

# CHUMAGAZINE



**Être là pour les autres,  
c'est ma mission!**

— Découvrez l'histoire  
d'Éveline-Claire Nguepi,  
bénévole, en page 8.

**Dossier** - Spécial engagement : émotions garanties!

**Enseignement** - On prépare la relève avec l'Académie d'été du CHUM

**Recherche/Fondation du CHUM** - Courir pour la santé et pour la recherche



## » Sommaire

- 3 Éditorial - Des histoires pour se réchauffer le cœur
- 4 La veste bleue : signe d'engagement de nos bénévoles
- 6 Parole aux bénévoles
- 7 Une chanson en l'honneur de nos bénévoles – Claude Robillard
- 8 Oublier les épreuves grâce au bénévolat – Éveline-Claire Nguépi
- 9 Chanter pour soi... et pour les autres – Chorale Chantevoix du CHUM  
Soins palliatifs du CHUM : une expertise à partager
- 10 Des partenaires pas comme les autres
- 11 Faire du bien, un massage à la fois – Caroline Guillotte
- 12 Défi CRCHUM : Un engagement actif... beau temps, mauvais temps!
- 14 Académie d'été : des professionnelles et professionnels engagés pour la relève
- 15 Des remerciements en héritage – Marie-France Boucher
- 16 En faire trop jusqu'à se rendre malade
- 18 Des infirmières engagées : portraits de José Côté et de Joviane Mukiza
- 19 Mission : protéger les plus vulnérables – Dr Nicolas Bergeron
- 20 Une journée dans la vie de... Claire, Martin et Geneviève, coordonnateurs à la gestion des lits

**ÉIAS : intégrer l'intelligence artificielle à la santé [eiaschum.ca](http://eiaschum.ca)**

### Le *CHUMAGAZINE*

est publié par la Direction des communications et de l'accès à l'information du CHUM

Pavillon S  
850, rue Saint-Denis  
Montréal (Québec) H2X 0A9

ÉDITRICE  
Irène Marcheterre

RÉDACTRICE EN CHEF  
Claudine D'Anjou

COLLABORATRICES  
ET COLLABORATEUR  
Bruno Geoffroy,  
Josée Laflamme,  
Delphine Lalande-Levac

CONCEPTION GRAPHIQUE  
Ozalid Graphik

PHOTOGRAPHES  
Stéphane Gosselin, Philippe Lacroix, Luc Lauzière, Stéphane Lord

RÉVISEURE  
Isabelle Giguère

IMPRIMEUR  
Deschamps Impression

#### COMITÉ D'ORIENTATION DU *CHUMAGAZINE*

Irène Marcheterre, directrice des communications et de l'accès à l'information (DCAI)  
Claudette Lambert, gestionnaire de communauté, médias sociaux, DCAI  
Claudine D'Anjou, conseillère, DCAI  
Caroline Loranger, directrice adjointe, volet qualité et évolution de la pratique, Direction des services multidisciplinaires  
Bernard Lebeuf, chef de service, Centre d'apprentissage et technologies, Direction de l'enseignement et Académie CHUM  
Valérie Lahaie, conseillère cadre de l'éducation à la santé et partenariat patient, Direction de la qualité, de l'évaluation, de la performance et de l'éthique  
Nathalie Folch, adjointe à la directrice - recherche, partenariat et gestion, Direction des soins infirmiers  
Bruno Geoffroy, communicateur scientifique, Direction de la recherche, Centre de recherche du CHUM  
Lynda Piché, patiente partenaire organisationnelle et bénévole du CHUM  
Louise Deschamps, bénévole du CHUM

Les articles du *CHUMAGAZINE* peuvent être reproduits sans autorisation, avec mention de la source. Les photos ne peuvent pas être utilisées sans autorisation.

ISSN 1923-1822 *CHUMAGAZINE* (imprimé)  
ISSN 1923-1830 *CHUMAGAZINE* (en ligne)

POUR JOINDRE LA RÉDACTION, COMMENTAIRES ET SUGGESTIONS  
[chumagazine.chum@ssss.gouv.qc.ca](mailto:chumagazine.chum@ssss.gouv.qc.ca)

DISPONIBLE SUR LE WEB [www.chumontreal.qc.ca/a-propos](http://www.chumontreal.qc.ca/a-propos)

#### L'EXCELLENCE AU SERVICE DE NOS PATIENTS ET DE LA POPULATION

Le Centre hospitalier de l'Université de Montréal est un hôpital innovant au service des patients. Il offre les meilleurs soins, spécialisés et surspécialisés, aux patients et à toute la population québécoise. Grâce à ses expertises uniques et ses innovations, il améliore la santé de la population adulte et vieillissante. Hôpital universitaire affilié à l'Université de Montréal, le CHUM a une vocation de soins, de recherche, d'enseignement, de promotion de la santé ainsi que d'évaluation des technologies et des modes d'intervention en santé.

