

REGARDS

Le journal d'information des personnels du CH du Quesnoy
et des EHPAD de Landrecies et Solesmes

Déc. 2020 - N°24

Les fêtes de fin d'année approchent à grands pas et l'incertitude sur la progression de l'épidémie nous incite à faire preuve d'imagination pour rendre cette période aussi joyeuse que possible.

Aussi n'hésitez pas à participer au tirage au sort en envoyant votre bulletin de participation que vous trouverez en dernière page.

Pour fêter l'arrivée de l'année 2021, 21 cadeaux provenant de divers généreux donateurs seront distribués aux heureux gagnants.

La distance physique et les gestes barrières réduisent les contacts familiaux et sociaux tant pour les patients, les résidents que pour nous-mêmes.

Nous sommes impatients de retrouver ce qui fait notre humanité et je remercie tous les professionnels qui pallient ce manque de contacts par une présence active auprès des personnes hébergées et prises en soins.

En effet, vos actions prouvent chaque jour que le confinement et les procédures d'isolement infectieux ne sont pas synonymes d'isolement relationnel.

La gestion de la crise ne doit pas devenir une tyrannie du risque zéro mais doit nous inciter en permanence à questionner nos actes afin de rester proportionnés, mesurés et bienveillants.

La collégialité dans les prises de décisions que ce soit au niveau institutionnel ou au niveau des unités de soins, le travail d'équipe interdisciplinaire et la solidarité entre les professionnels sont des ressources qui permettent de préserver nos valeurs soignantes.

Cette période difficile nous amènera sans aucun doute à repenser collectivement nos modes de management, de fonctionnement, de relation tant avec les patients, résidents, leurs familles, les représentants des usagers, les instances, les professionnels de ville, les autres établissements de santé ou médico-sociaux, les élus et les tutelles.

Les orientations stratégiques du nouveau projet d'établissement 2021-2025 s'appuieront bien sûr sur le retour d'expérience de cette crise inédite.

Continuez à rester prudents et passez de bonnes fêtes de fin d'année.

Régine DELPLANQUE



2. Gouvernance et crise sanitaire
3. Vers le label « hôpital de proximité »
4. De nombreux soutiens pour accompagner les établissements du CH
5. Démarche Qualité de Vie au Travail
6. Engagement dans une stratégie de "Lieu de Santé sans tabac" / Mutualisation d'IDE de nuit en EHPAD
7. Dr Lionel DUQUESNE, Médecin en Médecine Polyvalente / Messagerie sécurisée / Vaccination antigrippale 2020
8. Labellisation d'une filière gériatrique de territoire / L'UCC se familiarise avec la nouvelle recrue « Paro, le phoque »
9. Témoignage du métier d'auxiliaire de vie ou aide à domicile
10. Les nouveaux arrivés
11. Les bonnes idées du chef de cuisine
12. Magazine : Grand jeu concours / Booster ses défenses immunitaires

SOMMAIRE



Gouvernance et crise sanitaire



L'UCC se familiarise avec la nouvelle recrue

Le point sur ...

2

Gouvernance et crise sanitaire

La crise sanitaire inédite, mondiale et d'une grande violence nous impacte tous : direction, médecins, psychologues, soignants au sens large, personnels logistiques, administratifs, techniques...

Notre système de santé est bouleversé ainsi que tous nos modes de relation et de gouvernance.

Les éléments essentiels pour notre structure

Une **S**olidarité constatée

- Entre les professionnels de toutes nos structures
- Avec nos EHPAD particulièrement touchés lors de cette deuxième vague
- Entre les établissements du GHT



Une **A**gilité indispensable

- Pour adapter l'offre de soins aux besoins exponentiels
- Pour mettre en place les organisations adéquates
- Afin de permettre un accès aux soins pour tous

Une **C**ollégialité déclinée jusque dans les équipes de soins

- Une concertation pluridisciplinaire
- Avec une expertise ciblée notamment en hygiène, en infectiologie et en gériatrie
- Et un véritable travail d'équipe



Une **R**éactivité constante

- Pour décliner les décisions nationales, régionales et territoriales
- Pour adapter les moyens aux besoins en fonction des clusters et/ou de l'absentéisme lié au COVID
- Pour dépister, isoler et protéger les personnes les plus vulnérables



Une réflexion **E**thique à poursuivre

- Comment rester proportionnés dans nos actes ?
- Comment allier sécurité et privation de libertés ?
- Comment lutter contre l'isolement ?
- Comment obtenir le consentement des patients et des résidents ?

Une **C**ommunication à adapter

- envers les patients, les résidents et leurs proches
- envers les professionnels du centre hospitalier
- envers les tutelles et le GHT
- envers les médias : journalistes, réseaux sociaux...



Une **H**umanité préservée

- Grâce à l'implication et au dévouement de tous
- Grâce à la solidarité
- Pour assurer une présence aux personnes souffrantes
- Et pour accompagner jusqu'au bout

Tout ceci nous amène à un **SACRE CH**.

Poursuivons cette dynamique qui caractérise l'engagement de notre communauté au service de la population et surtout des plus âgés qui sont les plus vulnérables.

