé de poudre à lever
- ¼ c. à thé de bicarbonate de soude
- ¼ c. à thé de sel
- ½ tasse de beurre, ramolli
- 2 gros œufs

- ½ tasse de lait de poule
- 30 ml (2 c. à soupe) de rhum (qu'on peut remplacer par 5 ml d'extrait de rhum)

### Préparation

Préchauffer le four à 350 °F. Mettre des moules en papier dans 12 moules à muffins. Selon la méthode de base pour la cuisson de muffins, battre le beurre en crème avec le sucre dans un grand bol jusqu'à l'obtention d'une consistance légère, et à tamiser tous les ingrédients secs dans un bol moyen.

Casser les deux œufs dans un petit bol. L'utilisation d'un petit bol vous permettra de retirer plus facilement les fragments de coquille qui pourraient tomber. Ajouter les deux œufs au mélange de beurre et de crème et battre 30 secondes à l'aide d'un mélangeur électrique à vitesse moyenne.

Ajouter les ingrédients secs au mélange de beurre et battre légèrement. Ajouter le lait de poule et le rhum au mélange et battre pour bien mélanger. À l'aide d'une spatule de caoutchouc, s'assurer d'incorporer toute la farine au mélange.

Une fois la pâte à petits gâteaux bien mélangée, la répartir dans les moules en papier. Une cuillère à crème glacée de taille standard fonctionne à merveille pour cette tâche. Cuire au four de 22 à 27 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre d'un petit gâteau en ressorte propre. Laisser refroidir et garnir du glaçage de votre choix!

« Ma recette est une ancienne recette de famille qui a traversé de nombreuses générations. Je me souviens d'avoir préparé ces sablés avec ma grand-mère à chaque Noël — elle avait une presse à biscuits rattachée à son vieux moulin à viande avec laquelle nous confectionnions des centaines de sablés chaque année. Les fêtes commencent toujours lorsque vous commencez à préparer vos pâtisseries de Noël! »

**Netette J. Walker**  
Infirmière gestionnaire, Unité de néphrologie, Hôpital du Haut de la Vallée

## Vanilje Kranse (sablés danois)

### Ingrédients

- 1 tasse de beurre salé, ramolli
- 1 tasse de sucre
- 1 œuf
- 2 tasses de farine
- 2 c. à thé de vanille

### Préparation

Préchauffer le four à 400 °F.

Mélanger le sucre et le beurre. Ajouter l'œuf. Incorporer la farine à faible vitesse et ajouter la vanille.

Mettre la pâte dans la presse à biscuits. Former une couronne à l'aide d'un morceau de 3 ou 4 pouces. Cuire de 8 à 10 minutes jusqu'à ce que les bords soient dorés.

« Ma famille a une petite érablière, et nous fabriquons notre propre sirop d'érable avec nos amis. J'utilise souvent du sirop d'érable pour cuisiner, et une de mes recettes préférées est parfaite pour le petit déjeuner ou le brunch de Noël. Mes scones préparés avec le sirop d'érable familial servis tout chauds sont tellement délicieux pour le brunch de Noël. Ils constituent un véritable régal pour notre famille. »

**Bev Stevens**

I.A.A., Centre de santé et de mieux-être du comté d'Albert



## Scones à l'érable

### Ingrédients

- 3 ½ tasses de farine
- 1 tasse de noix hachées
- 4 c. à thé de poudre à lever
- 1 c. à thé de sel
- 2/3 tasse de beurre, ramolli
- 1 tasse de lait
- ½ tasse de sirop d'érable

### Préparation

Mélanger la farine, les noix hachées, la poudre à lever et le sel.

Couper le beurre dans les ingrédients secs. Incorporer le lait et le sirop d'érable.

Pétrir la pâte 4 ou 5 fois sur une surface enfarinée.

Abaisser la pâte à ½ pouce d'épaisseur et couper en triangles. Cuire au four à 425 °F environ 15 minutes.

