

**Le programme Chez soi avant tout aide les patients qui rentrent à la maison après un séjour à l'hôpital...**  
**Le cas d'une patiente**

Il y a trois ans, Evelyn Wren, une résidente de Pembroke, était très active et autonome. Cette femme de 78 ans vivait seule et pouvait se rendre n'importe où en voiture.

Malheureusement, tout a changé en août 2009, quand elle est tombée et s'est fracturé la colonne vertébrale.

Evelyn a dû subir de nombreuses chirurgies et elle a été hospitalisée pendant un total de neuf mois à Ottawa et à l'Hôpital Régional de Pembroke, où elle a terminé sa réadaptation.

Sa fille, Rose-Mary Jamieson, a précisé qu'à cause de sa blessure et de ses chirurgies, Evelyn était devenue incapable de prendre soin d'elle-même. Avant qu'elle ne quitte l'hôpital, sa famille a décidé avec regret de vendre sa maison et son véhicule.

Peu après, une autre décision difficile s'imposait : celle d'envisager l'admission dans un établissement de soins de longue durée. Mais ni Evelyn ni sa famille n'étaient disposés à accepter cette possibilité.

Ils se sont donc mis à la recherche d'une autre solution d'hébergement en fonction des soins dont Evelyn avait besoin.

C'est ainsi qu'un an après son accident, Evelyn s'est retrouvée au Heritage Manor de Pembroke où, deux fois par jour, elle a reçu des services communautaires de soutien adaptés à ses besoins.

Depuis qu'elle habite dans un milieu de type résidentiel, Evelyn a repris des forces et de l'autonomie; elle a besoin de moins de soins et elle peut marcher un peu. C'est là un progrès considérable pour elle, qui était immobilisée.

Le cas d'Evelyn est un exemple parfait de l'utilité pour nos patients du programme de transition de l'hôpital au domicile Chez soi avant tout financé par la province et les principes de celui-ci.

Conçu pour faire en sorte que les patients, particulièrement des personnes âgées ayant de nombreux besoins, puissent continuer à vivre chez elles grâce à des mesures de soutien, le programme de transition de l'hôpital au domicile Chez soi avant tout a pour objectif fondamental d'aider les personnes âgées à se rétablir et à vivre de la façon la plus autonome possible, afin d'éviter leur admission précoce dans un foyer pour personnes âgées.

Pour ce faire, le plan de traitement à l'hôpital, de l'admission au congé, est axé sur ce qu'il faut faire pour que le patient se rétablisse suffisamment afin de pouvoir rentrer chez lui; dans ce but, on met beaucoup l'accent sur sa mobilité et son autonomie.

Dans le cadre de ce programme, qui est administré dans notre région par le Centre d'accès aux soins communautaires de Champlain, les patients âgés qui reçoivent leur congé de l'hôpital se voient offrir des services améliorés, notamment des soins infirmiers, une thérapie et des services de soutien personnel à domicile.

Le gestionnaire de cas du CASC rencontre le patient et sa famille, de même que le personnel de l'hôpital qui lui prodigue des soins, afin de déterminer s'il répond aux critères du programme et le nombre d'heures de soins nécessaires pour l'épauler à la maison pendant les deux premiers mois après son congé de l'hôpital.

Dès son retour à la maison, chaque client est suivi de près par un gestionnaire de cas du CASC qui évalue régulièrement le niveau et les types de services dont il a besoin pour demeurer chez lui en toute sécurité.

L'Hôpital Régional de Pembroke a été l'un des trois hôpitaux du Réseau local d'intégration des services de santé (RLISS) de Champlain qui ont été choisis pour élaborer un processus d'amélioration aux fins du programme Chez soi avant tout afin que les principes de ce programme soient adoptés dans l'ensemble de l'hôpital.

