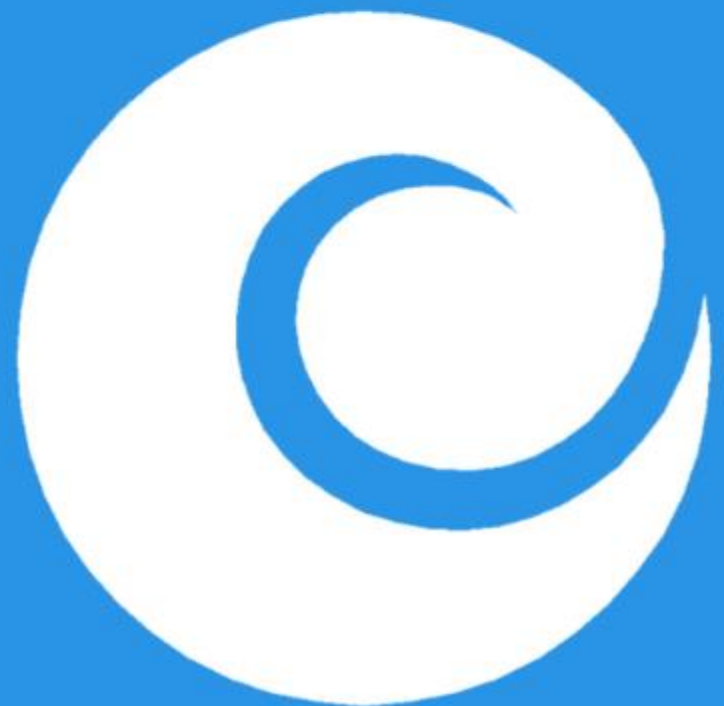


RAPPORT ANNUEL

2022-2023



Centre de santé
communautaire
de l'Estrie

TABLE DES MATIÈRES

Partie 1

Faits saillants

Partie 5

Programme d'éducation sur le diabète

Partie 2

Santé primaire

Partie 6

Vieillir chez soi

Partie 3

Santé mentale

Partie 7

Clinique de la mémoire

Partie 4

Santé communautaire

Partie 8

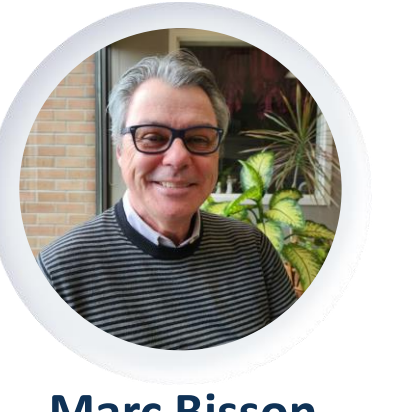
Rapport financier

**BOUGEZ,
soyez en équilibre!**

Une année pleine de défis et de réalisations significatives



Bernard Lamarche
Président du CA



Marc Bisson
Directeur général

Comme vous pourrez le constater en parcourant notre rapport annuel, le Centre de santé communautaire de l'Estrie a mis en place des activités, des programmes et des nouveaux services afin de rencontrer plusieurs éléments de son plan stratégique de 2022-2024 présenté l'année dernière. Le conseil d'administration, la direction générale et l'équipe de gestion instauré différents mécanismes de suivi afin de s'assurer que les orientations stratégiques de notre organisation se reflètent en action sur le terrain. On vous rappelle que nos trois grands axes stratégiques sont les suivants : le savoir et le savoir-faire, la plaque tournante et l'influence. Cette année, l'une des grandes réalisations a été l'adoption à l'unanimité, lors de la rencontre régulière de mars, de la nouvelle Charte de l'équité en santé de l'Alliance pour des communautés en santé, à savoir notre association provinciale. Cette nouvelle charte de l'équité renforce notre engagement à faire de notre Centre un endroit inclusif et sécuritaire pour tous. En y adhérant, le CSCE s'engage à être un acteur de changement et un promoteur de l'équité en santé pour l'ensemble des collectivités au sein desquelles il œuvre. Nous sommes très fiers de souligner l'engagement, le dévouement et le soutien continu des membres du conseil d'administration envers la mission de notre organisation. Le conseil d'administration a comme à son habitude suivi son calendrier d'activités et a tenu ses réunions majoritairement en personne et en mode hybride. Nous aimerions profiter de l'occasion pour porter à votre attention le fait que la pandémie, bien qu'elle semble pour plusieurs être un élément du passé voire même à oublier, est toujours présente et l'évidence démontre que ces contrecoups se feront sentir pour longtemps.

Le CSCE n'a pas échappé cette année aux effets collatéraux de la pandémie de COVID-19 qui ont été fortement accentués par un contexte économique difficile. À titre d'exemple, le CSCE a connu une année extrêmement mouvementée sur le plan des ressources humaines. Que ce soit par rapport aux départs à la retraite, plus nombreux qu'à l'habitude, de la plus grande difficulté à recruter du personnel qualifié ou du contexte concurrentiel de surenchère sévissant actuellement, le CSCE a réussi à surmonter ces obstacles afin de vous fournir des programmes et des services de qualité. C'est grâce à l'effort soutenu de nos équipes de première ligne et administratives que nous y sommes parvenus. Nous reconnaissons également que la patience de plusieurs clients et clientes a pu être mise à rude épreuve parfois et que la normalisation des activités, des programmes et des services souhaités n'étaient pas toujours au rendez-vous. Le CSCE s'efforce constamment d'améliorer ses programmes et ses services en mettant en place les outils technologiques nécessaires pour y arriver. Il peut arriver que la mise en œuvre de certaines nouvelles technologies crée des délais ou des situations irrégulières au début mais en définitive elles se révèlent être plus efficaces et elles génèrent plus d'efficacité à moyen et à long terme.

Le CSCE est engagé dans le perfectionnement et les activités des Équipes Santé Ontario locales. Il est membre actif de l'Équipe santé Ontario du Grand Fleuve, de l'Équipe santé Archipel et de l'Équipe santé Enfant avant tout.

Enfin, nous profitons de l'occasion pour remercier le personnel et les nombreux bénévoles œuvrant au CSCE. Sans eux, le CSCE ne pourrait pas prétendre faire la différence dans la vie de notre clientèle et contribuer chaque jour à ce que **Chaque personne compte**.



RECONNAISSANCE DU PERSONNEL

Le CSCE tient à souligner plus particulièrement l'excellent travail de plusieurs membres du personnel.

Félicitations pour vos années de service!

5 ans

- Sophie Cadorette: 5 ans 6 mars 2023
- Ariane Campbell: 5 ans 22 janvier 2023
- François Cholette: 5 ans 28 août 2022
- Myriam Dagenais: 5 ans 12 février 2023
- Pascal Théoret: 5 ans 13 septembre 2022

10 ans

- Brigitte Fournier: 10 ans 4 mars 2023
- Catherine Gagnon: 10 ans 28 janvier 2023

15 ans

- Louise Denison: 15 ans 11 février 2023
- Annie Deschênes: 15 ans 20 juillet 2022
- Jean-Sébastien Larocque: 15 ans 3 septembre 2022
- Micheline Samson: 15 ans 5 novembre 2022

20 ans

- Laurraine Brabant: 20 ans 23 juin 2022
- Mireille Marineau: 20 ans 6 janvier 2023



Retraites

La retraite n'est pas une fin, mais le début d'une nouvelle aventure...

