

L'HRP compte moins de patients qui fument et offre un soutien à ceux qui le font

Trois ans après être devenu un lieu sans fumée et avoir mis en place un système de soutien solide pour aider les fumeurs à gérer leurs symptômes de sevrage de la nicotine pendant leur séjour hospitalier, l'Hôpital Régional de Pembroke affiche de bons résultats et une réduction remarquable de la prévalence des patients qui fument.

Un des éléments les plus importants de la création d'un milieu sans fumée, c'est la capacité de fournir un soutien sous forme de thérapie de remplacement de la nicotine (TRP) et de counseling. Le tabagisme est une dépendance à la nicotine et, dans bien des cas, les envies de fumer sont provoquées par des événements stressants, lesquels se produisent souvent dans les établissements de soins de santé.

« Quand les patients sont admis, ceux qui ont fumé au cours des six derniers mois reçoivent du soutien et du counseling », explique le chef de l'équipe de thérapie respiratoire, Martin Burger.

Dans le cadre du counseling, on demande aux patients de parler de leurs antécédents de tabagisme, de préciser le nombre de cigarettes qu'ils fument par jour, de parler de leur état de préparation à l'abandon du tabac et dans quelle mesure ils croient pouvoir maintenir la décision de rester non-fumeurs ainsi que d'où ils en sont dans leur volonté de cesser de fumer.

Moyennant l'ordonnance d'un médecin, on offre gratuitement aux patients hospitalisés les soutiens nécessaires, notamment le timbre, un inhalateur, de la gomme à la nicotine ou des médicaments (Champix ou Zyban).

Après la mise en congé de l'hôpital, les patients ont accès à un formidable service de suivi gratuit sous forme d'un système interactif par réponse vocale coordonné par l'Institut de cardiologie de l'Université d'Ottawa.

Depuis 2006, lorsque l'Hôpital Régional de Pembroke a fermé ses deux salles pour fumeurs hospitalisés et interdit l'usage du tabac à moins de 9 mètres (30 pieds) de toute entrée ou sortie en vertu de la *Loi favorisant un Ontario sans fumée*, 3 900 patients, soit de 90 à 100 patients par mois en moyenne, ont reçu du counseling.

Depuis, le taux de patients hospitalisés qui fument est à la baisse. Des statistiques annuelles fournies par l'Institut de cardiologie révèlent que l'HRP a offert du counseling à 91 % des fumeurs admis à l'hôpital.

« Selon le consensus, la prévalence des fumeurs a sensiblement diminué. En effet, comme l'indiquent les statistiques, le nombre de fumeurs s'est affaibli et de plus en plus de patients acceptent de suivre une thérapie de remplacement de la nicotine pendant qu'ils sont hospitalisés », ajoute M. Burger.

En 2007, 29 % des patients admis fumaient, par rapport à 23 % en 2013. L'an dernier seulement, 244 patients de l'HRP ayant participé à des consultations sur l'abandon du tabac ont cessé de fumer et n'avaient toujours pas recommencé à fumer six mois après leur congé de l'hôpital.

Un des aspects distinctifs du programme offert par l'HRP, c'est qu'il figure parmi les rares programmes d'abandon du tabac en milieu hospitalier à être géré par le Service de thérapie respiratoire, qui offre du counseling dans tous les domaines cliniques sauf à l'Unité des soins de santé mentale de courte durée, où le service est assuré par le personnel infirmier.

« Tous les membres du personnel du Service de thérapie respiratoire reçoivent une formation fondée sur le modèle d'abandon du tabac de l'Institut de cardiologie de l'Université d'Ottawa et le fait que nous soyons un petit groupe a contribué à la réussite du programme, affirme M. Burger en ajoutant que le programme pour patients hospitalisés connaît beaucoup de succès grâce à l'approche adoptée par le personnel auprès des patients. Le message clé, c'est que nous sommes là pour appuyer les patients et pour apaiser leurs envies de fumer et leurs symptômes de sevrage pendant leur séjour à l'hôpital – nous ne sommes pas là pour les forcer à cesser de fumer. »

M. Burger indique que son équipe prévoit poursuivre ses efforts dans l'espoir de réduire le taux de prévalence davantage.