En collaboration avec des membres du personnel du CASC, l'équipe de projet de l'HRP élabore des processus d'amélioration qu'elle partagera avec tous les hôpitaux de la région de Champlain, afin d'aider des gens comme Evelyn à retrouver leur autonomie.

Aujourd'hui, près de trois ans après sa chute, Evelyn a fait des progrès tels qu'elle est sur le point d'emménager dans son propre appartement. « Être chez soi, ça fait toute la différence », dit-elle.

Evelyn affirme que retrouver sa force et sa motivation lui a vraiment remonté le moral. « Après ma chute, les médecins m'ont dit que je ne marcherais plus, mais ils ont ajouté, "vous pourriez nous surprendre", et c'est ce que j'ai fait. J'utilise encore une marchette, mais j'en fais un peu plus chaque jour. »

### **Modification des voies d'accès à l'HRP pour protéger la sécurité publique**

Par souci de sécurité, la West Champlain Healthy Community Corporation (WCHCC) et l'Hôpital Régional de Pembroke (HRP) ont modifié les voies d'accès à l'hôpital dans le but d'aménager des voies séparées pour les

**véhicules d'urgence et pour le grand public.**

**« La sécurité des patients et des visiteurs est notre priorité; c'est pourquoi nous avons décidé de modifier nos voies d'accès pour éviter que les véhicules publics, les véhicules d'urgence et les piétons n'empruntent la même voie pour se rendre au Service des urgences », a affirmé Pierre Noël, président et directeur général de l'HRP.**

**« La West Champlain Healthy Community Corporation a apporté des améliorations temporaires à la fin de l'automne dernier, en attendant de faire des changements permanents ce printemps », a précisé Jeffrey Weatherill, président et directeur général de la WCHCC.**

**Les modifications apportées sont les suivantes :**

**Aménagement d'une voie d'accès réservée exclusivement aux véhicules d'urgence qui arrivent par la rue Mackay.**

**Le public doit maintenant accéder à l'hôpital par la rue Deacon.**

**Une voie à sens unique a été aménagée du côté nord de la rue Deacon pour déposer les patients.**

**Toutes les places de stationnement du côté nord de la rue Deacon sont désormais réservées aux personnes handicapées.**

**Tous les autres patients et visiteurs doivent maintenant se garer dans les nouveaux terrains de stationnement réaménagés et protégés, du côté sud de la rue Deacon.**

### **Renseignez-vous sur votre hôpital**

**Aimeriez-vous en savoir plus sur l'Hôpital Régional de Pembroke, ses programmes et services ou d'autres sujets liés à la santé?**

**Nous pouvons vous renseigner sur une foule de sujets, mettre des conférenciers à votre disposition et vous donner un aperçu de notre hôpital dans notre nouvelle présentation multimédia intitulée *Your Hospital, Caring For You*.**

**Si vous connaissez un club philanthropique, un groupe confessionnel, un groupe communautaire ou un autre organisme qui aimerait réserver un conférencier ou une présentation, veuillez vous adresser à notre coordonnatrice des affaires publiques et des communications par téléphone au 613 732-3675, poste 6165, ou par courriel à l'adresse [pr@pemreghos.org](mailto:pr@pemreghos.org).**

## Fondation de l'HRP

Par l'entremise de la Fondation, des particuliers, des entreprises, des clubs philanthropiques et des organismes communautaires continuent d'améliorer la qualité des soins de santé prodigués dans notre région, et nous leur en sommes très reconnaissants.

### Événements de tierces parties

Nous avons le privilège de recevoir le produit d'événements organisés par d'autres organismes.

Les Chevaliers de Colomb ont recueilli plus de 31 000 \$ lors de leur Classique de golf annuel Pat Harrington de 2011, qui a été une grande réussite. Au total, les Chevaliers de Colomb ont fait don de plus de 400 000 \$ à la Fondation de l'Hôpital Régional de Pembroke. Voilà un trou d'un coup pour nos soins de santé locaux!