Nous vous souhaitons bonne continuation!

- Guy Laflèche, gestionnaire de santé communautaire, ressources informatiques, communications et des sites d'Alexandria et Chrysler
- Rachel Sasseville, médecin





Allocation de fonds non récurrents de 168200\$ dédiés à la santé mentale

Le CSCE a eu l'heureuse surprise de recevoir du ministère de la Santé de l'Ontario, à la toute fin du mois de janvier 2023 un montant non récurrent de 168 200\$ dédié à la santé mentale. Les dépenses admissibles étaient des plus variées. Ainsi, ce montant a servi à :

- Financer des projets de formation pour les professionnels de l'équipe de santé mentale et des autres secteurs ou programmes de l'équipe interdisciplinaire,
- Acheter des outils d'intervention pour les professionnels et pour les clients aussi, de même que des tests psychométriques pour les psychologues,
- Acheter l'équipement informatique permettant d'accentuer l'offre de services virtuels et la réponse à des questionnaires de la part des clients dans les salles d'attente de nos sites,
- Acheter des cartes-cadeaux pour des produits de nécessité qui serviront à dépanner les clients dans des situations d'urgence et à soulager un peu le stress ou l'anxiété créés par ces situations,
- Retenir des services auprès du Conseil de développement social de Cornwall et région notamment pour l'animation d'ateliers de sensibilisation-éducation à la Salle de bien-être qui a récemment été aménagée à l'école secondaire La Citadelle.

La clinique d'urgence IP DU CSCE

Dans un effort de contribution au désengorgement des urgences, le CSCE offre, depuis le début janvier, plus de disponibilités à sa clientèle en santé primaire pour des rendez-vous urgents ou semi-urgents par l'entremise de son « Projet de cliniques d'urgence IP. »

Ces rendez-vous d'urgence, qui sont principalement des rendez-vous virtuels ou téléphoniques, sont offerts pour tous les clients en santé primaire du CSCE, et ce, sans égard à l'emplacement où ils reçoivent généralement des services. Il se peut donc, par exemple, qu'un client du site d'Embrun présentant des symptômes de sinusite se fasse offrir un rendez-vous d'urgence virtuel avec une infirmière praticienne (IP) du site de Cornwall.

Généralement, les rendez-vous sont offerts les lundis et les vendredis, et parfois même durant la fin de semaine. Il est également important de noter que certaines raisons de consultation exigent un rendez-vous en personne. Au besoin, sur directive de l'IP, les clients pourront se rendre à leur emplacement du CSCE local pour fournir un échantillon ou pour effectuer un test.

Nous aimerions remercier particulièrement les quatre IP du CSCE ayant répondu à l'appel pour offrir une plus grande disponibilité pour ces rendez-vous d'urgence, et ainsi mieux répondre aux besoins des collectivités sous-desservies de l'est de l'Ontario.



Environ 3 000
masques (18,5
livres) ont été
recyclés au CSCE
Cornwall!!!
Merci à tous!



VIVRE UNE VIE SAINNE AVEC UNE DOULEUR CHRONIQUE



Un atelier de six semaines conçu pour toutes les personnes qui souffrent de douleurs de quelque nature que ce soit : bas du dos, à la suite d'un accident de voiture, arthrite, fibromyalgie...

Je veux juste exprimer ma gratitude pour les 6 ateliers de comment vivre avec la maladie chronique. Suzanne et Tania m'ont vraiment aidée à croire qu'on peut apprendre à vivre avec la douleur. Les témoignages des autres personnes m'ont aussi fait comprendre que je ne suis pas la seule à me battre pour réussir à gérer ma santé en général. Félicitations pour ce beau programme et surtout merci de l'avoir eu en français car je ne parle pas en anglais.
Mariette Cliche

Ce que je retiens de ces ateliers: "personne ne peut mieux aider, conseiller, supporter, consoler son prochain que si elle a vécu la même situation ou à peu près".
Encore une fois M-E-R-C-I à toute l'équipe en arrière-scène qui nous a aidé le mieux qu'elle pouvait à vivre mieux avec des douleurs.
Mathilde St-Paul



Merci pour le cours que vous avez donné toi et Suzanne. C'est la meilleure thérapie que j'ai suivi dans la dernière année. Bravo et continuez de le donner. Je vous donne une très bonne note pour le cours, car j'ai revu et appris de nouvelles choses
Merci à toi et Suzanne et aussi au groupe
Anne Marie Willems

Pour un déploiement ciblé et efficace

Cette année, l'équipe de santé primaire s'est dépassée en faisant preuve d'innovations face aux défis et en intégrant de nombreux changements. Notre équipe de médecins, d'IP et d'infirmières ont déployé des efforts remarquables pour s'ajuster au contexte de la pandémie, aux pressions sur le système de santé et aux circonstances avec lesquelles le CSCE devait composer.

Parmi les nouveaux programmes et services élaborés pour répondre aux besoins de notre clientèle et des collectivités que nous desservons, nous en soulignons quelques-uns ci-après. Une clinique de dépistage de la COVID 19 et des virus respiratoires a été ouverte les dimanches à Bourget du mois de décembre au mois de mars. Elle a été mise en place sur demande spéciale de Santé Ontario pour répondre à une carence de ce type de service dans notre région.

L'équipe de santé primaire a également aménagé et mis au profit de nos clients des cliniques de télémédecine d'urgences. Celles-ci nous permettent de capturer une grande proportion des besoins urgents des clients du CSCE qui seraient autrement redirigés aux cliniques sans rendez-vous ou aux urgences. Ainsi, presque tous les jours de la semaine, nous avons maintenant la capacité de répondre aux débordements de demandes pour plusieurs types d'enjeux de santé, ceci peu importe où se trouve le client.

En cas de surcharge temporaire, cette soupape de sécurité redistribue la pression associée avec la charge d'un intervenant à l'équipe dans son ensemble. Elle contribue à l'esprit d'équipe et elle assure un meilleur suivi de nos clients tout en évitant les visites à l'urgence pour des enjeux de santé qui seraient mieux traités au CSCE.



Le CSCE fournit depuis le mois d'août 2022 des soins aux demandeurs d'asile en reconnaissance d'une carence de soins primaires pour cette communauté vulnérable. En coordination avec nos partenaires dans la communauté, nous avons offert des rendez-vous en personne et des renouvellements d'ordonnance, nous avons aidé à remplir des documents et rapports, souvent avec l'appui de services d'interprétation. Nous avons également trouvé une solution à long terme et préconisé sa mise en œuvre par Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada.