« là où il y a une volonté, il y a un chemin » Albert Einstein, Tokyo en 1922

Vers le label « hôpital de proximité »

Sur proposition de l'Agence Régionale de Santé, le Ministère de la Santé a retenu le Centre hospitalier de le Quesnoy, ainsi que 26 autres établissements de santé de France, pour être accompagné par l'ANAP (Agence Nationale d'Appui à la Performance) vers une trajectoire de labellisation d'hôpital de proximité.

Qu'est-ce qu'un hôpital de proximité ?

C'est la loi du 24 juillet 2019, relative à l'organisation et à la transformation du système de santé : ma santé 2022, qui définit les missions et les modalités de gouvernance des hôpitaux de proximité.

L'objectif est de veiller à garantir aux patients l'accès à des soins non programmés, de proposer plus d'actions de prévention et de favoriser le maintien à domicile des personnes âgées les plus vulnérables.

Pour y parvenir, il est demandé de mieux coopérer entre médecins de toutes spécialités, en ville comme à l'hôpital, notamment autour des pathologies chroniques.

Quels sont nos atouts ?

Le Centre hospitalier remplit déjà l'ensemble des missions attendues par la loi : des soins non programmés accessibles 24h/24, des actions de prévention en santé, d'éducation thérapeutique du patient pour les pathologies chroniques, des consultations spécialisées, une activité de médecine avec une filière gériatrique bien implantée, un accès à un plateau technique d'imagerie et à la biologie médicale et un secteur médico-social dynamique.

Quelles sont nos faiblesses ?

Pour atteindre ce label, l'hôpital devra partager une responsabilité territoriale avec le secteur de ville. Cette dynamique de décroisement et de coopération reste à construire avec nos différents partenaires au niveau du territoire. Véritable trait d'union entre l'établissement de recours (le Centre hospitalier de Valenciennes) et les professionnels de ville, le centre hospitalier a pour vocation d'assurer une médecine de premier recours et d'orienter les patients vers les filières de soins adaptées quand nécessaire.

En quoi consiste la démarche d'appui ciblé ?



Des groupes de travail avec les 26 autres établissements vont se dérouler de novembre à avril 2021 en distanciel.

Le but est de :

- Finaliser la rédaction du projet d'établissement et d'établir la feuille de route demandée dans le cadre du dossier réglementaire de labellisation ;
- Approfondir les thématiques de structuration de l'offre hospitalière de proximité ;
- Partager des expériences ;
- Consolider la dynamique territoriale.

Le dernier groupe de travail vise à présenter un modèle de financement pour les hôpitaux de proximité avec une dotation socle et une autre variable en fonction d'un accroissement d'activité.

En conclusion, cet accompagnement nous offre une opportunité pour un ancrage territorial fort de notre établissement qui a déjà tous les atouts nécessaires.

Répondre aux besoins de la population et permettre des soins de qualité en proximité et en lien avec la médecine de ville doivent guider nos réflexions pour l'avenir de notre hôpital.



Du nouveau ...

4

De nombreux soutiens pour accompagner les établissements du CH

Dans le cadre de leur mission d'accompagnement, pour soutenir les soignants, les patients et leurs familles, nos différents établissements ont bénéficié d'aides et de subventions par différentes structures comme la Fondation Hôpitaux de France, le département, Fondation de France, l'ARS, ...

La Fondation des Hôpitaux de Paris - Hôpitaux de France

L'EHPAD Vauban a bénéficié de :



- 2 cafetières pour la distribution du café dans les chambres durant le confinement d'une valeur de 924 €,
- Un tensiomètre sur pied - 553 €,
- 4 matelas autologics anti-escarres - 2900 €.

L' EHPAD Landrecies a bénéficié de :

- Un Chariot d'entretien - 1200 €,
- 2 matelas autologics anti escarres - 2000 €,
- Des tenues supplémentaires pour les professionnels - 1600 €.



L' EHPAD Les Chênes a bénéficié de :

- Un fauteuil coquille avec tablette - 549 €,
- Un lève-malade électrique avec pesée - 3480 €,
- Un véhicule pour Personnes à Mobilité Réduite - 15000 €,
- 5 matelas prévention escarres - 1324 €.

L'Unité Cognitivo-Comportementale a bénéficié de :

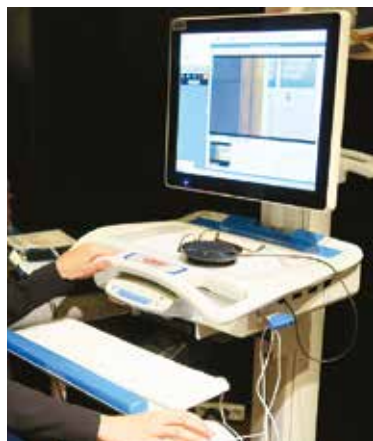
- L'aménagement du jardin thérapeutique - 1212 €.



L'EHPAD Léonce BAJART a bénéficié de la part du Département du Nord :

- La modernisation du système de sécurité Incendie à L'EHPAD Léonce BAJART à hauteur de 50 000 €,
- La mise en place du WIFI et du système de DECT - 73 280 €,
- Système d'appels malades connectés - 32 863 €,
- Un dispositif connecté anti-fugues et anti-chutes - 43 897 €,
- Aménagement d'espaces (*salon, estaminet, bibliothèque*) - 7 693 €,
- Un chariot mobile Snoezelen - 3 962 €.