« Nous travaillons en étroite collaboration avec l'Institut de cardiologie, qui nous tient au fait des nouvelles stratégies et des nouveaux produits, entre autres, et nous avons la possibilité d'assister à des événements éducatifs tels que les ateliers annuels sur l'abandon du tabac. Deux fois par année, le coordonnateur du programme d'abandon du tabac vient animer des ateliers à l'intention des membres du personnel de soins infirmiers pour les renseigner sur le programme et sur les ressources disponibles – il insiste sur l'importance de communiquer les renseignements aux patients, aux familles et aux visiteurs », conclut M. Burger.

Conformément à la politique antitabac de l'Hôpital Régional de Pembroke, il est interdit de fumer sur le terrain de l'hôpital et dans les parcs de stationnement.

Le Réseau local d'intégration des services de santé de Champlain appuie le réaménagement des installations chirurgicales et de l'Unité centrale de stérilisation

Bonne nouvelle! À sa réunion ordinaire tenue le 28 août, le conseil du Réseau local d'intégration des services de santé (RLISS) de Champlain a appuyé, à l'unanimité, notre

projet de réaménagement des installations chirurgicales et de l'unité centrale de stérilisation.

Avalisé par le ministère de la Santé et des Soins de longue durée, ce projet vise à moderniser l'aire de chirurgie d'un jour, l'Unité de soins chirurgicaux, l'Unité centrale de stérilisation, le Service d'évaluation préopératoire et les services de soutien, lesquels se trouvent actuellement dans des installations inadéquates et désuètes.

L'examen effectué par le RLISS a confirmé que ce projet cadre parfaitement avec le Plan de services de santé intégrés du RLISS de Champlain et le Plan d'action de l'Ontario en matière de soins de santé.

La réalisation de ce projet permettra à un plus grand nombre de personnes de recevoir des soins de qualité près de chez elles et réduira les temps d'attente, surtout pour ce qui est des chirurgies orthopédiques et des chirurgies du cancer, soit deux domaines prioritaires pour le RLISS.

L'approbation du conseil du RLISS permet au ministère de la Santé et des Soins de longue durée de passer à la prochaine étape, laquelle comprend une planification plus détaillée et d'autres approbations.

L'approbation du programme d'orthopédie de l'HRP

À sa réunion du 26 juin, le conseil du Réseau local d'intégration des services de santé (RLISS) de Champlain a approuvé la mise en place d'un programme régional de services d'orthopédie, lequel comprend l'élaboration d'un programme complet de soins chirurgicaux orthopédiques à l'Hôpital Régional de Pembroke. L'atteinte de ce jalon est un objectif stratégique de longue date de notre hôpital.

François Lemaire, vice-président des services de soins aux patients et des soins actifs et chef des soins infirmiers, a entamé un processus de planification et de consultation avec les médecins, le personnel et nos partenaires en soins de santé dans le but d'établir à l'HRP un programme d'orthopédie qui répondra le mieux possible aux besoins de nos patients. Nous envisageons que le programme prendra de l'essor progressivement et qu'il atteindra son état définitif d'ici deux ou trois ans.

De plus, nous poursuivons nos efforts dans le but d'acheter et d'installer notre nouvel appareil d'IRM, ce qui s'avère essentiel à l'établissement du programme à l'HRP. Nous avons pratiquement achevé la sélection et l'acquisition de l'appareil et nous prévoyons recevoir l'approbation pour procéder à l'appel d'offres pour la construction de l'espace nécessaire cet automne. Si tout se passe comme prévu, ce service d'IRM devrait être complètement fonctionnel à la fin de l'automne 2014.

Le partenariat regroupant l'HRP et le Réseau Trillium pour le don de vie donne lieu au premier prélèvement d'organes réussi

Depuis qu'il s'est joint au Réseau Trillium pour le don de vie (RTDV) au printemps dernier, l'Hôpital Régional de Pembroke vient de réussir son premier prélèvement de plusieurs organes.

En tant que partenaire au sein du programme de signalement courant aux fins d'admissibilité au don de l'Ontario, l'HRP est tenu de signaler au RTDV tous les décès de patients afin de déterminer les donneurs possibles et de lancer le processus d'obtention du consentement auprès des familles.

Un tel consentement a été reçu l'été dernier quand, malgré le fait qu'il avait reçu les meilleurs soins médicaux possible, un homme a rendu l'âme. Comme il avait fait savoir à sa famille qu'il voulait faire don de ses organes, celle-ci a consenti dans l'espoir qu'un événement heureux allait résulter de sa tragédie.