Le CHUM est affilié à l'Université de Montréal et membre actif du Réseau universitaire intégré de santé (RUIS). [www.umontreal.ca](http://www.umontreal.ca)

CENTRE HOSPITALIER DE L'UNIVERSITÉ DE MONTRÉAL  
1051, rue Sanguinet, Montréal (Québec) H2X 3E4

CENTRE DE RECHERCHE DU CHUM  
900, rue Saint-Denis, pavillon R, Montréal (Québec) H2X 0A9

UN SEUL NUMÉRO DE TÉLÉPHONE : 514 890-8000



**Dr Fabrice Brunet**  
Président-directeur général

## Des histoires pour se réchauffer le cœur

Les journées ont commencé à s'allonger. On guette avec impatience l'arrivée des premiers signes du printemps, mais le froid nous rappelle qu'il faut patienter encore un peu... Et si l'on se réchauffait le cœur avec quelques histoires touchantes?

C'est ce que propose cette édition du *CHUMAGAZINE*. Page après page, laissez-vous emporter par des portraits de gens qui s'engagent avec passion dans leur quotidien au CHUM, dans une cause ou encore dans une activité qui fait du bien à autrui.

Nos bénévoles sont à l'honneur, de même que l'équipe du Service de bénévolat, animation et loisirs, qui les encadre dans les multiples facettes de leur contribution. Découvrez, notamment, pourquoi et comment Éveline-Claire Nguépi et plusieurs autres bénévoles et patients partenaires vivent leur expérience de bénévolat dans notre établissement.

Nous vous présentons aussi le psychiatre Nicolas Bergeron de même que les infirmières José Côté et Joviane Mukiza, dont l'engagement dépasse nos murs. Vous pourrez aussi en apprendre davantage sur l'Académie d'été du CHUM, grâce à laquelle, depuis 2018, des jeunes du secondaire vivent une expérience immersive intense au CHUM pendant une semaine, à l'été. Claire, Martin et Geneviève décrivent également leur rôle dans la coordination de la gestion des lits - un engagement de tous les jours pour que nos patientes et patients puissent recevoir les meilleurs soins.

Peut-on en faire trop? Oui, expliquent trois de nos spécialistes, qui offrent des conseils utiles pour éviter de se rendre malades à force d'aider. Toutefois, un engagement bien dosé est bénéfique, autant pour l'esprit que pour le corps... Surtout si l'on se prépare pour le Défi CRCHUM des 25 et 26 avril prochain, au profit de la recherche au CHUM.

Avec autant de belles histoires à lire, aussi bien vous faire un bon chocolat chaud et vous asseoir confortablement. Émotions garanties!



LE CHUM EN HISTOIRES

**Vous aimez les belles histoires,  
comme celles que nous vous présentons  
dans ce *CHUMAGAZINE*?**

**Rendez-vous sur [lechumenhistoires.ca](http://lechumenhistoires.ca)  
pour en découvrir d'autres**



## Service de bénévolat, animation et loisirs La veste bleue : signe d'engagement de nos bénévoles

**Au CHUM, tôt le matin, en plein après-midi ou en soirée, de semaine comme de fin de semaine, vous croiserez inévitablement une veste bleu royal. La personne qui la porte fait partie des quelque 1000 bénévoles de l'établissement. Avec un sourire plein de sollicitude, on vous invitera probablement à poser la question qui vous brûle les lèvres : « Comment je fais pour...? »**

« Quand on a imaginé le CHUM, raconte Lise Pettigrew, chef du Service de bénévolat, animation et loisirs (SBAL), on a voulu que tout le monde soit bien accueilli, et je pense que c'est mission accomplie. » Sept jours sur sept, avec une répartition sur trois « quarts de travail », ce sont 300 bénévoles qui se relaient aux différents postes d'accueil de l'hôpital.

### **Le bénévolat au CHUM s'exprime de bien des façons!**

Le volet Écoute, avec plus de 24 000 interventions d'une vingtaine de minutes par année, occupe un autre groupe de bénévoles souhaitant visiter des patientes et patients afin de leur offrir une présence chaleureuse, une écoute empathique et de petits services. Mais ne fait pas de l'écoute qui veut : il faut d'abord suivre une formation. « Pour nous, insiste Lise Pettigrew, le volet Formation est extrêmement important; chaque bénévole reçoit deux formations avant d'entrer en fonction, et nous offrons aussi de la formation avec la collaboration des psychologues du CHUM. »

D'autres préfèrent se consacrer à des interventions en loisirs – on parle de plus de 18 000 interventions par année – qui visent à exaucer les souhaits des patientes et patients en tenant compte de leurs valeurs, de ce qui les touche. Pensons à des activités de jeux de société, de chant au chevet de personnes hospitalisées, d'activités artistiques,

de zoothérapie, de distribution de chocolats pour la Saint-Valentin ou de ballons pour fêter un anniversaire, etc.