À l'interne, nous avons créé et mis en place des Directives générales de fonctionnement (DGF) (en anglais Standard Operating Procedures (SOP)), ainsi que des directives médicales standardisées pour l'ensemble de nos sites. Elles encouragent la cohésion d'équipe, l'harmonisation des flux de travail, et l'élaboration de pratiques exemplaires, ce qui fournit plus de souplesse par rapport aux ressources humaines et débloque de la capacité pour offrir davantage de rendez-vous.

Nous avons constaté une amélioration de la qualité de nos données, reflétée par l'augmentation du score SAMI (un indice de mesure de la complexité des enjeux de santé traités) lequel est passé de 1,48 à 1,56. On y voit une meilleure réflexion de la complexité des enjeux de santé qui se trouve dans le bassin de clients desservis par l'équipe de santé primaire du CSCE.

Dans le but de réduire la charge lourde administrative de nos intervenants en santé primaire, nous avons créé un système de vérifications trimestrielles pour une plus grande prise en charge administrative afin d'assurer les dépistages cancers (cervical, colorectal et du sein). Du même coup, cette initiative a contribué à l'amélioration de nos indicateurs de rendement.

Afin de nous positionner pour mieux défendre les besoins des communautés que nous desservons, nous avons centralisé notre processus pour accueillir de nouveaux clients. Il a été simplifié, centralisé, et harmonisé pour l'ensemble des sites. Du même coup, nous avons mis en place trois priorités d'accès : les nouveau-nés; les clients orphelins; et les clients extrêmement vulnérables.



Efforts continus pour faciliter l'accès aux services

L'équipe de santé mentale continue ses efforts pour répondre le mieux possible au volume croissant des demandes de services dans le meilleur délai tout en essayant de garder une liste d'attente la plus courte possible. Pour ce faire, elle continue de chercher des moyens de perfectionner son modèle aiguillé de services et de prise en charge adaptée.

La capacité moyenne d'accueil d'un psychothérapeute travaillant à temps plein se situe entre 25 clients à raison d'une heure/semaine et 50 clients à raison d'une heure toutes les 2 semaines, ce qui fait que la capacité d'accueil pour l'équipe est établie à 350 clients par année en psychothérapie individuelle. Une variété d'ateliers de groupe permet d'accroître le nombre de clients desservis. L'attente demeure cependant inévitable dans un contexte où la demande de services dépasse les capacités de l'offre lorsqu'on considère que diverses institutions de santé publique s'entendent pour dire que 20% de la population est susceptible de développer un problème de santé mentale pour lequel elle consultera un professionnel, ce qui représente un potentiel de 3000 demandeurs de services seulement pour les clients internes servis au CSCE.

Ainsi, les efforts continus pour améliorer l'accès se traduisent par une équipe de trois thérapeutes qui dédient chacun une journée par semaine réservée à l'admission de nouveaux clients, par un processus de triage permettant de prioriser les demandes en fonction de l'intensité du problème présenté et de la vulnérabilité du demandeur et d'en rediriger d'autres vers des services plus appropriés et par un modèle de prise en charge adaptée permettant d'offrir des interventions de courte durée (quatre séances), de moyenne durée (huit séances) et des ateliers de groupe.



Ces efforts ont conduit aux résultats suivants :

821 clients servis dont
493 nouveaux clients.
72 sessions de groupe
qui ont totalisé 446
présences.
6044 interactions
cliniques

Perfectionnement du traitement des traumatismes en santé mentale

Les clients desservis par le programme de santé mentale consultent pour une variété de maux émotionnels et psychologiques tels que l'anxiété, la dépression, les troubles de l'humeur et la réaction à divers traumatismes de même qu'ils cherchent des solutions à divers problèmes de comportements, problèmes relationnels, problèmes liés à des difficultés d'adaptation et de gestion du stress.

Au cours de l'année 2022-2023, c'est la problématique du trauma qui a fait partie des discussions et des supervisions cliniques. Le traumatisme est une réaction émotionnelle déclenchée par une blessure qui nous submerge. Il peut résulter d'une agression physique, d'abus sexuels vécus aussi bien à l'âge adulte que dans l'enfance, d'un accident, d'un désastre naturel, etc. Le perfectionnement de la capacité à mieux traiter le trauma s'est fait à travers l'investissement dans la formation au moyen des approches suivantes :

Brainspotting: une thérapie qui permet d'identifier et de traiter le trauma et les émotions associées en utilisant le champ de vision.

Thérapie d'acceptation et d'engagement axé sur le trauma. Cette approche offre des outils et techniques spécifiques pour cheminer et traiter le trauma.

Intégration neuro-émotionnelle par les mouvements oculaires (EMDR): une approche thérapeutique qui a fait l'objet de beaucoup de recherches et qui a prouvé son efficacité dans le traitement de traumatismes.

En dépit du fait que les thérapeutes cherchent à perfectionner leurs compétences dans le domaine du trauma, les délais d'attente ajoutent un obstacle à obtenir une thérapie fondée sur les approches présentées ci-dessus. Nous nous sommes donc questionnés à savoir comment nous pourrions aider nos clients à avoir accès à des services plus rapidement. Lorsqu'il est question de traumatismes, la personne touchée est souvent aux prises avec des émotions intenses et accablantes. C'est dans le but de répondre à ce genre de demande que des ateliers de groupe basés sur la thérapie comportementale dialectique ont été créés. D'une durée de huit semaines, ils présentent quatre différents modules: la pleine conscience, la régulation des émotions, la tolérance à la détresse et l'efficacité interpersonnelle. Au cours de chacun de ces modules, plusieurs habiletés sont présentées pour apprendre à bien gérer les émotions intenses. Les cours sont actuellement offerts jusqu'à quatre fois par année en anglais et en français.



Le secteur de la santé communautaire a pour mandat de promouvoir et de favoriser l'engagement des collectivités dans la mise en place et le maintien de conditions de vie qui visent à améliorer le bien-être individuel et collectif. L'équipe est formée de promoteurs de la santé et d'agents de santé communautaire qui travaillent à :

- Promouvoir de saines habitudes de vie pour une communauté en santé
- Faciliter l'engagement communautaire
- Prévenir les maladies chroniques
- Promouvoir l'activité physique
- Renseigner et accroître la sensibilisation sur la saine alimentation
- Participer à des tables de concertation et à des comités qui veillent au bien-être des populations.

Groupe d'exercices et de prévention de chute

On observe une croissance du vieillissement de la population. Les aînés sont de plus en plus nombreux et vivent plus longtemps. Cependant, ils sont plus susceptibles d'être atteints d'incapacités, de faire des chutes et de nécessiter des soins. Chaque année au Canada, une personne âgée sur cinq fera une chute. Pour répondre à ce besoin, les promoteurs santé du CSCE offrent des groupes d'exercices et de prévention des chutes dans le but:

- D'améliorer les connaissances sur les facteurs de risques de chutes;
- D'améliorer l'équilibre statique et dynamique;
- D'augmenter la force musculaire des membres inférieurs;
- De contrer l'isolement tout en encourageant de saines habitudes de vie telle que la pratique régulière de l'activité physique.