Plusieurs dons de tablettes tactiles pour faciliter les relations patients, résidents et leurs familles ont été réceptionnées et distribuées dans les différents services sanitaires et médico-sociaux (*dont l'EHPAD de Solesmes*). Ces tablettes sont



équipées d'un abonnement permettant l'accès à de l'information spécialisée et à des jeux cognitifs, un accès à une assistance téléphonique et à une carte 4G pour l'accès internet pendant 6 mois financées par la **Fondation des Hôpitaux de France, la FHF, le Département du Nord, La Poste, GMF Assurances et le Rotary Club Solesmes-Le Quesnoy.**

D'autres dons et/ou subventions ont été alloués

- «Paro» le Phoque, un robot émotionnel à destination des patients Alzheimer ou maladies apparentées offert par le **Rotary Club Solesmes-Le Quesnoy** et les sociétaires du **Crédit Agricole** d'une valeur de 6000 €,
- 5 chariots de télémédecine par l'**ARS - Hauts de France** - 14 724 € l'unité,
- Une Formation et animation de séances d'analyse de pratiques sur le thème de l'**Humanisation des Soins** par la **Fondation de France** destinée aux agents de l'UCC - 10 000 €.

C'est dans l'air ...

Démarche Qualité de Vie au Travail



Accompagnement du cabinet StratélyS pour la démarche QVT du secteur médico-social

Améliorer l'environnement et les conditions de travail des professionnels au quotidien est un engagement de la Direction.

Le bien-être et la santé des professionnels ne relèvent plus uniquement du domaine privé, et notre établissement a intégré dans sa politique, un volet QVT dédié qui se veut dynamique et fédérateur.

La concrétisation d'un plan actions QVT est indéniablement facteur de bien-être au travail par la réduction du stress et plus globalement des Risques PsychoSociaux (RPS).

Outre la « gestion des risques » le projet se veut plus ambitieux, il doit permettre de fédérer les équipes, en créant une culture d'établissement. Pour nous y aider, l'ARS met à notre disposition une subvention et nous nous faisons accompagner par un cabinet expert, StratélyS.

Si aucun exemple d'actions n'est ici volontairement proposé dans l'article c'est pour éviter d'orienter vos choix et pour laisser place à votre créativité. Quelques pistes peuvent néanmoins vous éclairer comme la création de moments conviviaux ou encore la recherche d'un meilleur équilibre entre vie professionnelle et vie personnelle par différents leviers organisationnels.

Vous avez peut-être été sollicités par votre Cadre ou avez fait la démarche volontaire d'inscription aux groupes de travail pluridisciplinaires interEhpad. Ces groupes, encadrés par un intervenant du cabinet, vous permettent par le biais d'un outil ludo-pédagogique d'échanger sur vos situations de travail, et de partager sur les aspects positifs ou négatifs de vos structures respectives. Votre participation à ces groupes permet ainsi l'expression de vos attentes en termes de conditions et d'organisations de travail, déclinable en plan d'actions.

Si vous n'avez pas l'opportunité de participer en présentiel aux groupes de travail, n'hésitez pas à remonter vos contributions aux participants recensés sur votre structure par le biais de votre responsable.

Financement ARS exceptionnel pour des actions QVT au sein du secteur médico-social

Suite à la fenêtre d'ouverture « crédits non reconductibles » pour des projets de démarche Qualité de Vie au Travail en établissement médico-sociaux en région Hauts de France sur l'année 2020, nous avons fait plusieurs demandes de financement :

- Pour le renouvellement de matériel vétuste (lits et fauteuils)
- Pour des équipements de relaxation à destination du personnel : luminothérapie, Shiatsu, fauteuils massant, etc...
- Pour d'autres équipements destinés à vous faciliter le quotidien de travail

Mise en place de salle de pause pour le personnel

Aux dernières instances représentatives du personnel d'octobre 2020, la direction a entériné la mise en place de salle de pause dans les différents services de l'hôpital et sur l'EHPAD des Chênes.

Le but est de faciliter le quotidien de travail des agents en leur permettant des pauses déjeuner plus pratiques au sein de leur lieu de travail.

Attention, si cette mesure constitue une avancée indéniable pour la QVT des agents de notre établissement, ces salles de pause sont régies par un règlement intérieur strict, notamment dans le contexte épidémique actuel, qu'il incombe à chacun de respecter.



6

Mutualisation d'IDE de nuit en EHPAD



Nous avons eu l'honneur d'apprendre la validation du projet de « mise en œuvre d'un dispositif d'astreinte mutualisée IDE de nuit en EHPAD » par l'ARS porté par l'EHPAD Vauban en association avec l'EHPAD Harmonie de Le Quesnoy et l'EHPAD Les Jardins d'Iroise de Villereau.

L'objectif est d'améliorer la qualité et la sécurité de prise en charge des personnes âgées la nuit.

La sollicitation de l'IDE d'astreinte permettra d'aider les agents de nuit dans des situations complexes de prise en charge et aussi d'éviter le recours non pertinent à l'hospitalisation.

Les infirmières volontaires des 3 EHPAD assureront des astreintes de nuit la semaine, les week ends et jours fériés.

Du nouveau ...