« Ces délicieuses collations croustillantes au fromage enchanteront vos invités et sont si faciles à préparer! »

**Cheyenne Poirier**

Spécialiste de l'information sur la santé, Hôpital régional Dr Everett Chalmers

## Collations croustillantes au fromage

### Ingrédients

- ½ tasse de beurre (température ambiante)
- ½ c. à thé de poivre de Cayenne (qu'on peut remplacer par du poivre noir moulu)
- ½ c. à thé de sel
- 1 tasse de cheddar fort, râpé
- 1 tasse de farine
- 1 tasse de Rice Krispies

### Préparation

Dans un bol moyen, battre le beurre en crème. Ajouter le sel et du poivre en mélangeant bien. Incorporer le fromage dans le mélange de beurre. Ajouter la farine et les Rice Krispies et bien mélanger.

Former un long rouleau d'environ un pouce de diamètre, l'envelopper de papier ciré et ensuite de papier aluminium. Réfrigérer pendant plusieurs heures ou toute la nuit.

Préchauffer le four à 350 °F. Trancher le rouleau durci en tranches de 1/8 po d'épaisseur, et cuire sur une tôle à biscuits non graissée une dizaine de minutes. Avec précaution, soulever immédiatement les tranches (fragiles) de la tôle à biscuits et laisser refroidir sur une grille. Conserver dans un contenant hermétique.

« Mon mari m'a fait découvrir le pain d'épices lors de notre lune de miel à Peggy's Cove. C'était une recette préférée de son enfance. Cette année-là, j'ai cherché une recette semblable pour faire du pain d'épices à la maison pour Noël. Et le pain d'épices est maintenant une tradition familiale. »

**Rachelle Dickie**  
Pharmacienne salariée (occasionnelle), L'Hôpital de Moncton

## Pain d'épices



### Ingrédients

- 2 tasses de farine tout usage
- 2 c. à thé de poudre à lever
- 1 c. à thé de cannelle
- 1 à 2 c. à thé de gingembre moulu
- 1/2 c. à thé de toute-épice (allspice)
- 1 tasse de mélasse foncée
- 1 tasse d'eau bouillante
- 1/2 tasse de cassonade bien tassée
- 8 c. à soupe de beurre salé
- 2 gros œufs, à la température ambiante

### Préparation

Placer la grille dans le tiers supérieur du four et préchauffer le four à 365 °F. Graisser généreusement un moule à gâteau carré de 8 pouces.

Bien mélanger la farine, la poudre à lever et les épices en poudre dans un bol moyen.

Verser la mélasse dans une grande tasse à mesurer et ajouter l'eau bouillante. Mélanger le tout pour dissoudre la mélasse.

Dans un grand bol, battre en crème la cassonade et le beurre. Battre légèrement les œufs dans un autre bol et verser ensuite dans le mélange de cassonade et de beurre. Ajouter en alternant le mélange de farine et le mélange de mélasse. Mélanger ou battre à basse vitesse entre les ajouts. La pâte sera assez liquide. Verser dans le moule préparé.

Cuire 25 minutes, puis réduire la chaleur à 350 °F et cuire de 15 à 20 minutes de plus, jusqu'à ce qu'une sonde à gâteau insérée dans le centre en ressorte propre.

Laisser refroidir 20 minutes dans le moule avant de servir.

« Ma recette de Noël préférée est une recette familiale traditionnelle. C'est un mets canadien-français appelé cipâte — une rôtissoire remplie de cubes de pommes de terre, d'oignons, d'épices, de morceaux de pâte et de délicieuse viande de gibier qui mijote pendant des heures. Le matin de Noël, un arôme délicieux embaume toute la maison — des moments précieux. »

**Renée Thériault**  
Traductrice, Communications et relations communautaires,

## Hôpital régional Dr Everett Chalmers

**Note de la rédaction :** La recette est un secret de famille, mais puisque ce mets a vraiment piqué notre curiosité, nous avons trouvé une recette en ligne créée par Marysol Foucault du restaurant Edgar, à Gatineau.