Le programme Marche vers le futur comprend :

- Des capsules d'information sur la prévention des chutes et sur les moyens d'agir sur les facteurs de risque modifiables;
- Des séances d'exercices (une fois semaine durant 12 semaines);

Un programme d'exercices à faire à domicile de façon autonome.



Cette année, le programme existant Bougez, soyez en équilibre a amélioré sa capacité d'accueil en adhérant à un mode de prestation hybride. Ce programme amène les participants à rester actifs, à améliorer leur force et équilibre, à prévenir les chutes tout en socialisant. Les exercices, qui sont un peu fatigants à fatigants incluent l'échauffement, des exercices cardiovasculaires et musculaires debout et un retour au calme progressif. Les exercices musculaires sont exécutés avec des élastiques ou avec le poids du corps. Les séances d'exercices se font à l'intérieur de la salle de l'aréna de St-Isidore en respectant le plan de sécurité lié à la COVID-19 du CSCE. Le promoteur santé anime virtuellement les séances par Zoom alors que les participants suivent la séance en groupe et sous la supervision de bénévole(s) certifié(s). Ceci permet au promoteur santé d'offrir plusieurs groupes d'exercice simultanément dans différentes communautés.

Nous remercions chaleureusement Desjardins pour leur don de 5000\$ qui a servi à:

- l'achat d'équipement informatique nécessaire au développement de ces groupes hybrides réunissant des participants présents en personne en même que d'autres présents en virtuel via la visioconférence.

Ce qui permet d'augmenter le nombre de participants.



SANTÉ COMMUNAUTAIRE

Notre Partenariat avec le CBJCE-Carrefour bien-être pour les jeunes de Champlain-est se poursuit et ce, entre autres, grâce à nos deux infirmières praticiennes. Elles sont présentes 2 jours par semaine et desservent les sites de Cornwall et de Rockland. Elles ont offert 381 rendez-vous à des jeunes âgés entre 12 et 25 ans.

Le Carrefour a continué d'offrir des services sociaux, de santé et de bien-être aux jeunes de 12 à 25 ans à leur site de Cornwall et Rockland. Il a également offert des services de counseling sans rendez-vous, le mercredi, au Centre régional de santé mentale et toxicomanie à Hawkesbury. Les services de counseling avec et sans rendez-vous étaient également offerts aux jeunes de 12 à 25 ans les vendredis en alternance entre les points de services du CSCE d'Embrun et d'Alexandria. En tout, le Carrefour et ses partenaires ont offert 1345 rendez-vous de counseling, de thérapie brève, de support dans la navigation de services ou pour la recherche d'emploi.

La dernière année fut une année de développement pour le Carrefour. Un partenariat avec PLEO a permis d'offrir un service de soutien pour parents/tuteurs et tutrices. Le service consiste à offrir du soutien et des outils aux parents ayant des jeunes qui vivent des défis au niveau de leur santé mentale et/ou ont une dépendance. De plus, le lancement d'Atelier Prévention dans deux écoles du CSDCEO a eu lieu grâce au support de Valoris, HGH, l'ÉPS, Laurencrest et le CCH. Prévention est un programme de prévention basé sur des preuves qui utilisent des interventions brèves et ciblées sur la personnalité valorisant ainsi la santé mentale tout en visant à retarder la toxicomanie chez les jeunes. En tout, 81 jeunes de 8e année de l'école secondaire Le Relais d'Alexandria et de l'école secondaire de Plantagenet ont pu bénéficier de ces ateliers.

Heureusement, la réduction graduelle des restrictions issue de la pandémie a permis au CBEJCE de participer à divers événements communautaires, de faire diverses présentations et d'avoir une multitude de kiosques. En tout, Le Carrefour a pris part à 23 activités par le biais de kiosques et/ou présentations. Nous estimons avoir rejoint plus de 7 300 personnes lors de ces événements.

Le Carrefour offre aussi diverses options d'activités et de groupes pour les jeunes sur des sujets aussi variées. Dans la dernière année nous avons offert des soirées Chill, des ateliers sur l'Anxiété, des tournois de jeux vidéo, une soirée LGBT2SQ, des soirées d'arts, la création d'une bannière de style graffiti et encore plus. Nous avons aussi accueilli une stagiaire de la Cité collégiale qui, avec notre appui, a mis sur pied une activité reliée à l'estime de soi des jeunes.

Nous vous encourageons à visiter le site web du Carrefour afin de connaître nos partenaires qui font en sorte que nous pouvons offrir un tel service dans nos communautés <https://youthhubs.ca/fr/sites/eastern-champlain/>.

En tout, 115 soirées d'activités et/ou groupe ont été offerts avec l'appui de nos nombreux partenaires pour un total de 789 participants. Dans l'ensemble, le CBJCE a eu une année réussie en organisant et participant à une variété d'événements et d'activités pour la communauté en plus d'offrir des services de soutien pour les jeunes de 12 à 25 ans et leurs parents ainsi qu'en sensibilisant la communauté aux réalités des jeunes et de leurs parents/tuteurs et tutrices. Le CSCE et le Carrefour peuvent également compter sur le support de plusieurs partenaires communautaires.



Marche vers le futur

Cette année aussi, les promoteurs santé en collaboration avec la faculté des sciences de la santé de l'Université d'Ottawa ont offert un nouveau programme appelé Marche vers le futur (MVF). Ce programme a été rendu possible par le projet de renforcement des capacités MVF financé par Santé Canada et la Société Santé en français qui visait des communautés francophones et acadiennes en situation minoritaire.



MARCHE VERS LE FUTUR

Vous avez plus de 55 ans et souhaitez devenir plus actif. Ce programme de 12 semaines est conçu pour vous! Le programme offert en français a fait ses preuves, contribuant à améliorer la force, l'équilibre et à réduire les facteurs de risque de chutes.

1 ÉVALUATIONS Pour déterminer si ce programme est adapté à votre situation et mesurer vos progrès.

2 MOUVES Exercices en groupe adaptés à votre niveau et à votre situation.

À chaque année au cours de laquelle une personne âgée de plus de 65 ans tombe, elle risque de mourir.

Participez à ce programme et mettez toutes les chances de votre côté pour ne pas être de ce nombre!

12 semaines

Capsules et exercices simples, sécuritaires et dynamiques communiqués par vidéoconférence par des animateurs formés.

Vous êtes intéressé(e) à le programme? Contactez Sylvie Thauvette Legros au 613-567-2210, poste 224. sthauvettelegros@cscesteo.on.ca

Un projet appuyé par le soutien financier de la Santé Canada et de l'Université d'Ottawa.

Cette année aussi, les promoteurs santé en collaboration avec la faculté des sciences de la santé de l'Université d'Ottawa ont offert un nouveau programme appelé Marche vers le futur (MVF). Ce programme a été rendu possible par le projet de renforcement des capacités MVF financé par Santé Canada et la Société Santé en français qui visait des communautés francophones et acadiennes en situation minoritaire.