Engagement dans une stratégie de "Lieu de Santé sans tabac"

Suite à un appel à projet transmis à l'ARS, l'établissement a obtenu mi-novembre une subvention « Fonds addictions 2020 ».

Le Centre Hospitalier du Quesnoy souhaite développer sa stratégie de prévention et de prise en charge du tabagisme en mettant en place plusieurs actions pour y parvenir dans une démarche pluriannuelle grâce notamment à des fonds d'amorçage provenant d'une demande de subvention de l'ARS de plus d'environ 117 000 euros.

- **Renforcer l'engagement institutionnel**

La promotion de lutte contre le tabac et la constitution d'un comité de pilotage seront inscrites dans le projet d'établissement 2021-2025.

Une enquête sur le tabagisme auprès des patients, visiteurs et personnels sera réalisée début 2021.

- **Organiser efficacement la prise en charge et l'accompagnement des patients fumeurs en hospitalisation et en consultation**

Le projet est d'aider les patients fumeurs à s'engager dans une démarche d'arrêt du tabac en proposant systématiquement une consultation de tabacologie à tous les patients fumeurs hospitalisés, ainsi qu'une alternative au tabac. Un temps de consultation pour les patients externes sera également mis en place.

La formation des professionnels permettra de compléter l'offre de consultation de suivi et de développer la prise en charge et l'accompagnement des patients fumeurs dans les unités de soins et les programmes d'éducation thérapeutique du patient.

- **Organiser la prise en charge et l'accompagnement des professionnels fumeurs**

Le projet est de développer les actions de sensibilisation auprès des personnels pour les aider à s'engager dans une démarche d'arrêt du tabac, en partenariat avec le médecin du travail. Les personnels pourront également accéder aux consultations de tabacologie, une plage leur sera réservée pour un accompagnement personnalisé et un accès gratuit aux substituts nicotiques pour un mois de traitement.

- **Favoriser un environnement sans tabac**

Le projet est d'aménager les espaces et la signalétique en organisant d'une part des espaces dédiés aux patients et visiteurs fumeurs permettant la non-exposition aux non-fumeurs ou anciens fumeurs.

D'autre part, des espaces fumeurs seront organisés en 2021 pour les personnels avec l'installation d'abris avec bancs à distance des portes d'accès principales, des fenêtres, des patients et des anciens fumeurs.

- **Organiser la communication interne et externe**

Une communication sera réalisée en amont et en aval de chaque étape de mise en œuvre du projet ou évènement dédié à la prévention et à la sensibilisation du public et du personnel (actions de sensibilisation, Moi(s) sans tabac, ...) avec les outils adaptés.

La communication sera assurée tout au long de la mise en œuvre du projet au niveau des instances de l'établissement.

Une communication vers les médecins de ville permettra une aide au repérage.



Le point sur ...

Dr Lionel DUQUESNE médecin dans l'Unité de Médecine Polyvalente

7



Quel est votre parcours ?

J'ai effectué mon internat de médecine générale à Lille. Je suis natif de l'Avesnois. Cette année, j'ai effectué mon dernier stage ici, au CH au sein du service de Médecine Polyvalente.

Pouvez vous donner votre point de vue sur le Centre Hospitalier ?

C'est un Hôpital de proximité, chaleureux, avec des équipes paramédicales et médicales investies et compétentes. C'est un établissement qui a un potentiel de développement intéressant.

Quels sont, d'après vous, les points forts de l'établissement ?

Selon moi, l'établissement est fort dans plusieurs secteurs :

- *Le plateau technique d'imagerie qui permet de réaliser des examens sur place sans déplacement des patients et avec une rapidité d'obtention des rendez-vous ;*
- *Les consultations avancées de spécialités ;*
- *La compétence en gériatrie et en rééducation ;*
- *Le lien avec la médecine de ville qui permet de mettre en place des projets ville / hôpital.*

Pourquoi l'établissement vous intéresse t'il ?

Pour toutes les raisons précédemment citées et la possibilité de mise en place de projets nouveaux en lien avec la médecine de ville du secteur.

Je suis intéressé pour poursuivre l'aventure

Messagerie Sécurisée

Echange sécurisé des données de santé confidentielles

Le Centre hospitalier s'est équipé d'une messagerie sécurisée qui permet l'échange de courriers médicaux entre professionnels de santé (hôpitaux, médecins) sur internet.



Cette fonctionnalité avait déjà été annoncée mais il a fallu attendre que le Dossier Patient soit capable de gérer des envois automatisés.

L'intérêt pour le médecin traitant est qu'il recevra le courrier quelques minutes après sa rédaction par les secrétaires médicales, celui-ci pourra

être intégré automatiquement dans son propre dossier patient.

Côté sécurité des données, les mails échangés sont cryptés c'est-à-dire illisibles afin de garantir la confidentialité des informations.

Ce système permet de gagner du temps ainsi qu'une plus grande réactivité dans le suivi des patients.



Vaccination antigrippale 2020

Pour l'ensemble des établissements, 186 agents / 720, (soit 25,8 %) ont été candidats à la vaccination antigrippale.

On en parle ...