### Legs testamentaires et dons en souvenir d'un être cher

Un legs testamentaire est un geste qui témoigne de façon éloquente des valeurs personnelles du donateur; il l'immortalise en veillant à la santé et au bien-être de la collectivité et des membres de sa famille, des années durant.

Récemment, la Fondation de l'HRP a été désignée bénéficiaire d'un legs de Johanna Marguerite Mayhew. Marguerite, de même que son mari Grenville, étaient des membres actifs de la collectivité et cherchaient à faire avancer les soins de santé dans la région.

Afin d'exprimer leur reconnaissance pour les soins qu'ils ont reçus au fil des ans, ils ont légué leurs biens à plusieurs organismes locaux de bienfaisance du secteur des soins de santé.

### Club de dons mensuels

Nous vous invitons à vous joindre à notre nouveau club de dons mensuels Ensemble pour la santé (Healthcare Together Monthly Giving Club). C'est un moyen facile d'appuyer les soins de santé locaux tout au long de l'année.

Un don mensuel de 20 \$ vous donne droit annuellement à un reçu officiel de 240 \$. Si 450 personnes se joignaient à notre club, nous pourrions recueillir plus de 100 000 \$ par année pour notre hôpital.

Ensemble, nous bâtissons une collectivité plus saine. Pour des précisions, veuillez visiter notre site Web ou téléphoner au bureau de la Fondation.

**Nous sommes un organisme de bienfaisance enregistré et délivrons des reçus pour tout don.**

**Nous sommes situés au rez-de-chaussée de la tour A de l'Hôpital Régional de Pembroke. Téléphone : 613 732-2811, poste 7408. Télécopieur : 613 732-6360. Courriel : [foundation@pemreghos.org](mailto:foundation@pemreghos.org) Site Web : [www.prhfoundation.com](http://www.prhfoundation.com).**

### **Gala Noir et Blanc**

**Depuis 2004, la Fondation, en collaboration avec des leaders communautaires dévoués, est chaque année l'hôte de l'élégant gala Noir et Blanc.**

**Jusqu'à maintenant, cet événement a permis de recueillir plus d'un demi-million de dollars pour les soins de santé locaux.**

**En 2011, la Banque Scotia a appuyé le gala Noir et Blanc en versant un « don d'humanité » de 10 000 \$, portant son investissement total dans les soins de santé locaux à plus de 101 000 \$!**

**Avec le temps, les dons s'accumulent!**

**Inscrivez donc à votre agenda la prochaine édition du gala Noir et Blanc, qui aura lieu le 13 octobre 2012.**

**La Fondation de l'Hôpital Régional de Pembroke a pour mission de soutenir des services et des programmes qui sont essentiels à l'avancement des soins de santé et au bien-être de la population de Pembroke et des collectivités environnantes par la collecte, la gestion et le versement de fonds à l'Hôpital Régional de Pembroke.**

### **Les divers emplacements du programme d'exercices Corps à cœur du comté de Renfrew participent à un projet pilote pour les personnes atteintes de diabète**

**L'équipe d'éducation sur le diabète du Programme régional d'éducation sur le diabète du comté de Renfrew administré par l'Hôpital Régional de Pembroke a fait équipe récemment avec l'Institut de cardiologie de l'Université d'Ottawa, le Centre de coordination régional de lutte contre le diabète et trois emplacements du programme d'exercices Corps à cœur du comté de Renfrew en vue d'offrir un programme pilote d'exercices pour les personnes atteintes de diabète ou à risque de devenir diabétiques.**

**Ces trois emplacements sont le Best Western Fitness Centre de Pembroke, le Pikwakanagan Fitness Centre de Golden Lake et le**

