CIUSSS Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal
Centre Miriam

Info RI-RTF

Vol. #2, 2021-12-20

Bienvenue à la deuxième édition d'INFO RI-RTF

Notre bulletin a pour but de fournir à toutes les ressources des informations sur plusieurs thèmes, tels que les programmes, les formations, de clarifier les rôles et les responsabilités et de mettre à jour toutes les ressources sur les politiques et procédures, les services du Centre Miriam et du CIUSSS du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal.
Si vous avez des idées ou des suggestions d'articles à partager, SVP contacter Nathalie Buckingham au Centre Miriam.

Travailler ensemble augmente la qualité des services pour nos usagers!

La vaccination pour la 3e dose contre la COVID-19 est offerte aux usagers à partir du 20 décembre 2021
Les gestionnaires de ressources peuvent contacter leur intervenant pivot pour plus de détails.

Les visiteurs dans les ressources

Nouvelles directives du MSSS au 20 décembre 2021

Seulement **1 visiteur à la fois pour un maximum de 4 personnes par jour.**
Une même personne peut visiter son proche plusieurs fois dans une même journée.
La visite de jeunes enfants de 0-12 ans n'est plus autorisée
Rappel à toutes les ressources l'obligation de :

- **Faire signer la feuille des visites par chaque visiteur**
- **Vérifier le passeport vaccinal de chaque visiteur avant d'autoriser l'accès.**

Si un usager a été en contact étroit avec une personne testée positive à la COVID-19 ou a développé des symptômes liés à la COVID-19: veuillez remplir l'outil d'autoévaluation COVID-19. Les **liens** sont aussi **mentionnés au courriel original** sur le volume #2 d'Info RI-RTF.
Autoévaluation en français :
https://covid19.quebec.ca/surveys/cdd2/introduction?language=fr-ca

Si l'outil d'autoévaluation suggère qu'un test COVID-9 doit être effectué, informez **immédiatement** votre intervenant qualité et votre intervenant pivot, ou le responsable de garde si après les heures régulières de travail. Votre intervenant qualité vous contactera pour plus de détails et vous fournira les recommandations de l'équipe PCI (prévention et contrôle des infections) du CIUSSS.

Formation RI-RTF

Au 1er décembre 2021, 174 gestionnaires de ressources et membres du personnel avaient suivi la formation sur la Loi 90. À ce jour, 45 ressources ont participé à des sessions de formation sur la prévention de la maltraitance envers les usagers données par notre équipe de gestion des risques. Merci à tous les participants!

Pour la suite ?
L'utilisation du formulaire AH-223 (obligatoire), la politique sur le vieillissement, la désescalade des comportements problématiques et le cadre de reference sont des formations à venir en 2022.
Les dates et les horaires seront transmis dès que confirmés.

Restez prudent!

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal
Québec

CIUSSS Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal
Centre Miriam

Info RI-RTF Vol. #2, 2021-12-20

Ateliers et programmes d'activités

Pour connaître la disponibilité des ateliers et des programmes pour la session d'hiver, veuillez vous adresser à votre intervenant pivot ou à votre éducateur en réadaptation pour inscrire vos usagers.

Vous trouverez ci-dessous quelques organismes qui proposent des activités ou des ateliers. Ces **liens** sont également **mentionnés dans le courriel original du volume #2 d'Info RI-RTF**.

Centre Gold (www.goldlearningcentre.com)
Loblaws : Ouvrir des portes pour les adultes autistes
(www.loblaw.ca/fr/opening-doors-for-autistic-adults)
Centre de prévention des agressions de Montréal (www.cpamapc.org)
Centre Miriam/CCLB (www.centremiriam.ca)
Centre Cummings (www.cummingscentre.org)

Veuillez noter qu'il peut y avoir une liste d'attente pour certains programmes ou activités au Centre Miriam (CCLB) et éventuellement une évaluation des besoins à compléter avant la participation. Si vous êtes intéressé à en savoir plus sur les programmes et leurs critères, vous pouvez contacter Remo Taraschi, thérapeute en loisirs, au 9514-345-0210, poste 111. Pour le programme *Best Buddies*, veuillez contactez Elspeth Sparling au 514-345-0210, poste 146.

NEIGE, GLACE et encore de la Neige

Comme vous le savez tous, l'hiver est arrivé et nous voulons rappeler aux gestionnaires de ressource l'importance de mettre en place les mesures pour assurer une meilleure sécurité.

LA SÉCURITÉ EN HIVER

Sheila Turner, kinésiologue au Centre Miriam, propose quelques conseils pour prévenir les chutes pendant les mois d'hiver :

- Comme la nuit tombe plus tôt pendant les mois d'hiver, n'oubliez pas d'allumer les lumières dans la ressource vers 16 h ou 16 h 30.
- Assurez-vous que toutes les allées, les entrées et les escaliers sont dégagés de la neige et de la glace.
- Gardez du sel ou du sable proche de l'entrée principale afin d'en utiliser régulièrement.
- Si vous avez des escaliers en bois, installez sur chaque marche des bandes antidérapantes en caoutchouc. Cela évitera aux usagers, à leurs proches, ou aux visiteurs de glisser (vous pouvez également les installer sur les escaliers en ciment).
- Lorsque vous traversez la rue, faites attention au marquage des passages piétons de couleur jaune, car cela peut être très glissant pendant les mois d'hiver.
- Ajoutez un tapis à l'entrée principale.
- Prévoyez des chaussons antidérapants à l'entrée principale pour chaque usager/visiteur, afin d'éviter que leurs chaussettes ne soient mouillées et qu'ils glissent.
- Veillez à ce que les usagers aient et portent des vêtements d'hiver appropriés.
- Enfin, avec vos usagers, sortez et profitez du temps qu'il fait !

Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal
Québec

CIUSSS Centre-Ouest-de-l'Île-de-Montréal
Centre Miriam

Info RI-RTF

Vol. #2, 2021-12-20

Repas d'hiver

Pour la saison des fêtes à venir, la diététicienne du Centre Miriam a fourni deux recettes d'hiver pouvant être réduites en purée, hachées et/ou coupées en petits morceaux.

RAGOÛT DE DINDE CRÉMEUX

Recette adaptée de Goldilocks Kitchen 2016, par Emily.
Adapté par : M. Cobrin, P.Dt.

Temps de préparation : 40 minutes.
Quantité : 8-10 portions (la recette peut être doublée)

Ingrédients

- 2 cuillères à soupe de beurre non salé/margarine
- 1 petit oignon coupé en dés
- 2 branches de céleri - coupées en dés
- ¼ de tasse de farine
- 3 pommes de terre Russet, pelées et coupées en dés
- 1 cuillère à soupe de sauge fraîche hachée ou 1 c. à thé de sauge séchée
- 4 tasses de bouillon de légumes ou de poulet (à faible teneur en sodium)
- 1,5 tasse de crème de table à 5 ou 10 %
- 3 carottes, pelées et coupées en dés
- ½ tasse de pois verts surgelés - décongelés
- 4 tasses de dinde cuite et déchiquetée
- 1 c. à soupe de persil frais haché ou 1 c. à thé de persil séché
- Sel et poivre au goût

Préparation

1. Dans une grande casserole ou un faitout, faire fondre le beurre ou la margarine à feu moyen.
2. Ajouter l'oignon, le céleri, une pincée de sel et faire sauter 2 minutes.
3. Incorporer la farine et cuire 1 minute.
4. Verser le bouillon, la crème, les pommes de terre, la sauge, le thym et le poivre.
5. Porter à ébullition, puis réduire le feu à moyen et couvrir. Bring to a boil, then reduce heat to medium and cover.
6. Laisser mijoter 10 minutes.
7. Ajouter les carottes et laisser mijoter pendant environ 5 minutes.
8. Ajouter les petits pois verts décongelés et laisser mijoter pendant encore 2 à 3 minutes jusqu'à ce que les carottes et les pois soient tendres.
9. Incorporer la dinde et retirer la dinde du feu.
10. Ajouter le persil et assaisonner de sel et de poivre au goût.

Pour un régime adapté (haché, en purée, etc.), mettre le ragoût dans le robot culinaire/mixeur et mélanger, en ajoutant du bouillon de légumes ou poulet jusqu'à obtention de la consistance désirée.

Repas d'hiver

Tarte de polenta aux champignons

Recette original de *Good Food Magazine*, novembre 2014, par Katy Gilhooly

Temps de préparation : 50 minutes
Quantité : 6 portions (la recette peut être doublée)

Ingrédients

- 2 cuillères à soupe d'huile d'olive
- 125g de boules de Mozzarella égouttées
- Une poignée d'aragula (facultatif)
- 1 c. à thé de vinaigre balsamique
- 2 c. de table de margarine ou de beurre (non salé) + supplément pour graisser
- 200g/1 ¼ tasse de polenta à caisson rapide
- 50g/1/2 tasse de parmesan rapé
- 2 brins de romarin finement haché (facultatif)
- 500g/5 tasses de champignon de paris ou cremini tranchés
- 1 c. à thé de thym séché ou 4-5 brins de thym frais (feuilles uniquement)
- 850 ml/3 ½ tasses de bouillon de légumes (à faible teneur en sodium)
- Sel – au goût

Préparation

1. Préchauffer le four à 390°F/200°C
2. Tapisser une grande plaque à pâtisserie de papier sulfurisé et la graisser avec du beurre ou de la margarine.
3. Dans une grande casserole, porter le bouillon à ébullition.
4. Verser la polenta, et faire bouillir pendant 8 minutes, en fouettant continuellement.
5. Retirer du feu et incorporer le fromage, le beurre ou la margarine, le romarin et le sel.
6. Répartir la polenta sur la plaque tapissée et la faire cuire pendant 30 minutes.
7. En attendant que la polenta cuise, mélanger les champignons avec le thym.
8. Faire chauffer l'huile dans une grande poêle et y faire sauter les champignons jusqu'à ce qu'ils soient dorés.
9. Déchirer la mozzarella en morceaux et l'éponger avec du papier absorbant.
10. Recouvrir la polenta cuite des champignons et de la mozzarella.
11. Faire cuire pendant 10 minutes ou jusqu'à ce que le fromage soit fondu et fasse des bulles
12. Garnir d'arugula (facultatif) et verser un filet de vinaigre balsamique.

Pour des régimes hachés ou en purée, placer la tarte dans le robot culinaire et mixer, en ajoutant du bouillon de légumes jusqu'à obtention de la consistance désirée.
NOTE : OMETTRE L'ARUGULA POUR LES RÉGIMES ADAPTÉS