Labellisation d'une filière gériatrique de territoire

L'ambition de voir **labelliser une filière gériatrique sur le territoire** fait d'abord appel à une notion de territoire, celui-ci est celui du valenciennois quercitain, anciennement territoire du GCS, territoire comprenant l'amandinois, le denaisis, le valenciennois et le quercitain. D'un point de vue gériatrique, ce territoire a déjà ses repères grâce au Réseau Reper'âge, à la MAIA, et à la Plateforme Territoriale d'Appui.

Ce territoire est densément peuplé avec 450 000 habitants dont 8,3 % ont plus de 75 ans. Notre population est également connue par un taux de pauvreté important avec un chômage supérieur à la moyenne nationale et une mortalité également importante concernant les cancers, les maladies cardiovasculaires, la densité médicale est faible.

Cette filière s'entend entre établissements coopérants. Les C.H. de Valenciennes, de Denain, de Saint-Amand et de Le Quesnoy sont les partenaires effectifs du dépôt de dossier de cette demande de labellisation.

Pour penser une **filière gériatrique de territoire ensemble**, il faut déjà se connaître dans nos différentes activités de gériatrie, pour Le Quesnoy, à côté des consultations mémoire et de l'Hôpital de jour, il existe une Equipe Mobile Gériatrique en interne, une unité de Court Séjour Gériatrique, un service de SSR gériatrique, des lits identifiés de Soins Palliatifs, une Unité Cognitivo-Comportementale, une Unité de Soins de Longue Durée, des EHPAD, un SPASAD avec SAAD, SSIAD, ESA.

La réflexion sur la filière se concentrera sur le lien ville-hôpital afin de faciliter les entrées directes des patients au sein des hôpitaux de jour, des courts séjours, des SSR ou en établissement médico-social ou au recours des équipes ambulatoires.

Au-delà du maintien et de la promotion du fonctionnement global, les projets seront **l'amélioration de la filière d'urgence sur les territoires pour les sujets âgés de + de 75 ans, les entrées directes, la mise en place d'expertises gériatriques nouvelles émergentes à consolider et développer comme l'oncogériatrie, l'orthogériatrie, la psychogériatrie.**

Le démarrage doit s'effectuer en janvier 2021 et progressivement s'ouvrir aux autres partenaires pour définir dès la fin du semestre 2021 la constitution du projet.

Cette nouvelle ingénierie sera financée par l'ARS.

Cette demande de labellisation de la filière gériatrique donne l'occasion grâce à une ingénierie de repenser, réadapter, réajuster le projet gériatrique du territoire en sachant qu'il reposera sur un existant déjà solide.

Propos recueillis auprès du Dr D. LEFEBVRE

L'UCC se familiarise avec la nouvelle recrue « Paro, le phoque »

Paro le phoque vient de faire son arrivée dans l'équipe soignante de l'hôpital. Il s'agit d'un robot émotionnel thérapeutique dédié à la prise en charge des patients ayant des troubles du comportement et/ou des troubles de la communication.



C'est le Rotary-Club Le Quesnoy-Solesmes qui est à l'initiative de cette action accompagné par les sociétaires du crédit Agricole. Leur objectif était de faire un don au profit des patients atteints de la maladie d'Alzheimer et maladies apparentées.

Paro est affectueux et tendre, réagit quand vous le touchez, il peut exprimer la joie, la tristesse, le mécontentement, reconnaît votre voix et son prénom.

Il favorise les interactions sociales, apaise et diminue les troubles du comportement et s'accompagne souvent d'une baisse des médicaments.

Aujourd'hui, Paro est utilisé dans l'Unité Cognitivo-Comportementale. Mais, au vu des bienfaits qu'il apporte, il est prévu qu'il rende visite à d'autres services.

Témoignage : Métier d'auxiliaire de vie ou aide à domicile

9

Comment vit-on le métier au quotidien dans cette période d'épidémie ?

C'est quoi un soignant ? Pour moi, c'est cette personne dévouée, qui a pour métier de procurer du bien être à son prochain au quotidien. Soignant c'est plus qu'une vocation, des études, des diplômes... ce métier, vous l'avez dans la peau. Je pensais que c'était le genre de métier qui ne pouvait être qu'alimentaire.

Je le sais, je le sais parce que j'en suis une. Je suis Auxiliaire de vie.

Oui, je l'avoue, même moi je ne savais absolument pas ce que c'était. Mais je vais vous expliquer...

Comme beaucoup de personnes, je cherchais un job alimentaire. Et puis j'ai postulé, j'ai fait un essai et presque cinq ans après, je suis encore là.

Auparavant, la seule chose qui me faisait me lever le matin, c'était le salaire qui tombait à la fin du mois. Je me disais « C'est pour quelque temps ». Et au final, ce métier a eu ma peau... J'ai commencé à 18 ans maintenant j'en ai bientôt 23. Ce métier m'a fait évoluer, m'épanouir. J'ai appris, j'ai grandi et j'en suis convaincu aujourd'hui, grâce à mes patients.

Une auxiliaire de vie, c'est une soignante qui accompagne nos aînés au quotidien. Nous faisons les levés, des repas, des toilettes, des changes, les courses, l'entretien du domicile, de l'accompagnement, de la garde et les couchés. Un métier diversifié.