**programme Fun, Fit & Fully Alive du Centre de santé communautaire de Whitewater Bromley à Beachburg.**

**Les principaux objectifs de ce programme étaient les suivants :**

**Fournir un environnement sûr pour les clients atteints de diabète ou de prédiabète qui veulent faire de l'exercice.**

**Motiver les clients atteints de diabète ou de prédiabète à intégrer l'exercice dans leurs activités quotidiennes.**

**Accroître le nombre de clients atteints de diabète qui participent aux programmes d'exercice.**

**Sensibiliser les gens à la prévention et à la gestion du diabète au moyen d'une activité physique accrue.**

**L'équipe d'éducation sur le diabète a collaboré étroitement avec les emplacements afin que le personnel et les clients reçoivent le soutien, l'information et le counseling appropriés en ce qui concerne le diabète et le programme d'exercice.**

**« La prévalence de l'obésité et l'incidence du diabète ont augmenté considérablement au sein de notre population au cours des dix dernières années. Le comté de Renfrew est l'une des régions de la province où la prévalence du diabète, de l'obésité et de la sédentarité est la plus élevée », a déclaré Karen Roosen, coordonnatrice de l'éducation sur le diabète à l'Hôpital Régional de Pembroke.**

**« Les statistiques sur la santé de la population du comté de Renfrew fournies par le RLISS de Champlain montrent que 60 % de notre population adulte a un excès de poids ou est obèse et que 44 % est sédentaire.**

**Le pourcentage d'adultes qui ont reçu un diagnostic de diabète dans le comté de Renfrew est de 4,6 %; cependant, de 18 % à 20 % de la population est à risque de devenir diabétique », a ajouté M<sup>me</sup> Roosen.**

**Le vieillissement de la population du comté de Renfrew, la hausse du taux d'obésité et un mode de vie sédentaire contribuent beaucoup au taux de prévalence plus élevé du diabète et d'autres maladies chroniques, qui causent une baisse de la qualité de vie.**

**D'après les Lignes directrices de pratique clinique 2008 de l'Association canadienne du diabète, les programmes structurés d'activité physique sont efficaces pour accroître l'activité physique, améliorer la glycémie, réduire le besoin de prendre des médicaments (à prise orale ou insuline) et parvenir à une perte de poids modérée mais durable. Des études ont également démontré qu'il est possible de prévenir de 50 % à 60 % des cas**

de diabète de type 2 par des changements au mode de vie, l'activité physique ayant le plus d'efficacité à cet égard.

Ce programme d'essai, qui a pris fin le 1<sup>er</sup> mars, sera évalué en avril en vue de déterminer les prochaines étapes à franchir pour assurer son élargissement.

### Qui est mon infirmière?

#### Il est désormais plus facile de reconnaître ses fournisseurs de soins

Qui est mon infirmière? Pendant de longues années, les infirmières se distinguaient par leur chapeau, leur uniforme ou leur cape blanche. Ces signes vestimentaires sont maintenant une chose du passé.

Pendant leur visite ou leur séjour à l'hôpital, les patients rencontrent de nombreuses personnes dont bon nombre portent un uniforme, et les infirmières ne sont pas toujours faciles à identifier. Les patients risquent donc de divulguer des renseignements personnels sur la santé par inadvertance ou de demander de l'aide à une personne qui n'est pas une infirmière. Cela peut retarder le traitement ou causer de l'embarras au patient qui a donné des renseignements personnels sensibles.

Nos patients méritent mieux. Il est stressant d'être malade et de devoir être hospitalisé, et c'est pourquoi vous devez savoir qui est votre infirmière. L'Hôpital Régional de Pembroke a donc apporté certains changements afin que les patients et les familles puissent facilement identifier les personnes qui leur prodiguent des soins.

Ces changements découlent en partie des commentaires dont nous ont fait part des patients et des membres de notre personnel dans le cadre de nos sondages sur leur satisfaction. Le personnel médical et les patients ont exprimé en grand nombre la nécessité de trouver un moyen d'identifier facilement les infirmières.

Ces changements découlent aussi de l'incidence accrue des infections nosocomiales et de l'apparition de superbactéries qui ont motivé un examen des codes vestimentaires.