Le RTDV compte sur l'établissement de partenariats avec les hôpitaux comme l'HRP pour s'assurer de sauver le plus grand nombre de vies possible en Ontario grâce au don et à la transplantation d'organes.

« Sans nos partenaires dans les hôpitaux ontariens, comme l'HRP, nous ne pourrions pas sauver la vie des personnes qui attendent une transplantation », explique le président-directeur général du RTDV, Ronnie Gavsie.

« Nous avons pour but de faire en sorte que, aux termes de la vie, toutes les possibilités de don d'organes ou de tissus soient établies et que, moyennant le consentement des familles, nous sauvions et améliorions le plus grand nombre de vies possible. »

Grâce au don fait par cette famille :

- Une personne a reçu une greffe de cœur, qui lui a sauvé la vie;
- Une autre personne a reçu une greffe de foie, qui lui a sauvé la vie;
- Un homme et une femme ont reçu une greffe de rein, qui leur a sauvé la vie;
- Deux personnes ont reçu le cadeau de la vue grâce au don des yeux.
- La vie de bon nombre d'autres personnes pourrait être transformée grâce au don d'îlots pancréatiques.

Ces receveurs ont maintenant la possibilité de profiter de bons moments et d'une meilleure qualité de vie avec leur famille, ce qui n'aurait peut-être pas pu être possible sans le don.

« L'HRP reconnaît le potentiel du programme ainsi que la valeur thérapeutique pour les receveurs et les familles endeuillées qui consentent au don d'organes et de tissus ainsi que le fait que ces dons font partie intégrante de la qualité des soins en fin de vie », explique François Lemaire, vice-président des services de soins aux patients et des soins actifs et chef des soins infirmiers ainsi que responsable local du Réseau Trillium pour le don de vie.

Les signalements de décès se font actuellement au Service des urgences et à l'Unité des soins intensifs.

Si vous voulez enregistrer votre consentement au don d'organes et de tissus ou pour vérifier votre statut d'inscription, visitez www.soyezundonneur.ca.

Vous pouvez aussi vous inscrire en personne à un des centres de ServiceOntario ou en téléchargeant le formulaire de consentement au don de vie du site www.soyezundonneur.ca et en l'envoyant par la poste.

Réseau Trillium pour le don de vie

Un donneur peut sauver jusqu'à huit vies et améliorer la vie de 75 autres personnes.

The Woodworking Factory (La fabrique des artisans du bois) célèbre sa réouverture officielle

Le 25 juillet, un atelier d'ébénisterie local, qui est considéré par bon nombre de personnes comme une « perle rare » ou « le secret le mieux gardé de Pembroke », a célébré sa réouverture officielle.

The Woodworking Factory, maintenant situé au 130, rue Belmont, à Pembroke, est un atelier sans but lucratif unique en son genre qui appartient aux services communautaires de santé mentale de l'HRP et qui est exploité par ceux-ci.

Reconnu pour sa production de meubles solides faits sur mesure, et ce, à prix abordable, l'atelier d'ébénisterie est aussi un endroit où les participants bâtissent ou regagnent leur confiance et acquièrent ou perfectionnent des habiletés. Quant aux bénévoles, ils retrouvent un sens à leur vie et ressentent une fierté à l'égard de tout ce qu'ils accomplissent.

L'atelier, qui a vu le jour il y a 23 ans, se trouvait à l'origine dans l'aile Lorrain de l'hôpital et faisait partie d'un programme d'artisanat destiné aux clients des services de

santé mentale. Au fil des ans, l'expansion du programme a nécessité un déménagement; on a donc d'abord installé celui-ci au Hillsboro Court, au centre-ville de Pembroke, puis, au cours des 10 dernières années, à l'ancien emplacement de Middlestadt's Bakery.

Les rénovations et les améliorations effectuées à l'emplacement de la rue Belmont depuis près d'un an ont donné lieu à un atelier où l'équipe espère rester pendant bon nombre d'années à venir.

L'atelier est ouvert du lundi au vendredi, de 9 h à 16 h. Selon le gérant, Paul Frederick, grâce au plus grand espace, il sera possible d'étendre la gamme des produits. Ce dernier se réjouit à la perspective de servir les gens de la communauté à partir du nouvel emplacement.