Mais c'est tellement plus... Pour beaucoup de patients, l'auxiliaire de vie c'est la gentille dame toujours souriante qui vient s'occuper d'eux tous les jours, avec qui, ils passent du bon temps, discutent, rient, se confient... C'est LA visite de la journée. Pour beaucoup, c'est l'Unique visite, présence, réconfort qu'ils ont pour couper la solitude à laquelle ils font face quotidiennement.

Pour ma part, j'ai « débarqué » à peine majeure, j'étais et je suis toujours, « la petite », « leur gamine »... Avec certains bénéficiaires, cela fait quasiment 5 ans qu'on se connaît, c'est comme si j'étais de la famille. Oui, difficile de mettre des barrières après autant de temps. Mais à force, eux aussi forment en quelque sorte, une famille pour nous, pour moi. Combien de collègues, qui ont 20 ans de blouse derrière elles et qui me disent « mes papis, mamies »...

Pour moi, mes patients sont une source de savoir inépuisable. Je pourrais passer des heures à les écouter m'expliquer le sens de leur vie, leurs opinions, leurs points de vue.

Mais la COVID est arrivée et les choses ont changé. Les petits moments de discussion ont été raccourcis, le petit café avec Madame A, interdit.. Le port du masque obligatoire cachant le grand sourire qu'ils aiment tant voir quand on arrive, la fameuse distanciation sociale ... enfin toutes ses contraintes difficiles à vivre mais nécessaires.

Pour moi, je m'y suis rapidement habituée mais j'étais peinée pour eux... Essayer d'expliquer à Monsieur B, 97 ans, aux troubles cognitifs avérés, que c'est bien « moi » derrière ce masque, n'a pas été une mince affaire.

Les gardes, les accompagnements annulés. Ce fut un retour brutal de leur solitude quotidienne. Et nous, soignants, qui continuons à travailler pendant que tous se confinent. Nous, qui partons tous les matins la peur au ventre de ramener la maladie aux proches, de la propager aux patients ; Nous sommes là, présentes, nous tenons, nous continuons. Parce qu'après tout, tu es la « blouse blanche ». Ce héros qu'on applaudit à 20h00. Cet "indispensable à la société" dont on ne se souvient qu'en temps de crise.

Moi, personnellement, j'ai eu de la chance. J'étais à domicile, aucun cas de COVID chez nous en comparaison à nos courageux collègues hospitaliers, au front. Nous avons bien été guidés par notre hiérarchie, notre direction car Elle, ne nous a jamais laissés tomber ! Je me suis sentie soutenue, comprise, entendue.

La crise continue, les blouses blanches sont toujours là, nous ne baisserons pas les bras.

Je suis Auxiliaire de vie à domicile, je suis Soignante !



Rencontre ...

Entretien avec les nouveaux arrivés

Eline GEROME, Directrice des Ressources Humaines et des Affaires Médicales



Pouvez-vous nous présenter votre parcours professionnel ?

Originaire du Valenciennois, après des études supérieures à Sciences Po Lille puis à l'EHESP de Rennes suite à l'obtention du concours de Directeur d'Hôpital, j'ai exercé pendant près de quatre ans la fonction de directrice des ressources humaines au Centre Hospitalier de Calais.

Après un congé maternité, j'ai rejoint le CH du Quesnoy le 6 avril 2020. Je suis donc arrivée en pleine première vague de l'épidémie de Covid-19, ce qui a rendu plus compliqué la rencontre avec les professionnels, mais je n'en suis pas moins ravie d'avoir rejoint l'hôpital du Quesnoy.

Pourquoi avoir choisi le CH du Quesnoy ?

J'ai choisi de rejoindre cet établissement car, après une première expérience dans un gros établissement, j'ai souhaité travailler dans une structure à taille humaine qui me permette un rapport plus direct avec le terrain. La part importante du médico-social dans l'offre de soins est également une des raisons de mon choix car c'est un domaine qui m'intéresse beaucoup. Enfin, étant originaire du valenciennois, j'ai toujours entendu parler de l'hôpital du Quesnoy en bien. C'est un hôpital, très bien implanté sur son territoire, qui jouit d'une bonne réputation !

Quelles sont vos responsabilités au sein de l'établissement ?

J'ai la responsabilité des ressources humaines et des affaires médicales sur l'hôpital et nos EHPADs. Je gère également l'équipe de l'accueil, des admissions, des assistantes sociales et des psychologues. A la demande de la Directrice, je peux enfin venir en appui sur des projets transversaux.

Belkacen FERAHTIA, Responsable des services techniques

Quel est votre parcours professionnel, d'où venez-vous ?

Dès la sortie de mes études en maintenance, j'ai rejoint une entreprise de fabrication de matériel médical pour laquelle j'ai travaillé pendant 15 ans. Durant les dernières années, j'avais la direction nationale de la partie coordination «Supply chain», production, technique et logistique de la branche location de la société.



Pourquoi avoir rejoint le CH du Quesnoy ?

Je souhaitais retrouver une entreprise avec des valeurs plus familiales et moins financières et le poste correspondait à mes attentes. J'ai en charge la responsabilité des services techniques, services intérieurs, des buanderies et des cuisines.

Delphine GARY, Cadre de santé paramédical

Après une première expérience au CH il y a quelques années, vous décidez d'y revenir, pouvez vous nous expliquer pourquoi ce retour ?