Jusqu'à maintenant, plusieurs changements ont été apportés pour aider les patients à reconnaître facilement leur infirmière. Ainsi, les infirmières autorisées et les infirmières auxiliaires autorisées peuvent être identifiées par leur gros insigne de couleur fixé à leur insigne d'identité. Les infirmières autorisées portent un insigne avec les lettres RN en lettres dorées sur fond bleu, et les infirmières auxiliaires autorisées un insigne avec les lettres RPN en lettres bleues sur fond doré.

**L'Hôpital est toujours à la recherche de moyens d'améliorer les soins aux patients et la sécurité de ces derniers. Les insignes d'identification favorisent la sécurité des patients dans un milieu chaotique. Dans une situation d'urgence, il est essentiel de savoir avec qui on communique. Les insignes réduisent ainsi les risques d'erreur.**

**En outre, le code vestimentaire de l'hôpital prévoit désormais que le port de l'uniforme est réservé aux employés qui sont tenus d'en porter un à des fins de prévention des infections.**

**L'Hôpital Régional de Pembroke accorde beaucoup d'importance à la sécurité des patients et de son personnel. Nous espérons que ces initiatives permettront d'améliorer la sécurité et la satisfaction des patients et que nous pourrons continuer de répondre à leurs besoins et à ceux du personnel.**

### **L'HRP accueille un nouveau médecin à plein temps à son Service des urgences**

**La D<sup>re</sup> Tatiana Jilkina, qui est née et a grandi dans l'ancienne Union soviétique, s'est jointe au Service des urgences l'automne dernier. Le D<sup>r</sup> Tom Hurley, chef du Service des urgences, s'est dit ravi de l'accueillir.**

**« La D<sup>re</sup> Jilkina m'impressionne beaucoup. Ses compétences uniques, particulièrement dans les soins aux personnes âgées, complètent celles de nos autres médecins du Service des urgences », a précisé le D<sup>r</sup> Hurley.**

**La D<sup>re</sup> Jilkina a affirmé qu'elle s'était toujours intéressée à la médecine. Plusieurs oncles, dans sa famille nombreuse, avaient choisi cette profession, tous ayant reçu une formation de chirurgien.**

**Après avoir obtenu son diplôme en médecine et suivi une formation spécialisée en Russie pour devenir chirurgienne, la D<sup>re</sup> Jilkina a déménagé en Équateur où elle a fait une résidence en chirurgie générale et vasculaire. En août 1999, elle a épousé un diplomate canadien, a émigré au Canada et, avec son mari, est allée en mission diplomatique à Panama.**

**« À mon retour au Canada, j'avais le choix de devenir médecin de famille ou chirurgienne, ce qui exigeait plus de temps », a affirmé la D<sup>re</sup> Jilkina, soulignant qu'elle aimait bien la chirurgie, mais qu'elle a plutôt décidé de relever le défi de la médecine familiale.**

**« C'est tout un défi parce qu'il faut recevoir une formation sur tant de choses différentes; c'est également plus complexe parce qu'il faut traiter des gens de nombreux groupes d'âge qui éprouvent toutes sortes de problèmes de santé, surtout au Service des urgences, parce qu'on ne sait jamais ce dont sera atteint le patient suivant », a-t-elle ajouté, en précisant**

qu'elle aime les contacts personnels qu'elle peut établir en médecine familiale, car les émotions jouent un rôle important dans l'évaluation et le traitement des patients.

La D<sup>re</sup> Jilkina a terminé sa résidence en médecine familiale à l'Université d'Ottawa en 2009, après quoi elle a fait une autre année d'études supérieures en médecine familiale pendant laquelle elle a acquis des connaissances supplémentaires en soins aux personnes âgées.