### Cipaille (cipâte)

#### Ingrédients :

- 8 livres de viande de gibier variée (bœuf, porc, poulet, lièvre ou autre) en cubes et non dégraissée
  - 3 livres de pommes de terre Yukon Gold en cubes
  - 2 gros oignons tranchés
  - 1 poireau tranché
  - 1 litre de bouillon de veau (ou de bouillon de poulet)
  - 1/4 de tasse de vin rouge
  - 1 c. à table des Herbes salées du Bas-du-Neuve (disponible en épicerie)
  - 2 c. à thé d'ail haché
  - 1 c. à thé de clou de girofle
  - 1 c. à thé de piment de la Jamaïque
  - 1/2 c. à thé de cannelle
  - 1 c. à table de thym frais
- Une pincée de poivre

#### Préparation

Le soir précédent la cuisson, faire mariner les cubes de viande avec le vin, les épices et l'oignon. Couvrir et réfrigérer. Le lendemain, préparer la recette de pâte préférée de votre famille (la recette de Mme Foucault contient du saindoux qui peut être remplacé par du shortening végétal ou du beurre, au goût). En préparer suffisamment pour faire quatre disques pouvant recouvrir la superficie d'une rôtissoire ou d'un faitout. Couper les pommes de terre en cubes et les laisser dans l'eau jusqu'à ce qu'au moment de les incorporer. Mélanger les viandes marinées avec les pommes de terre, le poireau, les herbes salées, l'ail, le thym frais et une pincée de sel et de poivre. Réserver.

Sur une surface légèrement farinée, abaisser au rouleau un cercle de pâte suffisamment grand pour couvrir la rôtissoire ou le faitout et recouvrir légèrement les parois. Graisser légèrement la rôtissoire ou le faitout et y déposer délicatement la pâte. Déposer un tiers du mélange de viande et de pommes de terre.

Abaisser un autre cercle de pâte, le déposer sur le mélange de viande et y percer un trou au centre. Déposer un autre rang du mélange de viande et de pommes de terre.

Déposer un autre cercle de pâte troué au centre et un autre rang de viande, puis terminer avec le dernier cercle de pâte. Percer un trou au centre, qui servira de cheminée pour vérifier si la quantité de bouillon est suffisante pendant la cuisson.

Préchauffer le four à 250 °F. Verser le bouillon dans le trou jusqu'à ce qu'il atteigne le dernier cercle de pâte. Au bout de 3 à 5 heures de cuisson, vérifier s'il faut ajouter d'autre bouillon. Il faut voir du bouillon dans la cheminée en tout temps.

Cuire à couvert de 6 à 12 heures jusqu'à ce que la viande soit très tendre et le dessus bien doré. Le temps de cuisson varie d'un four à l'autre. Le bouillon restant devrait être d'un beau brun foncé lorsque la cuisson est terminée.

• Une des recettes préférées de la famille Taylor, qui a traversé les générations. C'est une recette facile à préparer et qui se congèle bien. C'est donc une chose de

moins à préparer le jour de Noël! »

**Cheryl Taylor**  
Ergothérapeute, Centre de  
santé de Sussex

### Bûchettes de pommes de terre

#### Ingrédients

- 5 lb de pommes de terre
- 1 oignon, haché
- ¼ tasse de beurre
- Lait (facultatif)
- 2 tasses de chapelure
- Sel et poivre
- 1 c. à thé de sauge
- ½ c. à thé de paprika

#### Préparation

Faire bouillir les pommes de terre et les réduire en purée.

Faire revenir l'oignon dans le beurre et ajouter aux pommes de terre. Laisser tiédir le mélange avant de le manipuler. Vous pouvez ajouter un peu de lait pour humidifier le mélange.

Mesurer ¼ de tasse de mélange de pommes de terre et former des bûchettes.

Rouler les bûchettes dans le mélange de chapelure et d'épices.

Cuire au four à 350 °F 20 minutes.

Vous pouvez les préparer et les congeler dans un contenant hermétique.

Décongeler complètement avant de cuire. Une casserole de moins sur la cuisinière le jour de Noël!

Cinq livres de pommes de terre donnent environ 2 douzaines de bûchettes. Une portion moyenne compte deux bûchettes.