Après avoir exercé pendant un an en médecine au CH le Quesnoy, j'ai exercé mes fonctions d'infirmière au sein de l'EHPAD Dronsart à Bouchain. Diplômée cadre en 2010, j'ai ensuite obtenu un Master 2 en Ingénierie de la formation et Sciences de l'éducation des adultes.

Voulant découvrir le champ du handicap, j'ai exercé différentes fonctions au sein d'un foyer d'Accueil médicalisé, d'une Maison d'accueil spécialisé et d'un établissement pour enfants et adolescents polyhandicapés.

J'ai ensuite intégré l'Institut de Formation en Soins Infirmiers de Dechy (Croix rouge Française) entre mai 2016 et août 2020.

J'ai choisi l'EHPAD de Solesmes car je me suis rendue compte que l'accompagnement et la prise en soin des personnes âgées constituent mon réel centre d'intérêt. L'établissement est récent, agréable et est un bel outil de travail pour les équipes. Il est situé à proximité du centre-ville et donne donc matière à réaliser un travail en réseau de grande qualité.

J'exerce les fonctions de cadre de santé. En EHPAD, elles sont plurielles et très variées. Le management d'équipe bien sûr mais aussi le suivi de la démarche qualité, des formations, la matériovigilance.

Le point sur ...

Et si pour les fêtes, on suit les bonnes idées du chef de cuisine ?

Bouchées à la Reine



Chapon aux marrons



Margarita orange sanguine
Tequila 32cl
Cointreau 16 cl
2 Oranges sanguines
2 Citrons verts
Sirop de sucre de canne 8cl
Glace pilée et sel pour le verre

Carpaccio de Saint-Jacques au fruit de la passion, citron vert et piment

4 pers

1. Emincez finement le piment (après avoir éliminé les pépins). Rincez et épongez soigneusement les 12 noix de Saint-Jacques sur du papier absorbant puis escalopez-les : détaillez-les en rondelles de 3 mm d'épaisseur et disposez-les dans un plat creux.
2. Pressez 1 citron, versez son jus dans un bol, mélangez-le avec l'huile, du sel, du poivre et le piment émincé.
3. Coupez les 4 fruits de la passion en deux, retirez les graines juteuses à l'aide d'une petite cuillère, mettez-les dans une passoire au-dessus du bol de sauce, puis appuyez avec la cuillère de manière à faire couler le jus.
4. Versez le jus de passion sur les noix de Saint-Jacques, couvrez de film étirable et laissez mariner 1 heure au réfrigérateur. Pour servir, décorez avec l'autre citron finement tranché.

Bavaois aux fruits rouges, spéculoos et chocolat blanc

Pour 12 personnes

300 g de fruits rouges, 200 g de Spéculoos, 150 g de chocolat blanc, 200 g de coulis, 7 feuilles de gélatine, 40 g de beurre, 5 cl de lait, 60 cl de crème liquide, sucre en poudre.

Dans un récipient adapté, faites ramollir le beurre au micro-ondes.

Dans le bol d'un mixeur, mettez les spéculoos puis ajoutez-y le beurre mou. Mixez bien.

Recueillez la mixture obtenue, dans un cercle puis placez au frigo pour 15 min.

Plongez les feuilles de gélatine dans un bol d'eau froide.

Versez le lait dans une casserole au feu. Ajoutez le chocolat et laissez-le fondre.

Une fois le chocolat fondu, ajoutez 2 feuilles de gélatine puis mélangez bien.

Retirez le chocolat du feu pour qu'il refroidisse un peu.

Dans un récipient adapté, battez 30 cl de crème en chantilly. Versez le chocolat fondu au lait dessus.

Mélangez puis, renversez le tout dans le cercle aux spéculoos.

Remplacez votre cercle dans le frigo pour 1 h.

En attendant, dans un autre bol, montez le reste de crème en chantilly puis, mettez les fruits rouges dans le mixeur.

Aux fruits rouges dans le mixeur, ajoutez 4 c. à soupe de sucre, 3 feuilles de gélatine et le reste de la crème.

Mixez soigneusement le tout puis, versez ce dernier mixage sur le contenu du cercle.

Mettez à nouveau votre cercle au frais.

Versez ensuite le coulis dans une marmite au feu. Ajoutez-y 3 c. à soupe de sucre et les 2 feuilles restantes de gélatine.

Mélangez bien. Laissez tiédir ce mélange puis, versez-le également dans votre cercle.

Remettez le tout au réfrigérateur pour quelques heures. Servez.

GRAND JEU CONCOURS

**21 LOTS
A GAGNER**
pour l'année 2021 !
Jeu - Concours
pour les agents du CH
*avec lots à gagner offerts
par les commerçants du Quesnoy,
les fournisseurs du CH
et l'Hôpital*

BULLETIN DE PARTICIPATION (Je découpe)

Gagnez des cadeaux !

Nom : Prénom :

Service : Etablissement :

*Un seul bulletin par agent à déposer auprès du cadre / responsable
de votre service avant le 16 décembre 2020.*

Le tirage au sort aura lieu le vendredi 18 décembre. Les résultats seront diffusés sur Intranet dès 16h.
Les lots seront à retirer auprès du service communication au Pavillon Laurent THIRIONET.