Le Service de prévention de l'accident vasculaire cérébral aide les patients à éviter l'hospitalisation et les AVC à répétition

Beverley, résidente de la place, ne savait pas trop à quoi s'attendre après avoir subi un léger AVC au printemps 2011. Heureusement, elle n'a toutefois eu aucun effet à long terme et n'a pas eu besoin de réadaptation.

Par conséquent, et en raison de son pronostic, son médecin l'a orientée vers le Service de prévention de l'AVC, lequel est géré par l'Hôpital Régional de Pembroke par l'entremise du Centre de district pour le traitement des AVC, où elle a subi un examen complet et une évaluation des facteurs de risque en plus de participer, à sa demande, à quelques visites de suivi.

« Je n'ai que de bonnes choses à dire au sujet du Service de prévention de l'AVC. Le médecin responsable, la D^{re} Debbie Timpson, a été magnifique, le personnel était sympathique et dynamique et je me sentais très à l'aise », affirme Beverley. Elle se dit reconnaissante d'avoir eu accès à un service de la sorte dans la région quand elle en a eu besoin.

Établi en mars 2011, le Service de prévention de l'AVC est ouvert cinq demi-journées par semaine sous la direction de la D^{re} Timpson, physiatre à l'HRP qui s'intéresse vivement aux soins des victimes d'un AVC.

Surtout destiné aux patients ayant subi un accident ischémique transitoire (AIT), ce service offre aux patients qui y sont orientés un accès rapide aux services d'imagerie diagnostique, à une évaluation de l'état de santé, à un diagnostic et au traitement nécessaire.

La plupart des patients sont orientés par un des services des urgences de la région ou par un médecin de famille. En moyenne, ils voient un médecin de trois à sept jours après l'apparition des symptômes.

Conçu pour servir de complément aux soins fournis par les médecins de famille des patients, le Service de prévention consiste largement à éduquer les patients et les familles au sujet des signes avertisseurs d'un AVC, de l'établissement des facteurs de risque et des meilleures façons de changer son mode de vie conformément aux recommandations pour les pratiques optimales de prévention d'un AVC.

On peut aussi, au besoin, orienter les patients vers d'autres services dans des domaines comme la neurologie, la neurochirurgie, la nutrition, le diabète, la réadaptation cardiovasculaire et l'abandon du tabac, entre autres.

« La gestion en consultation externe des AIT a pour but d'assurer un accès et une gestion rapides afin de réduire le risque de récurrence d'un AVC, qui pourrait s'avérer plus grave », explique la D^{re} Timpson, qui souligne qu'il a été clairement prouvé que les AIT et les AVC légers peuvent être des états instables que l'on considère comme des signes de risque élevé d'un AVC ou d'autres troubles vasculaires à l'avenir, voire de mort.

En règle générale, les patients ont un rendez-vous, dans le cadre duquel on effectue un examen complet, puis des rendez-vous de suivi au besoin.

Lisa Keon, infirmière autorisée, indique que, depuis son ouverture, le Service de prévention a accueilli 245 patients et effectué 27 rendez-vous de suivi.

Le Service de prévention de l'AVC de Pembroke est un des cinq services de la sorte exploitée au sein du Réseau Régional des AVC de Champlain conformément aux recommandations pour les pratiques optimales de soins de l'AVC et de sensibilisation en matière d'AVC. Pour en savoir plus long, appelez le 613 732-3675, poste 6640.

On réalise d'énormes progrès à l'appui de l'expansion de la télémédecine dans le comté de Renfrew

On a réalisé des gains remarquables dernièrement au chapitre de la télémédecine, lesquels ont permis à l'HRP, en collaboration avec des partenaires locaux et régionaux, de créer de nouvelles possibilités d'offrir d'autres services près de chez nous.

« Au cours des deux dernières années, on a réalisé d'énormes progrès grâce au financement accru accordé par le Ministère qui a permis l'embauche de quatre

infirmières auxiliaires autorisées à l'appui de l'expansion de la télémédecine dans le comté de Renfrew », indique la responsable de la télémédecine à l'HRP, Karen Roosen.

Par conséquent, les services de télémédecine englobent maintenant les rendez-vous préopératoires et postopératoires ainsi que les services offerts dans les domaines suivants : santé mentale et toxicomanie, prédiabète et diabète et états de santé complexes.

En tant que pionnier dans l'utilisation de la vidéoconférence bilatérale, l'HRP a évolué pour passer du premier hôpital de la province à mettre cette technologie en pratique à l'un des lieux de télémédecine parmi la vingtaine d'emplacements de télémédecine de la région de Champlain qui ont multiplié leurs ressources donnant l'accès à un plus grand nombre de spécialistes et de services spécialisés.