Il s'agit d'un programme de télésanté de prévention des chutes, visant la prévention primaire, c'est-à-dire la réduction des risques futurs chez les gens qui ne sont pas encore chuteurs. Selon la post-évaluation des huit participantes qui ont suivi le programme, le niveau de connaissance sur les chutes a augmenté pour tous (le score de chaque participante a augmenté), et la force fonctionnelle des membres inférieures des personnes évaluées s'est améliorée ou maintenue selon les résultats du test du lever de chaise (<https://cnfs.ca/agees/tests/mesurer-la-capacite-physique/test-du-lever-de-chaise-ftsst>)

Projet de recherche sur les facteurs de risque reliés à la démence

Cette année, l'équipe de santé communautaire a eu l'opportunité de participer dans un projet de recherche, en partenariat avec le Centre canadien sur l'activité et le vieillissement de l'Université Western (étude menée par le Dr. JB Orange et ses collègues). L'objectif de l'étude était de sensibiliser les gens de 55 ans et plus aux facteurs de risque de la démence potentiellement modifiables et de réduire l'isolement social à l'aide de l'outil HARoLD (Healthy Active Living Database).

De récents éléments de preuve ont permis de répéter 12 facteurs de risque potentiellement modifiables pour le développement de la démence, s'élevant à une réduction possible de 40% du risque. Ces facteurs sont la dépression, le diabète, la consommation d'alcool, la déficience auditive, l'hypertension, l'inactivité physique, l'obésité, le tabagisme, l'éducation, la pollution de l'air et les lésions cérébrales traumatiques.

Nous sommes fiers d'annoncer que nous avons réussi à atteindre notre nombre de participants ciblés au CSCE, c'est-à-dire 15 participants. Chaque participant a rencontré un entraîneur communautaire en individuel. L'outil HARoLD fut utilisé par les entraîneurs pour capturer leurs réponses. Immédiatement, à la suite de l'entrevue, le rapport avec les recommandations fut généré par cet outil et ensuite révisé avec les participants. Les participants ont aussi été invités de participer à un groupe focus avec l'équipe de recherche.

Groupe LGBTQ+ Alliés de Prescott-Russell

Le Groupe LGBTQ+ Alliés de Prescott-Russell est un regroupement de bénévoles et d'agences qui a pour but de promouvoir le bien-être, le respect et l'intégration de la communauté 2ELGBTQI+ dans les Comtés unis de Prescott et Russell. Depuis sa création en 2017, le Groupe a offert plusieurs formations, groupe de discussion, activités de revendication et sociales.

La pandémie a grandement affecté les activités du Groupe et les changements post-pandémiques ont poussé le groupe vers une restructuration. Le CSCE et Centraide de l'Est de l'Ontario ont pris un rôle de leadership en devenant coprésidents du Groupe. Le CSCE a accepté la demande de parrainage du Groupe afin d'assurer sa pérennité et de revoir sa structure interne. Le CSCE travaillera davantage avec le Groupe en lui offrant un appui administratif afin de développer une structure administrative afin d'accroître sa capacité à réaliser sa mission.



**Groupe LGBTQ + alliés de
PRESCOTT-RUSSELL
LGBTQ + Allies Group**



PROJET DE RECHERCHE
Facteurs de risque de la démence

Nous sommes à la recherche de 15 participants pour un projet de recherche en partenariat avec le Centre canadien sur l'activité et le vieillissement de l'Université Western, mené par le Dr J.B. Orange et ses collègues.

L'objectif est de sensibiliser les gens de 55 ans + aux facteurs de risque potentiellement modifiables en ce qui a trait à la démence et de réduire l'isolement social.

Des preuves récentes ont identifié douze facteurs de risque potentiellement modifiables pour le développement de la démence, s'élevant à une

et les lésions cérébrales traumatiques.

Si vous acceptez de participer, un promoteur santé du CSCE vous posera des questions au sujet de ces facteurs de risque. Il compilera le tout dans le logiciel HARoLD (Healthy Active Living Database) et un rapport sera généré. Il examinera le rapport avec vous, interprétera les résultats et vous fera des recommandations afin que vous puissiez, si vous le désirez, prendre des mesures pour réduire vos risques.

Vous serez ensuite invité à

PRÉREQUIS

- Avoir 55 ans et +
- Vivre dans la communauté (Ontario) (pas dans un établissement de soins de longue durée)
- Ne pas avoir de diagnostic de troubles cognitifs (pas de démence, ni déficience cognitive légère ou MCI)
- Comprendre l'anglais (le rapport et le groupe de discussion seront en anglais)

INFORMATION

Si vous êtes intéressé(e) à participer à cette étude, s.v.p. contactez Sylvie Thauvette Legros au

Relais-santé

Moral en marche-Mood walks

Des membres de l'équipe de santé communautaire se sont joints à l'Association canadienne pour la santé mentale de Champlain Est pour offrir trois sessions du programme Moral en marche, soit une en été, une en automne et une en hiver. C'est un programme de marche d'une durée de huit semaines qui favorise le bien-être physique et mental. La marche combine l'activité physique et l'exposition à la nature qui ont des effets bénéfiques prouvés sur la santé mentale et physique.



Même si la subvention pour ce programme a pris fin en mars 2022, Ivan Labelle et Eric Marcotte, agents de santé communautaire, continuent de rendre un grand service aux clients internes vivant avec une maladie chronique, de la difficulté en lien avec les déterminants sociaux de la santé, et des limitations en matière de compétences personnelles et sociales.

L'agent de santé communautaire agit comme personne-ressource et de soutien auprès de l'individu et collabore avec les services communautaires et sociaux pour permettre au client de naviguer dans le système de services sociaux, prendre en main sa situation, et accéder aux ressources auxquelles il a le droit et a besoin.

En 2022-2023, 25 clients ont bénéficié de ce programme.



NUTRITION

Nutrition

Le CSCE travaille de concert avec de multiples partenaires afin d'offrir un meilleur accès à la collectivité à des programmes visant à encourager et appuyer le client à vivre en santé avec une maladie ou condition chronique.

Notre équipe de diététistes se tient constamment à l'affût des plus récentes recherches et a participé à plusieurs occasions de formation pour perfectionner leurs connaissances sur les enjeux et les conditions les plus courants, demandés, et importants à la santé et au bien-être de leurs clients, tels l'alimentation des nourrissons et les troubles alimentaires.

L'équipe continue de servir la collectivité selon leur mode de préférence, soit par téléphone, virtuellement, ou en présentiel dans tous nos sites. L'équipe et les clients se sont bien adaptés à l'utilisation de la plateforme MS Teams pour offrir des séances de groupe par vidéoconférence et on réintroduit les cours de groupe en présentiel. Nous continuons d'offrir le programme Craving Change dans un format modifié de six sessions (durée de 90 minutes) pour mieux répondre aux besoins et des clients ainsi que des ateliers d'information sur l'introduction des aliments complémentaires (solides) en collaboration avec la Maison de la famille de Rockland et du Centre ONyVa de Casselman.