« Chaque Noël, je prépare des rouleaux à la citrouille que j'offre en cadeau à mes meilleurs amis et à ma famille. Chaque année, j'en prépare au moins six, et tout le monde attend avec impatience cette période de l'année. Délicieux et faciles à préparer. »

**Mary Jensen**  
I.I., 5BN/5BS, Programme  
de surveillance cardiaque à  
domicile, Hôpital régional de  
Saint John



### Rouleau à la citrouille

#### Ingrédients

- 30 g de sucre à glacer (à saupoudrer sur un linge à vaisselle)
- 95 g de farine tout usage
- 2 g de poudre à lever
- 2 g de bicarbonate de soude
- 1 g de cannelle moulue
- 1 g de clou de girofle moulu
- 2 g de sel
- 3 gros œufs
- 200 g de sucre granulé
- 165 g de citrouille pure à 100 %
- 120 g de noix de Grenoble, hachés (facultatifs)
- 1 paquet de 8 oz de fromage à la crème, ramolli

- 125 g de sucre à glacer, tamisé
- 85 g de beurre ou de margarine, ramolli
- 5 ml d'extrait de vanille
- 30 g de sucre à glacer (facultatif)

#### Préparation

Préchauffer le four à 375 °F. Graisser un moule à gâteau roulé de 15 x 10 po; tapisser le moule avec du papier ciré. Graisser et enfariner le papier ciré. Saupoudrer le sucre à glacer sur un linge à vaisselle. Dans un petit bol, mélanger la farine, la poudre à lever, le bicarbonate de soude, la cannelle, le clou de girofle moulu et le sel. Batre les œufs et le sucre dans un grand bol jusqu'à ce que le mélange devienne plus épais. Ajouter la citrouille et battre. Incorporer le mélange de farine. Étaler uniformément dans le moule préparé. Si désiré, saupoudrer de noix. Cuire de 13 à 15 minutes ou jusqu'à ce que le gâteau reprenne sa forme après une légère pression du doigt. Détacher immédiatement les bords et renverser le gâteau sur le linge à vaisselle préparé. Retirer soigneusement le papier ciré. Rouler le gâteau et le linge à vaisselle ensemble à partir du côté le plus court. Laisser refroidir sur une grille métallique. Battre le fromage à la crème, le sucre en poudre, le beurre et l'extrait de vanille dans le petit bol du mélangeur. Dérouler le gâteau délicatement; retirer le linge à vaisselle. Étaler le mélange de fromage à la crème sur le gâteau. Roulez-le à nouveau. Envelopper de pellicule moulante et réfrigérer au moins une heure. Si désiré, saupoudrer de sucre à glacer.

« Comme j'adore la citrouille, j'aime vraiment ce dessert rafraîchissant et léger à l'Action de grâce et à Noël. »

**Susan Rogers**  
Adjointe administrative,  
Programme de soins de santé  
primaires, Centre de santé  
communautaire de Tobique  
Valley

### Carrés à la citrouille

#### Ingrédients

- 2 tasses de farine
- 1 tasse de margarine
- ½ tasse plus ¼ tasse de pacanes, hachées
- 8 oz de fromage à la crème, ramolli
- 1 tasse de sucre à glacer
- 3 tasses de garniture fouettée, divisée
- 2 ½ tasses de lait
- 3 petits paquets de mélange à pudding instantané au chocolat (j'utilise celui à la vanille)
- 1 boîte de 15 oz de citrouille
- 1 c. à thé d'épices à citrouille

#### Préparation

1<sup>re</sup> couche : Mélanger la farine, la margarine et ½ tasse de pacanes. Presser dans un moule de 9 x 11 po vaporisé d'un enduit végétal. Cuire 15 minutes à 350 °F, retirer du four et laisser refroidir. 2<sup>e</sup> couche : Mélanger le fromage à la crème et le sucre à glacer. Ajouter 1 tasse de la garniture fouettée et étaler sur la croûte refroidie.

3<sup>e</sup> couche : Mélanger le lait, le mélange à pudding, la citrouille en conserve, les épices à citrouille et 1 tasse de garniture fouettée jusqu'à consistance lisse. Étaler sur la deuxième couche.