Comme les services de télémédecine sont maintenant offerts par l'entremise du Réseau Télémédecine Ontario (OTN), le recours à ces services a grimpé en flèche. En effet, on utilise maintenant les séances de télémédecine dans les domaines spécialisés suivants : psychiatrie, cardiologie, dermatologie, néphrologie (reins), pédiatrie, consultations en endocrinologie, soins infirmiers et consultation en diététique.

M^{me} Roosen explique que, au cours de la dernière année seulement, il y a eu 3 000 nouveaux rendez-vous de télémédecine d'un bout à l'autre du comté, soit le double du taux moyen d'expansion et de croissance du programme.

En tant que responsable administratif, l'HRP figure parmi les quatre emplacements de télémédecine en milieu hospitalier du comté à avoir reçu les fonds supplémentaires affectés aux services des infirmières auxiliaires autorisées à l'appui de l'expansion de la télémédecine dans notre région. On a conclu des ententes de services avec des hôpitaux à Renfrew, à Deep River et à Barry's Bay. Par conséquent, les résidents de ces régions ont également accès à un éventail de services qui nécessiteraient autrement beaucoup de déplacements.

Les statistiques témoignent du succès et de la croissance remarquable de la télémédecine dans tous les emplacements hospitaliers du comté de Renfrew.

Citons parmi les domaines particuliers qui ont connu une croissance récente les services de santé mentale et de traitement de la toxicomanie, qui ont pris de l'essor dans la région de Renfrew, ainsi que les évaluations préopératoires effectuées par les infirmières chez les personnes qui vivent dans les régions environnantes et qui subiront une chirurgie à Pembroke.

« Nous faisons ces évaluations préopératoires par télémédecine depuis quelques mois dans le cadre d'un projet pilote et nous sommes prêts à commencer à effectuer de telles évaluations régulièrement. La prochaine étape sera la mise en place des évaluations préanesthésiques », ajoute M^{me} Roosen.

Les patients présentant des états de santé complexes peuvent maintenant être orientés vers des services comme les services de podologie (soins des pieds) par l'entremise de la télémédecine, ce qui s'avère une autre sphère de croissance du système. Les consultations en urologie sont aussi possibles, c'est-à-dire que le chirurgien peut avoir recours à la télémédecine pour consulter ses collègues en ce qui concerne les cas complexes.

La télédermatologie compte aussi parmi les nouveaux programmes. Habituellement, il faut attendre jusqu'à un an pour consulter un dermatologue, mais maintenant, grâce à la télémédecine, une infirmière auxiliaire autorisée prend une photo aux fins d'évaluation et l'envoie à un dermatologue qui peut faire des recommandations au médecin de famille en moins d'une semaine.

« Nos services de cardiologie et de neurologie continuent à prendre de l'essor. Quant aux services d'abandon du tabac, elles sont au stade d'essai et nous explorons la possibilité d'offrir des services de cancérologie et des soins palliatifs ainsi que des services de réadaptation cardiaque moyennant le soutien de l'Institut de cardiologie de l'Université d'Ottawa », ajoute M^{me} Roosen, précisant qu'on s'attend à voir une croissance dans ces domaines au cours de l'année à venir.

En tant que coprésidente du comité régional de coordination de la télémédecine de Champlain, qui tient une réunion tous les trois mois, M^{me} Roosen indique que le comité a récemment envoyé un sondage commun aux clients et aux fournisseurs de services de télémédecine dans le but d'évaluer la satisfaction des patients et celle des fournisseurs d'un bout à l'autre de la région de Champlain. « Nous travaillons tous en collaboration et avons tous la même priorité, soit de fournir les services le plus près possible du domicile du patient. »

Un membre du personnel de l'HRP nommé éducatrice exceptionnelle en diabète

Le 15 août, Mary Ann Carroll, à droite, a reçu le « Prix d'excellence en enseignement du diabète » parrainé par Wholesale Medical/Oracle (fabricant de glucomètres).

Ce prix lui a été remis par Michele Smith, qui a posé sa candidature. Cette dernière décrit Mary Ann comme un exemple de personne qui non seulement se consacre à la prestation de soins ayant fait leurs preuves, mais qui manifeste aussi beaucoup d'empathie et de compassion envers les personnes qui vivent avec le diabète.