Pour obtenir un avis professionnel sur des questions concernant la nutrition ou encore pour s'y retrouver dans l'abondance de renseignements et de croyances liées à l'alimentation, l'équipe de nutrition du CSCE, composé de diététistes professionnels, offre des consultations individuelles sans frais pour tous les groupes d'âge.

Les diététistes sont un membre clé de l'équipe multidisciplinaire du CSCE. Ils sont valorisés pour leur expertise par rapport aux nombreuses conditions traitées en lien avec la nutrition. Par exemple, les demandes pour une consultation avec un diététiste sont fréquentes pour les clients du Programme de réadaptation cardiaque en raison de l'importante influence de la saine alimentation sur la santé du cœur. De plus, les diététistes du CSCE ont collaboré avec leurs homologues du Seaway Valley Community Health centre afin d'adapter et présenter le cours de groupe Alimentation pour un cœur en santé dès avril 2023 à la communauté desservie par le CSCE



PROGRAMMES DE SANTÉ PULMONAIRE ET RÉADAPTATION CARDIAQUE

Programme de santé pulmonaire



Le Programme de santé pulmonaire est offert en collaboration avec le Programme de santé pulmonaire communautaire d'Ottawa du site de santé communautaire Somerset Ouest. Cette année, celui-ci a permis à 295 individus atteints de maladie pulmonaire obstructive chronique (MPOC) à accéder aux services d'une thérapeute respiratoire, soit au site de Bourget, de Crysler, de Embrun, ou de Limoges. Nous sommes reconnaissants du soutien administratif fourni par Corey-Anne Jeurond et Kairi Vera-Sanchez, secrétaires au sein du programme d'éducation sur le diabète.

Programme de réadaptation cardiaque

Le Programme de réadaptation cardiaque, offert grâce à une collaboration avec l'Institut de cardiologie de l'Université d'Ottawa, accueille ses clients en région rurale au site de Bourget depuis déjà cinq ans. À ce jour, plus de 450 clients ont bénéficié de ce programme.

La réadaptation cardiaque est un programme comprenant l'activité physique, éducation et conseils destinés à aider le client à se rétablir après une intervention au cœur ou un problème cardiaque. Ce programme personnalisé lui permet de reprendre ses forces et ses activités de la vie quotidienne, prévient l'aggravation du problème, et réduit les risques de problèmes futurs.



Je traversais une période difficile dans ma vie en ce qui concerne ma santé, donc le fait que j'ai pu faire ma réadaptation si près de chez moi au lieu de me rendre à Ottawa à chaque fois m'a non seulement aidé à me rétablir, mais cela m'a également fait aller à chaque rendez-vous parce que j'ai pu le faire car c'était si près de chez moi...

Certains jours, c'était très difficile pour moi, je me décourageais, surtout quand je faisais un pas en arrière au lieu d'un pas en avant. François était toujours là pour m'encourager, me faire sentir mieux et il ne m'a jamais abandonné. Il m'a guidé et m'a aidé à traverser cette période difficile. François est un excellent atout pour le programme et je suis très reconnaissant qu'il ait fait partie de mon parcours de réadaptation.

Client

EDUCATION AU DIABÈTE

De plus en plus de gens vivent avec un diagnostic de prédiabète ou de diabète dans notre région, comme partout ailleurs dans le monde. Par conséquent, cette augmentation en constante croissance de gens vivant avec un diagnostic de prédiabète ou diabète, apporte un bombardement de nouveaux renseignements et avancements. Peu importe vos interrogations, l'équipe chargée du Programme d'éducation sur le diabète est là pour répondre à vos questions.

Les clients vivant avec le prédiabète ou le diabète font face à des enjeux quotidiens dans la gestion de cette maladie chronique. Que ce soit l'alimentation, la médication, l'autosurveillance des glycémies ou autres, les intervenants du PED sont là pour informer, appuyer, et aider leurs clients à relever les défis quotidiens relativement au prédiabète et au diabète.

Les diététistes professionnels et d'infirmiers agréés dans le cadre du Programme d'éducation sur le diabète offrent des consultations individuelles et en groupe, ainsi que des services d'évaluation des pieds, tout en répondant aux besoins spécifiques des clients. Cette année, nous avons réintroduit avec succès le cours de groupe en présentiel à Cornwall et avons adapté la présentation de la clinique de diabète de l'hôpital de Cornwall pour offrir un contenu plus engageant pour le client. L'équipe travaille en constante collaboration avec les différents professionnels (médecin de famille, IP, pharmacien et autre) impliqués dans les soins de nos clients pour offrir le meilleur des services.

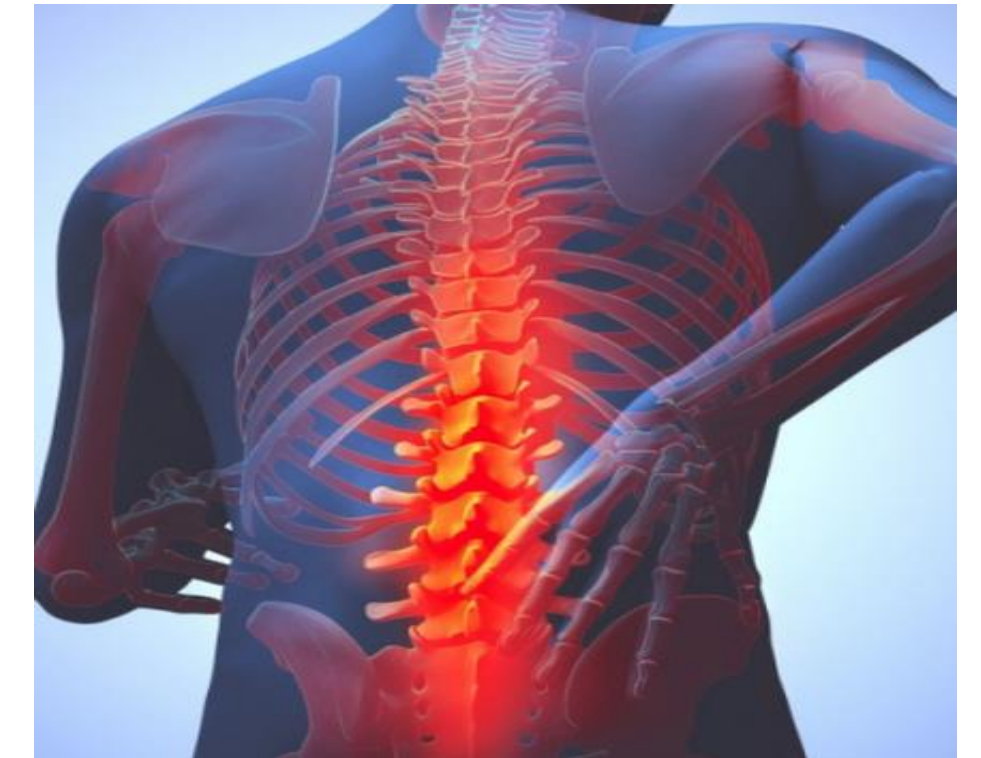


La clinique du diabète en chiffres:

- 714 Nouveaux clients
- 2035 clients servis au cours de l'année
- 5888 consultations individuelles
- 169 consultations de groupes



La lombalgie est le terme médical qui désigne les douleurs au bas du dos soit dans la région des vertèbres lombaires. Ce programme créé en 2015, est offert en permanence depuis 2018 aux sites d'Alexandria et Cornwall ainsi qu'à la Clinique dirigée par du personnel praticien de Glengarry. Cette année, nos chiropraticiens, Angèle Beauclair et Mathieu Paquin, ont accueilli 68 nouveaux clients qui n'auraient pu bénéficier autrement des services d'un chiropraticien en raison d'insuffisance de revenu ou d'assurance.