4<sup>e</sup> couche : Étaler la dernière tasse de garniture fouettée et saupoudrer de pacanes hachées.

Réfrigérer trois heures ou jusqu'à ce que le mélange soit ferme.

« Ce gâteau est simple à faire et combine deux délicieuses saveurs des fêtes : la canneberge et le citron. »

**Alice Damon**

Agente en chef responsable  
des Services de qualité et  
de la sécurité des patients,  
Hôpital régional de Saint John

### Gâteau aux canneberges et au citron nappé de glacis

#### Ingrédients

- Beurre non salé pour graisser le moule et 12 c. à soupe (1 1/2 bâton) de beurre non salé, à la température ambiante
- 1/3 tasse cassonade blonde, bien tassée
- 3 tasses canneberges fraîches, environ 12 oz
- 2 1/2 tasses de farine tout usage
- 2 1/2 c. à thé de poudre à lever
- 1/2 c. à thé de bicarbonate de soude
- 1 c. à thé de sel
- 1 1/2 tasse de sucre granulé
- 2 citrons
- 3/4 tasse de babeurre
- 1 1/2 c. à thé d'extrait de vanille pure
- 3 œufs
- 1 tasse de sucre à glacer, et plus au besoin

#### Préparation

Préchauffer le four à 350 °F. Graisser généreusement de beurre un moule à gâteau Bundt de 12 tasses. Saupoudrer la cassonade dans le fond du moule et répartir les canneberges uniformément sur la cassonade.

Dans un bol, mélanger au fouet la farine, la poudre à lever, le bicarbonate de soude et le sel. Ajouter le sucre granulé dans le bol d'un mélangeur sur pied. Râper finement le zeste des citrons sur le sucre et mélanger brièvement.

Presser le jus des citrons. Dans une tasse à mesurer, mélanger 2 c. à soupe du jus de citron, le babeurre et la vanille; réserver le reste du jus de citron.

Ajouter les 12 c. à soupe de beurre au mélange de zeste de citron et de sucre et battre à vitesse moyenne jusqu'à consistance légère et mousseuse 1 ou 2 minutes. Ajouter les œufs, un à la fois, en battant et en raclant les bords du bol après chaque ajout. Réduire la vitesse du mélangeur et ajouter les ingrédients secs en trois fois en alternant avec le mélange de babeurre en 2 fois. Augmenter la vitesse du mélangeur à moyenne et battre 2 minutes pour aérer la pâte.

Verser la pâte dans le moule préparé en raclant les bords du bol. Étaler la pâte uniformément sur les canneberges. Cuire jusqu'à ce que le gâteau soit bien doré et qu'une sonde à gâteau insérée dans le centre en ressorte propre, soit de 35 à 40 minutes. Laisser refroidir dans le moule 5 minutes et renverser ensuite le gâteau sur une assiette de service, soulever le moule et laisser le gâteau refroidir complètement.

Lorsque le gâteau est refroidi, dans un bol, battre ensemble le sucre à glacer et 1 ½ c. à soupe du jus de citron réservé jusqu'à ce que le mélange soit épais et lisse. Tester la consistance en versant un peu de glacis sur le gâteau. Si le glacis coule sur le bord du gâteau, ajouter un peu plus de sucre à glacer et fouetter. Si le glacis est immobile sur le gâteau, en fouettant, ajouter un peu plus de jus de citron. Verser le glacis sur le gâteau et laisser reposer au moins 15 minutes. Couper en pointes et servir.



## Un sondage auprès du personnel et des patients aidera les hôpitaux à devenir encore plus « amis des bébés »

Le sondage mené récemment par l'Initiative des Amis des bébés, auquel 1400 personnes ont répondu, constitue l'effort le plus récent d'Horizon et de la province pour rendre les lieux publics plus accueillants pour les mères allaitant leur bébé.