« Cette formation spécialisée en médecine gériatrique m'a beaucoup appris, car c'est un aspect que je n'avais pas tellement étudié pendant ma résidence », a souligné la D<sup>re</sup> Jilkina, en ajoutant qu'il était important de suivre une telle formation du fait qu'un grand nombre de ses patients sont des personnes âgées.

C'est à l'Université d'Ottawa que la D<sup>re</sup> Jilkina s'est renseignée sur la possibilité d'exercer la médecine dans la vallée de l'Outaouais. En tant que diplômée internationale en médecine, il lui faut s'engager à exercer pendant au moins cinq ans dans une collectivité désignée comme n'ayant pas suffisamment de services.

Tenant à demeurer relativement près d'Ottawa, car elle et son mari, qui est maintenant à la retraite, ont un fils qui étudie les sciences à l'Université d'Ottawa, la D<sup>re</sup> Jilkina a dit avoir fait des quarts de travail en remplacement d'autres médecins à Pembroke, Barry's Bay, Arnprior et même à l'île Manitoulin.

Lorsqu'est venu le temps d'arrêter son choix, elle dit avoir privilégié Pembroke à cause des membres de l'équipe de soins de santé de l'HRP.

« Dès mon arrivée, on m'a soutenue et on m'a accueillie chaleureusement; ici, il y a un vrai travail d'équipe qui est bien structuré et qui fonctionne très bien », a dit la D<sup>re</sup> Jilkina, ajoutant qu'elle avait toujours soupçonné qu'elle aimerait exercer la médecine dans une petite localité, car il est possible de faire beaucoup de choses et de mettre à profit ses connaissances et ses compétences.

Le D<sup>r</sup> Michael Ferri, médecin-chef de l'hôpital, s'est dit ravi d'accueillir la D<sup>re</sup> Jilkina, soulignant qu'elle serait un grand atout pour l'équipe de soins de santé de l'hôpital et pour la collectivité.

« Nous connaissons la D<sup>re</sup> Jilkina depuis un certain temps. Elle est efficace, professionnelle et très bien formée; nous sommes très fiers de la compter parmi nous au Service des urgences », a dit le D<sup>r</sup> Ferri.

La D<sup>re</sup> Jilkina parle l'anglais, le russe et l'espagnol. Elle admet que sa passion, c'est la médecine, mais qu'elle se réserve du temps pour d'autres

activités, comme la plongée sous-marine, le tennis, le golf et des soirées au théâtre.

« Ce qui m'a frappée ici c'est de voir le nombre de médecins de longue date qui exercent toujours dans la région. Cela témoigne de leur dévouement pour la profession, et en dit long sur les soins qui sont prodigués aux patients ici », a-t-elle dit.

### Nouvelles sur les médecins de la région

Le Comité de recrutement de médecins de la vallée supérieure de l'Outaouais a décerné récemment, pour la deuxième année consécutive, les bourses annuelles de résidence familiale nommées en l'honneur du D<sup>r</sup> Joseph Foohey. Cette année, une bourse a été accordée à la D<sup>re</sup> Anne-Marie Savoie, deuxième à partir de la gauche, et à la D<sup>re</sup> Sarah Clouthier, deuxième à partir de la droite.

Étaient présents à la remise de ces bourses de 3 000 \$ Alyson Olsheski, agente de recrutement, à gauche, D<sup>r</sup> Joseph Foohey, au centre, et Debbie Robinson, présidente du Comité de recrutement de médecins de la vallée supérieure de l'Outaouais, à droite.

Tous les médecins qui sont en résidence de médecine familiale et qui souhaitent poursuivre une carrière dans ce domaine sont admissibles à cette bourse. La préférence est accordée aux médecins qui comptent exercer dans l'une des collectivités où le comité exerce ses activités.