CLINIQUE DE LA MÉMOIRE



La clinique de mémoire du CSCE d'Embrun dessert les clients de tous les sites du CSCE .

Elle s'inspire d'un modèle de soins primaires axé sur l'évaluation diagnostique précoce et sur le suivi personnalisé des personnes atteintes de troubles cognitifs légers et de démence, et ce, en collaboration avec les proches aidants et les autres intervenants. Des demandes pour des services communautaires sont également initiées selon les besoins de chacun, s'il y a lieu.

Cette clinique a été mise sur pied il y a 5 ans, car la liste d'attente pour accéder aux services à Ottawa était de plus de six mois. De plus, la recherche démontre qu'il est très important pour le client d'une clinique de mémoire d'être évalué dans sa langue maternelle, et aucune clinique de mémoire n'offrait de services en français dans la région à l'époque.



Depuis l'arrivée de ce programme au CSCE en 2019, plus de 62 clients ainsi que leurs proches aidants ont pu profiter de ce service et bien au-delà. 48 d'entre eux demeurent actifs auprès de notre équipe.

Les soins sont offerts selon le modèle du MINT Memory Clinic, fondé par Dre Linda Lee. Afin de s'assurer de maintenir les meilleures pratiques dans le domaine, l'équipe a participé à plusieurs webinaires et formations, dont la formation annuelle de la MINT Memory Clinic.

VIEILLIR CHEZ SOI

Ce programme offre des services de psychothérapie, communautaire, et d'évaluation aux gens de 65 ans et plus habitant le territoire de Prescott-Russell. En plus, les proches aidants sont également supportés dans leurs démarches auprès de la personne vieillissante.

Le programme Vieillir chez soi comprend une gamme de services comme de l'éducation sur le vieillissement, des références à des organismes et du soutien dans les diverses démarches. Le but est d'aider la personne âgée à se maintenir en santé tout en maintenant son autonomie et si possible dans son milieu de vie.

À nouveau durant l'année 2022-2023 l'équipe du programme VCS a proposé des activités de groupe. Chaque groupe répond à des besoins spécifiques. Comme à l'habitude nous avons mis à l'horaire des groupe « relaxation » et « gestion de l'anxiété ». En outre, nous avons proposé à la clientèle le cours « Apprivoisez votre émotivité » au cours duquel on apprend à démystifier le rôle et les mécanismes des émotions tout en cernant l'impact sur l'estime de soi et la relation à l'autre. Pour donner suite à de la demande des clients, nous avons créé une suite au groupe gestion de l'anxiété à savoir le « groupe sur le développement des habiletés ». Ce groupe a pour but d'outiller les participants de sorte qu'ils puissent composer avec les circonstances quotidiennes. Le groupe de la pleine conscience est présentement en action. On y apprend à méditer et à laisser les problèmes de côté. Tous nos groupes sont offerts en virtuellement et en présentiel.

Chez les aînés, les problématiques demeurent comme pour la population en général variée : états de stress post-traumatique, traitement de la dépression et de l'anxiété, les questions de deuils (santé changeante, du partenaire, du lieu de vie), vieillissement, et questionnements sur la sexualité.

En terminant l'équipe du programme Vieillir chez soi cherche toujours à se renouveler. Imaginez où nous serons l'an prochain!



VCS en chiffres:

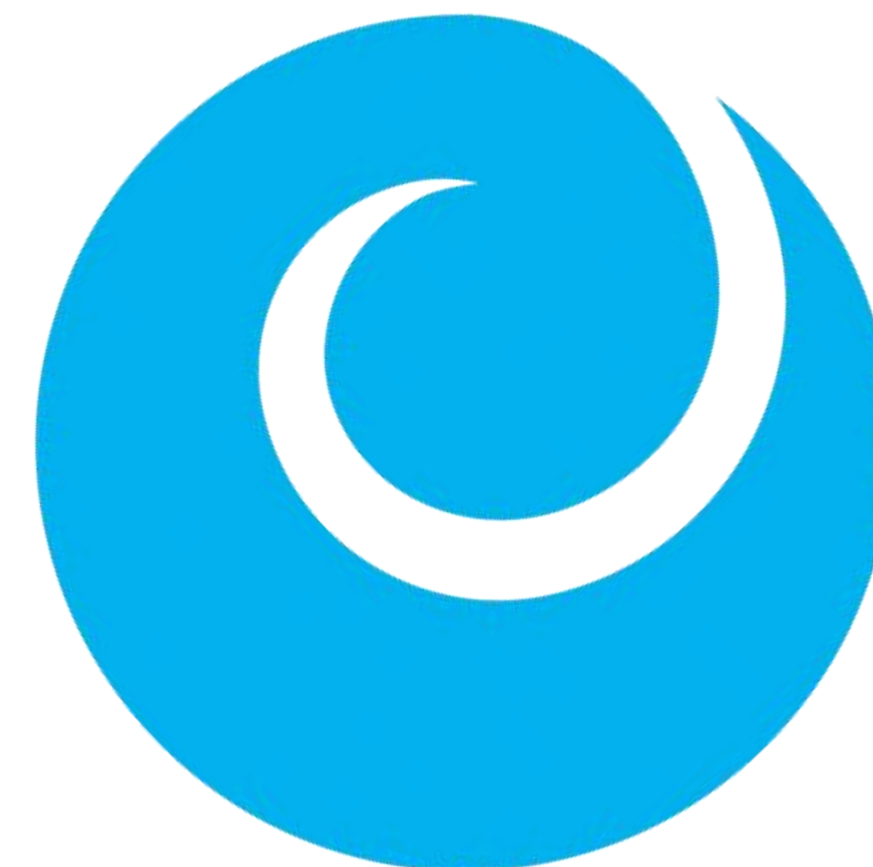
- 25 clients ont participé à 33 séances de groupe pour 167 participations pour un total de 59 heures,
- 53 nouveaux clients ont bénéficié cette année de services de psychothérapie.