Mary Ann travaille dans l'ombre depuis de nombreuses années dans le but de promouvoir l'excellence dans l'enseignement du diabète en s'assurant que les

professionnels qui choisissent de devenir éducateurs en diabète agréés passent un examen valide qui sert à évaluer leurs compétences.

Mary Ann personnifie le concept de soins axés sur le client et est un mentor professionnel exceptionnel. Sa photo sera affichée au « Temple de la renommée » d'Oracle ainsi que sur la page Facebook de l'entreprise.

L'HRP offrira un nouveau programme de prévention des chutes en partenariat avec des centres de santé communautaire locaux

Reconnaissant que les chutes sont de loin la cause la plus courante de blessures graves et d'hospitalisation chez les personnes âgées de la province, le gouvernement de l'Ontario a investi 10 millions de dollars dans un nouveau programme d'exercice et de prévention des chutes dans le but d'aider les aînés à rester actifs, en bonne santé et autonomes.

En partenariat avec les centres de santé communautaire de Whitewater Bromley, Rainbow Valley et North Lanark, l'Hôpital Régional de Pembroke compte parmi plusieurs emplacements hôtes du programme, lequel est subventionné par l'entremise du Réseau local d'intégration des services de santé (RLISS) de Champlain.

Conçu pour réduire le risque de chute chez les personnes âgées et les autres populations à risque, le nouveau Programme de prévention des chutes est offert gratuitement aux personnes âgées et consiste en 12 séances consécutives qui ont lieu deux fois par semaine.

Chaque cours comprend des évaluations faites par un physiothérapeute et une séance d'exercice de groupe d'une heure dirigée par un animateur ayant reçu la formation nécessaire qui met l'accent sur le renforcement musculaire et l'équilibre. On offre aussi une éducation sur la prévention des chutes et la détermination des risques dans la communauté et à domicile.

De plus, on enseigne des exercices à faire à la maison.

Les cours de prévention des chutes pourraient être utiles aux personnes à risque de faire une chute ou de subir une fracture ainsi qu'aux personnes qui éprouvent des difficultés liées à l'équilibre et à la coordination.

Le programme pourrait ne pas convenir aux personnes qui utilisent une marchette, un scooter ou un fauteuil roulant, ni à celles qui ont un trouble cognitif qui les empêche de suivre facilement des instructions ou aux personnes qui ont fait plusieurs chutes

inexpliquées ou qui ont subi des changements sur le plan de la capacité motrice, lesquels nécessitent une évaluation plus poussée.

Pour en savoir plus long, appelez le Service de physiothérapie en consultation externe de l'Hôpital Régional de Pembroke au 613 732-3675, poste 8048, ou parlez à votre fournisseur de soins de santé.

La prochaine session débute en janvier.

Vous voulez faire du bénévolat? Pourquoi ne pas vous joindre aux Auxiliaires de l'HRP?

Les Auxiliaires de l'HRP accueillent quiconque veut faire du bénévolat dans ses temps libres. Le bénévolat est une excellente occasion de rencontrer du monde et de faire de nouvelles connaissances.

Les Auxiliaires ont promis un don de 1 million de dollars à la campagne de financement en vue de l'acquisition d'un appareil d'IRM.

Tous les bénéfices découlant des activités organisées sont directement versés à cette campagne des plus utiles.

Les bénévoles peuvent travailler quelques heures par mois, ou plus s'ils le veulent. Aucune expérience n'est nécessaire. La formation et le mentorat sont offerts de façon continue aux bénévoles.

Les Auxiliaires de l'HRP sont à la recherche de bénévoles pour donner un coup de main au café Mural et à la boutique de cadeaux Sunshine ainsi qu'aux bingos et à la vente des billets HELPP.

Les quarts de travail au café : du lundi au vendredi, de 8 h à 12 h et de 12 h à 16 h (deux bénévoles par quart).

Les quarts de travail à la boutique de cadeaux : de 10 h à 13 h; de 13 h à 16 h et de 19 h à 20 h 30.

Au bingo, les quarts de travail durent deux heures ou quatre heures le mardi après-midi.

Quant à la vente des billets HELPP, les quarts de travail sont du lundi au vendredi, de 10 h à 12 h 30 et de 12 h 30 à 15 h.

Si vous voulez faire du bénévolat, appelez le 613 732-3675, poste 6169.