Plus tôt cette année, le Comité de recrutement de médecins de la vallée supérieure de l'Outaouais a annoncé le recrutement de la D<sup>re</sup> Linde Corrigan, au milieu de la première rangée. La D<sup>re</sup> Corrigan est née à Pembroke et y a grandi. Elle a l'intention d'exercer dans la région où le comité exerce ses activités lorsqu'elle aura terminé son programme de résidence en médecine familiale l'an prochain.

Elle compte ouvrir son bureau au début de 2014.

### Des élèves de 9<sup>e</sup> année ont apprécié la journée « Invitons nos jeunes au travail » en novembre dernier

L'HRP a accueilli 27 élèves de 9<sup>e</sup> année qui fréquentent des écoles secondaires de toute la région. Karen McEwen, directrice des méthodes professionnelles, des politiques, de l'éthique et de la formation, et Wanda Edmonds, qui fait partie de notre personnel de soutien administratif, ont coordonné cette journée, qui représentait pour les élèves une bonne occasion d'apprentissage tenue dans un milieu sûr et organisée dans le respect des patients.

À gauche, le D<sup>r</sup> Tom Hurley, chef du Service des urgences, décrit l'usage que l'on fait de certains appareils de la salle de traumatologie.

Le personnel et les médecins de l'hôpital sont voués sans réserve à la réussite de ce programme, et y participent en faisant des présentations et des démonstrations et en visitant des services avec les élèves.

À droite, Susan Gagnon-Michaud, ludothérapeute, parle de son rôle à l'hôpital et explique aux élèves des éléments de son travail auprès des patients.

Le programme a mis en vedette des carrières dans la prévention des infections, les services de laboratoire, les soins infirmiers, la technologie de l'information, l'information des patients et la communication avec eux, les services diététiques, les services du matériel et des bâtiments, les services de santé mentale, l'imagerie diagnostique, la médecine d'urgence et les services paramédicaux, de même que les services de réadaptation.

À gauche, Martin Burger, chef de l'équipe de thérapie respiratoire, utilise un mannequin pour montrer comment intuber correctement un patient.

### Le Programme régional d'éducation sur le diabète du comté de Renfrew : des outils et des renseignements pour mieux gérer cette maladie chronique

Il y a 15 ans, Mike Felske, un résident d'Eganville, a reçu un diagnostic de diabète de type 2. Comme toute personne à qui l'on apprend une telle nouvelle, il s'est senti seul, comme si personne d'autre ne se trouvait dans une situation semblable.

Peu après, on lui a recommandé de s'inscrire à un programme d'éducation sur le diabète à l'Hôpital Régional de Pembroke; non seulement il y a obtenu les outils nécessaires pour gérer sa maladie, mais avec son épouse Lorna, il a mis sur pied un groupe de soutien qui vient en aide à d'autres personnes diabétiques de sa région.

Ce programme, qui s'appelle maintenant le Programme régional d'éducation sur le diabète du comté de Renfrew, est administré par l'Hôpital Régional de Pembroke et est offert dans cinq hôpitaux et à neuf autres emplacements dans le comté de Renfrew : l'Hôpital Régional de Pembroke, l'Hôpital de Deep River et du district, l'Hôpital St. Francis Memorial, l'Hôpital Renfrew Victoria, l'Hôpital Arnprior and District Memorial, le Centre de santé communautaire Rainbow Valley de Killaloe, le Centre de santé communautaire Whitewater Bromley de Beachburg, l'Équipe de santé familiale des Algonquins de Pikwakanagan à Golden Lake, l'Équipe de santé familiale Petawawa Centennial, la Fairfield's Eganville & Area Residence d'Eganville, l'Arnprior Villa Retirement

**Residence, la Quail Creek Retirement Residence de Renfrew, Supples Landing et les maisons de retraite Riverview Heights de Pembroke.**

**Tous ces emplacements proposent une démarche multidisciplinaire de dépistage, de diagnostic, de traitement, d'éducation et de suivi.**