ÉTAT DE LA SITUATION FINANCIÈRE AU 31 MARS 2023

ACTIF	
Court terme	1 101 063 \$
Débiteurs	276 675
Frais payés d'avance	222 867
	1 600 605
Immobilisations corporelles	308 387
	1 908 992 \$
<hr/>	
PASSIF ET ACTIF NET	
Court terme	
Créditeurs et frais courus	408 099 \$
Dû à Santé Ontario de l'Est	1 082 800
	1 490 899 \$
Apports reportés afférents aux immobilisations corporelles	308 387
	1 799 286
Engagements contractuels	
Actif net	
Affecté à l'interne	109 706
	1 908 992 \$

ÉTAT DES RÉSULTATS ET DE L'ÉVOLUTION DE L'ACTIF NET POUR L'EXERCICE SE TERMINANT LE 31 MARS 2023

PRODUITS	
Subventions de Santé Ontario de l'Est	
Subvention de base	9,280,102 \$
Subvention non récurrente	357,827 \$
Subvention relative au PÉD	937,286 \$
Subvention relative au projet VCS	288,721 \$
Subvention relative au projet lombalgie	133,258 \$
Autres produits relatifs aux projets divers	732,848 \$
Amortissement des apports reportés afférents aux immobilisations corporelles	77,096 \$
Intérêts et autres produits	42,543 \$
	11,849,681 \$
CHARGES	
Salaires et avantages sociaux	7,449,686 \$
Matériel, fournitures et services	2,161,680 \$
Charges non récurrentes	357,827 \$
Charges relatives au PÉD	937,286 \$
Charges relatives au projet lombalgie	133,258 \$
Charges relatives aux projets divers	730,533 \$
	11,770,270 \$
Excédent des produits sur les charges avant postes sous-mentionnés	79,411 \$
Amortissement des immobilisations corporelles	(77,096) \$
Excédent des produits sur les charges	2,315 \$
Solde de l'actif net au début de l'exercice	107,391 \$
Solde de l'actif net à la fin de l'exercice	109,706 \$



* Des copies de nos états financiers détaillés, vérifiés par BDO Canada s.r.l., sont disponibles pour consultation sur demande.

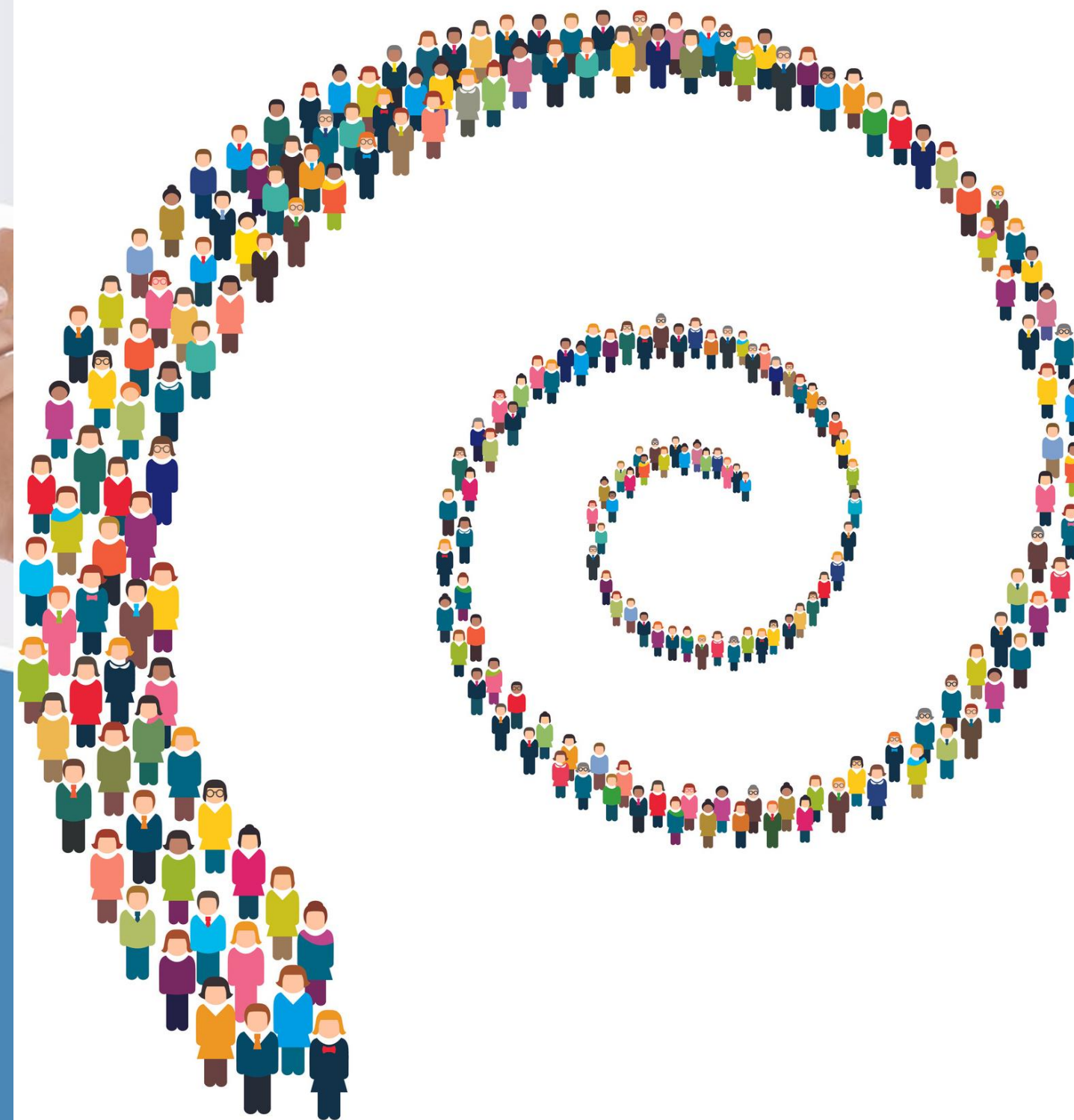
MERCI À TOUS CEUX ET CELLES AYANT CONTRIBUÉ AU RAPPORT ANNUEL 2022-2023!

Centré sur votre santé,
à chacune des étapes
de votre vie.



Centre de santé
communautaire
de l'Estrie

Chaque personne compte.



ALEXANDRIA
5, Main Sud
613 525-5544

BOURGET
2081, Laval
613 487-1802

CORNWALL
841, Sydney
613 937-2683

CRYSLER
1, Nation
613 987-2683

EMBRUN
649, Notre-Dame
613 443-3888

LIMOGES
601, Limoges
613 557-2210

DES SERVICES COMPLETS :

- Santé physique
- Santé mentale
- Santé communautaire

DES SERVICES DIVERSIFIÉS :

- Prévention et éducation
- Nutrition et saine alimentation
- Diabète et gestion des maladies chroniques

SANS FRAIS, SUR RENDEZ-VOUS.



Pour en savoir plus,
appelez-nous ou visitez
notre site Web au :
www.cscestrie.on.ca