«Grâce au sondage, nous essayons de découvrir ce que nous faisons avec succès et ce que nous pourrions améliorer; c'est vraiment l'objectif du sondage», a dit Marilyn Underhill, coprésidente du Comité des Amis des bébés d'Horizon et présidente du Réseau de santé des femmes et des enfants d'Horizon. «C'est à la fois pour les parents et le personnel.»

Le sondage a eu lieu du 13 septembre au 8 octobre. Au moment de mettre le présent numéro du bulletin sous presse, l'information recueillie était toujours en cours d'analyse.

À la demande du ministère de la Santé, le sondage a lieu tous les cinq ans et vise à analyser le progrès accompli par la province en vue de respecter les «Dix conditions pour le succès de l'allaitement maternel» de l'Organisation mondiale de la santé. Les résultats du sondage serviront à cerner les lacunes en matière de soutien de l'allaitement des nourrissons et de connaissance par le personnel des politiques d'Horizon, et à élaborer un plan d'action d'amélioration.

«Nos espoirs sont doubles, a ajouté M<sup>me</sup> Underhill. Nous voulons appuyer les parents d'une quelconque façon en ce qui concerne l'allaitement, encourager l'allaitement dans les établissements et les collectivités et aider les mères qui choisissent d'allaiter. Enfin, nous voulons aussi trouver des manières d'améliorer notre travail.»

Avec M<sup>me</sup> Underhill, Ginette Pellerin copréside le

Comité des Amis des bébés d'Horizon depuis sa création au début de 2017.

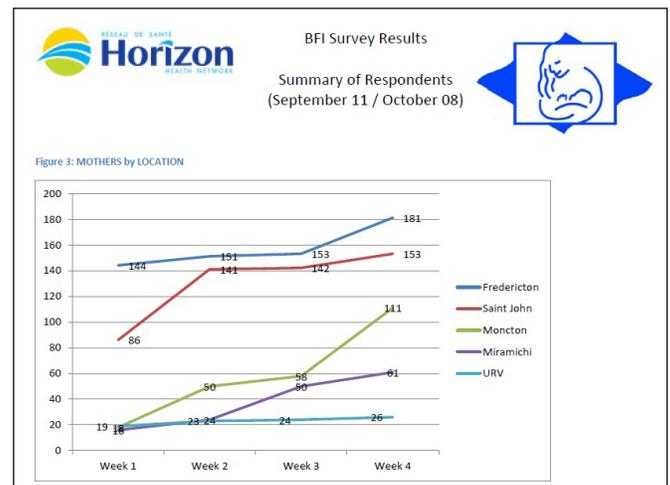
«Il y a un véritable engagement de la part d'Horizon pour veiller à ce que les politiques soient respectées, a dit Ginette Pellerin. Le défi consiste à s'assurer qu'Horizon est considéré comme étant ami des bébés, et que les mères se sentent à l'aise d'allaiter en public ou de demander au personnel où elles peuvent aller pour allaiter leur bébé.»

Elle s'attend à ce que le sondage de cette année donne de l'information de qualité supérieure à celle des sondages précédents auxquels avaient répondu moins de personnes. Cette année, elle espère que l'information représentera un peu plus la situation actuelle grâce au nombre supérieur de personnes interrogées, et qu'elle fournira une orientation plus claire quant aux améliorations les plus urgentes.

Jessica Sargent supervise l'initiative provinciale des Amis des bébés et agit à titre de conseillère externe dans le cadre des efforts d'Horizon.

«J'espère que les établissements deviendront plus conscients de leurs lacunes et de leurs points forts, a-t-elle dit. Cela donnera aux gens une idée de qui accomplit bien son travail et de qui a besoin d'aide dans certaines étapes — nous pouvons nous entraider dans ces étapes.»

Les efforts pour améliorer le statut en matière de l'Initiative des Amis des bébés du Nouveau-Brunswick occupent une place prioritaire sur l'écran radar de la province depuis un certain temps. Le Comité des Amis des bébés du Nouveau-Brunswick, qui existe depuis des années, offre des conseils et de l'aide aux établissements afin qu'ils mettent en œuvre l'Initiative des Amis des bébés. Il comprend des représentants du ministère de la Santé, d'Horizon, de Vitalité, de l'Université du Nouveau-Brunswick, de l'Université de Moncton, des Premières Nations, du Programme de santé prénatale du Nouveau-Brunswick, des sages-femmes et d'autres parties prenantes.