**Lorna considère que c'est l'éducation qui a permis à son mari Mike de bien gérer son diabète; elle va à des séances avec lui quelques fois par année ou au besoin pour se tenir au courant des renseignements les plus à jour sur la gestion de cette maladie.**

**« La médecine évolue sans arrêt, alors il y a toujours des choses à apprendre. Comme sa vie est en jeu, il est très important pour nous d'en apprendre le plus possible grâce à ce volet éducation », a précisé Lorna.**

**Lorna a ajouté qu'en tant qu'épouse, apprendre, par exemple, à reconnaître les symptômes d'hypoglycémie, c'est important et utile, et qu'ensemble, elle et Mike peuvent se renseigner sur de nombreux autres aspects de la gestion du diabète comme la nutrition, la gestion des portions et la façon de s'adapter aux changements. Par exemple, ils ont dû adapter leur mode de vie quand Mike a dû remplacer ses médicaments par de l'insuline, car son état avait évolué.**

**« Au moment du diagnostic, on se sent dépassé par tous les détails à retenir, mais avec ces services de soutien et des experts à qui on peut s'adresser directement, on se sent capable de gérer sa maladie », a affirmé Lorna, en ajoutant que dans tous les renseignements accessibles désormais en ligne, il peut être difficile de faire le tri des données pour trouver celles qui sont pertinentes et à jour.**

**C'est pour cette raison que Mike et Lorna ont décidé, il y a cinq ans, de mettre sur pied à Eganville un groupe de soutien pour les personnes atteintes de diabète. Jusqu'à 20 personnes participent à chaque séance.**

**Mike et Lorna considèrent qu'ils ont eu de la chance de pouvoir participer à un programme communautaire tel que celui offert par l'HRP, et ils tenaient à communiquer à leur tour ce qu'ils y avaient appris à d'autres personnes, dont bon nombre sont plus âgées, mais cherchent toujours à savoir comment mieux gérer leur maladie.**

**« Je recommande à tous de faire appel aux programmes offerts ici même; le personnel est fantastique et il nous aide à franchir chaque étape. Chaque fois que nous allons aux séances, nous apprenons des choses très intéressantes que nous partageons avec notre groupe de soutien », a dit Mike.**

**Le Programme régional d'éducation sur le diabète du comté de Renfrew tient des séances pour des groupes et des particuliers à tous ses**

emplacements. Les heures d'ouverture varient, mais il est possible d'obtenir un rendez-vous pendant la journée ou le soir. Des séances publiques d'information sont aussi offertes à certains emplacements ou en collaboration avec d'autres emplacements ou partenaires comme l'Association canadienne du diabète, des pharmacies et des programmes locaux de loisirs.

Mike Felske affirme que le programme lui a permis de mieux comprendre cette maladie chronique et d'apprendre quoi faire pour bien la gérer, et qu'il lui a donné ainsi les outils nécessaires pour prolonger sa vie.

« Je suis persuadé que tout ce que j'ai appris prolongera ma vie de quelques années », a-t-il dit, ajoutant que pour lui et son épouse, chaque moment est précieux.

### Pris sur le vif

Ci-dessus : En novembre dernier, Jeff Dermann, Chris Seabert, le D<sup>r</sup> Scott Murray, Patrick Mulroy, Paul Newman et Shawn Silver ont porté la moustache dans le cadre de la campagne « Movember » visant à recueillir des fonds pour la santé des hommes, et particulièrement pour lutter contre le cancer de la prostate, et sensibiliser les gens à ce sujet.

Ci-dessous : Patricia Bearisto des Log Cabin Quilters, au centre, a récemment fait don au Programme de soins mère-enfant de l'hôpital de plus de 20 courtpointes et couvertures pour bébés confectionnées par cette guilde de courtpointières. Connie Greene, infirmière autorisée, à gauche, Mary Ann Voxland, infirmière auxiliaire autorisée, Patti Rebis, infirmière autorisée et Teena Nagora, infirmière autorisée acceptent ces superbes courtpointes.