Mouvements du personnel Centre Hospitalier, Résidence VAUBAN et SSIAD de BAVAY

Julie CHAPON (IDE),
Mélissa CIRRINCIONE (Prof APA),
Emma COPPEAUX (IDE),
Lionel DUQUESNE (Médecin),
Barbara ESPINO (Psychomotricienne),
Belkacen FERAHTIA (Resp. Serv. Logistiques),
Laura FRISON (Diététicienne),
Eline GEROME (Directrice des Ressources
Humaines et des Affaires Médicales),
Christelle GOBEAUX (IDE),
Julie HACHE (ASHQ),
Farah HAJJI (Médecin),
Ozana IVAN (Médecin),
Claire JACQUOT (IDE),
Amine KHARROUBI (Médecin),
Olivier KLEIN (Médecin),
Pauline LE CORRE (IDE),
Dominique LESCUT (Médecin),
Marie LIBOTTE (IDE),
Marie-Pascale MAUVIEL (Cadre de Santé),
Laëtitia MOREAUX (Ass. Médico Adm.),
Valentin OCA (Médecin),
Justine PETOUX (IDE),
Jean-François QUINTON (Médecin),
Justine ROUTIER (Interne en Médecine),
Jean-Paul ROUX (Médecin),
Pierre SAFFERS (Médecin),
Camille SURELLE (Diététicienne),
Cindy TAUPE (Ergothérapeute),
Agathe VILTARD (Ergothérapeute).

Résidence L. BAJART

Tino BESIN (AS),
Ludivine COLOMBIER (ASHQ),
Clothilde DACACIO (ASHQ),
Laëtitia LAMOTTE (ASHQ),
Maëva LATTAQUE (AS),
Coralie LEFEBVRE (AS),
Janique MEGUEULE (ASHQ),
Ophélie PETIT (ASHQ),
Coline PIESSET (AS).

Résidence F. NIGHTINGALE

Marie BERTRAND (AS),
Lucile CAILLAUX (AS),
Delphine GARY (Cadre de Santé Paraméd.),
Auréliе GOSELIN (ASHQ),
Tracy MOLINILLO (ASHQ).

Résidence du Pays de Mormal

Karine ALCESILAS (ASH),
Gwenaëlle BEAUDON (IDE),
Christelle GOBERT (coiffeuse),
Cédric NAVEAU (agent polyvalent).

Booster ses défenses immunitaires

Il est important de booster les défenses immunitaires de l'organisme. En effet, un système immunitaire moins performant favorise la survenue des virus et ralentit la guérison. Prendre soin de son système immunitaire, c'est limiter les stress, miser sur le bien-être et manger équilibré. Une nourriture saine et diversifiée apportera au corps les nutriments nécessaires à son bon fonctionnement. Les vitamines C et D sont essentielles pour aider l'organisme à se défendre et à se récupérer plus vite. En effet, elles incitent le système immunitaire à fabriquer davantage de lymphocytes T qui attaquent et détruisent les agents pathogènes.

La vitamine D

Protectrice, où la trouver ? La grisaille et le confinement compliquent les choses pour garder le moral en ce moment. Faire le plein de vitamine D est une bonne astuce, surtout qu'elle stimule le système immunitaire et réduirait les complications de l'infection respiratoire.

Chez l'adulte, l'alimentation contribue à 10 à 20 % des réserves en vitamine D, et cette proportion est vraisemblablement encore plus faible chez l'enfant. Le soleil reste la source la plus riche. On trouve cette vitamine principalement dans l'huile de foie de morue, mais il faudrait en absorber des litres et des litres pour avoir un apport satisfaisant.

Les aliments plus riches en vitamine D sont ; les poissons gras (le hareng, la sardine, le saumon), les abats (le foie), le jaune d'œuf, les produits laitiers, enrichis en vitamine D, le beurre et la margarine, le fromage.



Bonne retraite à :

Maryse BLANPAIN,
Nadine BONIFACE,
Dominique BRACQ,
Claudine CARPENTIER,
Sylvie DORDAIN,
Roselyne DRUART,
Patricia ELDERT,
Jean-Luc GRAVEZ,
Monique GUINET,
Fabienne HATTON,
Bernadette LAIGLE,
Florence LECLERQ,
Maryse NOBLECOURT,
Marie-Pascale PLACE,
Monique POLVENT,
Daniel WILLIAME.

L'OMS estime que la vitamine D joue un rôle important dans la régulation

du système immunitaire, et peut potentiellement protéger des infections, mais aussi du cancer, de maladies cardiovasculaires et de maladies auto-immunes comme le diabète de type I.

La gelée royale

Concentré d'oligo-éléments, de vitamines et d'acides aminés, la gelée royale est un produit phare de l'apithérapie (se soigner avec les produits de la ruche). Elle est connue pour ses propriétés sur le système immunitaire, pour redonner de l'énergie et pour tenir le virus de la grippe à distance.

Les probiotiques

Ces suppléments alimentaires ont des effets bénéfiques sur la flore intestinale et le système immunitaire. Constitués de micro-organismes utiles, ils n'ont pas pour but de guérir la maladie virale mais de diminuer la durée et la sévérité des symptômes du syndrome grippal.

Le conseil de la pharmacie