**Une promenade dans le parc avec un partenaire ou un ami est une excellente manière de demeurer actif.**

## En novembre, on encourage les aînés à participer à une randonnée virtuelle

Novembre est le Mois de la prévention des chutes! Par conséquent, Trouver l'équilibre NB, un partenaire du Programme de traumatologie du N.-B., a lancé une campagne sur Internet pour aider à sensibiliser à la façon de réduire les chutes chez les aînés.

Le but de la campagne est de renseigner les aînés, les aidants et le public à propos des risques de glisser, de trébucher et de tomber, et sur les mesures qu'on peut prendre afin d'éviter ces derniers.

En plus de la campagne sur Internet, Trouver l'équilibre NB a piloté un projet de «randonnée virtuelle» qui a eu lieu dans plusieurs parties de la province, notamment dans la Péninsule acadienne, la région métropolitaine de Moncton et les communautés des Premières Nations.

On a invité les aînés habitant en milieu communautaire à consigner le nombre total de pas qu'ils ont prises en novembre dans un passeport offert en ligne ou imprimé (sur demande).

Ce fut une belle occasion de rencontrer des amis et des membres de la famille afin de continuer de bouger et de prévenir les chutes!

Il est encore temps de participer. Pour obtenir plus d'information et pour télécharger votre passeport, visitez le site [trouverlequilibrenb.ca](http://trouverlequilibrenb.ca).



## Le saviez-vous?

Les chutes représentent chez les aînés environ 85 p. 100 de toutes les hospitalisations liées à des blessures.

L'activité physique régulière est l'une des meilleures façons de réduire le risque de chutes, ainsi que les blessures liées aux chutes chez les adultes.

C'est la raison pour laquelle le Mois de la prévention des chutes de cette année encourage les aînés à demeurer actifs et incite tous les Néo-Brunswickois et Néo-Brunswickoises à travailler ensemble pour aider à prévenir les chutes.

Avez-vous des amis ou des membres de la famille à risque de chutes? Qu'en est-il des patients? Travaillons ensemble à assurer l'autonomie et la sécurité des aînés!

19

## Les droits, les responsabilités et les attentes des patients, des familles et de l'équipe de soins de santé

Amy Mullin, conseillère en qualité, région de Moncton

Les soins centrés sur le patient et la famille sont la priorité stratégique par excellence d'Horizon, laquelle cadre avec les normes d'agrément dont Horizon est responsable.

Cela comprend le droit d'être traité avec respect et dignité, d'être écouté et entendu, ainsi que la prestation mutuelle des renseignements nécessaires pour offrir ou recevoir des soins sûrs et de qualité — chacun étant des facteurs intégraux de l'optimisation de l'expérience du patient.

Horizon croit qu'il faut éduquer nos patients, le personnel et les médecins sur leurs droits et responsabilités afin de favoriser des relations étroites et de donner des soins sûrs et de qualité aux patients dans nos établissements.

Les droits et les responsabilités des patients, du personnel et des médecins sont présentés dans le document d'Horizon intitulé «Sensibilisation aux droits, responsabilités et attentes».

Le document a été élaboré à la suite d'une analyse des pratiques en matière de droits et de responsabilités à l'échelle du Canada. De plus, il a été révisé par des parties prenantes multidisciplinaires de tous les secteurs d'Horizon, y compris par le Comité consultatif des patients et des familles.

On peut obtenir une [brochure à l'intention des patients](#) (illustrée) et trois affiches (HHN-0636) sur les droits, les responsabilités et les attentes sur le site [Skyline](#) sous Formulaires. Il s'agit de placer les brochures et les affiches dans des endroits à la vue du public dans nos secteurs de prestation des services, dans nos hôpitaux et dans les unités individuelles.

### Droits et responsabilités du patient et attentes à son égard

Guide à l'intention des patients, des familles et du personnel de soins de santé

**Ce que l'on attend de vous comme patient/client ou membre de la famille :**

- Informer l'équipe de soins de santé si vous voulez être servi en français ou en anglais
- Participer à vos soins de santé, y compris dans la prise de décisions
- Informer l'équipe de soins de santé des aspects que vous ne comprenez pas; leur poser des questions et exprimer des inquiétudes que vous pourriez avoir
- Fournir le nom de votre mandataire spécial pour prendre des décisions, en votre nom, si vous devenez incapable de prendre des décisions relativement à vos soins médicaux
- Informer votre équipe de soins de santé de toutes les informations pertinentes
- Maintenir la confidentialité des renseignements sur la santé des autres patients
- Remettre ou annuler les rendez-vous s'il vous est impossible de vous présenter

Si vous avez des questions ou préoccupations concernant vos droits ou vos responsabilités en tant que patient/client, nous vous suggérons d'en discuter avec un membre de votre équipe de soins de santé. Cette personne pourra vous aider. Si vos préoccupations n'ont pas été résolues à votre entière satisfaction, vous pouvez communiquer avec le bureau des Services de représentants des patients d'Horizon au 1-844-225-0220.

**Si vous travaillez ou faites du bénévolat à Horizon, il vous incombe de faire ce qui suit :**

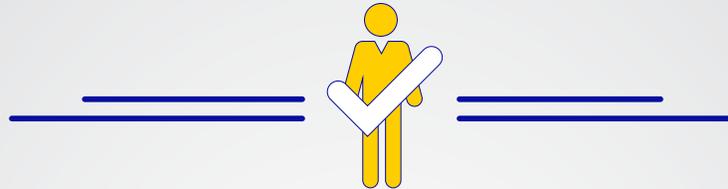
- Fournir l'office active (Hello/Bonjour)
- Vous présenter aux patients, aux familles et aux autres fournisseurs de soins
- Signaler toute circonstance non sécuritaire ou potentiellement non sécuritaire
- Faire participer les patients et les familles à l'élaboration et à la gestion du plan de soins en communiquant clairement et en vérifiant si les renseignements sont bien compris
- Communiquer avec les membres de votre équipe, incluant le patient et la famille, en leur fournissant de la rétroaction et en leur exprimant votre satisfaction, ainsi que toute préoccupation que vous avez
- Encourager la présence de la famille proche ou des partenaires en soins durant le séjour ou le rendez-vous/la visite
- Maintenir la confidentialité des renseignements personnels sur la santé du patient et assurer la protection de sa vie privée

**Chacun a les droits suivants :**

- Être traité en tout temps avec respect et dignité
- Être écouté et entendu
- Être en sécurité physique, émotive et psychologique
- Faire partie de l'équipe de soins de santé
- Informations nécessaires afin de fournir ou de recevoir des soins de qualité en toute sécurité
- Protections des renseignements personnels

**Pour consulter le document sur les droits, responsabilités et attentes dans son intégralité, visitez [f.horizonnb.ca](http://f.horizonnb.ca)**

# Psssst. Hé, vous! Oui, vous.



Avez-vous répondu au sondage **Pulse sur la qualité de vie au travail** sur le réseau Skyline?

À notre avis, vous devriez y répondre, car votre opinion est importante!

Grâce à votre rétroaction, Horizon a réussi à élargir et améliorer un grand nombre de ses programmes destinés aux employés, notamment les suivants:

- Programme de prévention de la violence au travail
- Chartes des valeurs de l'engagement
- Orientation SRES (Soin, Respect, Excellence et Service)
- Programme de reconnaissance des employés *Bravo!*
- Prix *Bravos!*
- Célébration des années de service et des départs à la retraite

Tout ce que vous nous dites demeure confidentiel, et il vous suffira de moins de cinq minutes pour répondre au sondage.

Alors, allez-y et répondez au sondage aujourd'hui même!

Accessible sur le réseau Skyline et à la bibliothèque des hôpitaux.



ACCREDITATION  
AGRÉMENT  
CANADA