Le SBAL et les bénévoles, c'est aussi une bibliothèque mobile, un service de coiffure aux chambres, un soutien organisationnel et événementiel (p. ex. : clinique de vaccination contre la grippe, ou grandes conférences), un comptoir vestimentaire pour dépanner les personnes hospitalisées les plus démunies...

Pour financer ces nombreuses activités, le SBAL organise différentes collectes de fonds, comme la vente de boissons, de livres, d'objets portant le logo du CHUM, de ballons pour souligner l'anniversaire de votre collègue, etc. Tous les profits sont utilisés pour une bonne cause : améliorer l'expérience du patient et de la patiente.

Lise Pettigrew estime que c'est le soutien de l'ensemble de l'établissement qui permet à son service de développer tout son potentiel : « J'ai un appui inconditionnel de la direction générale du CHUM, qui reconnaît et a toujours reconnu le travail fabuleux de nos bénévoles. L'ensemble des équipes collabore aussi volontiers à nos activités. »

### **Jeunes et moins jeunes bénévoles**

Bien qu'une bonne partie des bénévoles soient des personnes retraitées, les jeunes portent aussi la veste bleue. Il y a d'abord le Programme implication jeunesse (PIJ), qui permet à des jeunes de 14 à 17 ans de faire une immersion dans le monde du bénévolat en milieu hospitalier, les amenant souvent à opter pour une carrière en santé. De plus, la plupart des étudiantes et étudiants en année préparatoire à la médecine de l'Université de Montréal effectue un passage au CHUM en cours d'année, et le SBAL coordonne leurs stages.

## Pourquoi porter la veste bleue?

« Le rayonnement du CHUM nous amène d'excellents bénévoles, explique Lise Pettigrew. Les jeunes veulent explorer, d'autres veulent redonner, car ils ont été bien soignés; des gens ont été inspirés par des bénévoles qu'ils ont vus en pleine action; des personnes nouvellement arrivées au pays se portent volontaires afin de connaître la culture et de mieux s'intégrer. »

Les bénévoles se plaisent tellement dans leur rôle que plusieurs restent 10, 15, 20 ans, voire davantage. La majorité offre quatre heures de leur temps chaque semaine, mais certaines personnes y sont presque à temps plein.

## Envie de vivre vous aussi une expérience de bénévolat hors du commun?

**Nous avons besoin de bénévoles entre 7 h 30 et 21 h, du lundi au dimanche, joignez-vous à nous!**

### POUR CE FAIRE, VOUS DEVEZ :

- > Avoir à cœur le bien-être des patientes et patients;
- > Avoir au moins au moins 17 ans, à l'exception du Programme implication jeunesse (14 à 17 ans);
- > Vous engager sérieusement, avec assiduité et responsabilité;
- > Être disponible un minimum de quatre heures par semaine pour un minimum de trois mois;
- > Vous exprimer dans un français fonctionnel et fluide;
- > Passer une entrevue de sélection;
- > Participer aux formations obligatoires.

Notez que vos antécédents judiciaires seront vérifiés.

### IL Y A PLUSIEURS FAÇONS D'OBTENIR DE L'INFORMATION ADDITIONNELLE :

- > Rendez-vous au [www.chumontreal.qc.ca/services-de-benevolat-animation-et-loisirs](http://www.chumontreal.qc.ca/services-de-benevolat-animation-et-loisirs).
- > Appelez au **514 890-8000, poste 24343** (du lundi au vendredi, de 7 h 30 à 16 h).
- > Écrivez à [benevolat.chum@ssss.gouv.qc.ca](mailto:benevolat.chum@ssss.gouv.qc.ca).

## Du bonheur à revendre

Ce qui frappe le plus en entrant au Service de bénévolat, animation et loisirs, c'est le vent de bonne humeur qui y souffle et réchauffe l'atmosphère. On réalise rapidement que les énergiques membres de la petite équipe adorent les gens, leur travail et leur gestionnaire, Lise Pettigrew, qu'ils n'hésitent pas à décrire comme la meilleure patronne qu'ils ont eue!

Lise Pettigrew, quant à elle, chérit son équipe, dont le rôle est d'encadrer près de 1000 bénévoles, sept jours sur sept. Depuis le recrutement et la formation des bénévoles jusqu'à l'accompagnement lors de multiples activités de loisirs pour les patientes et patients du CHUM, en passant par la logistique et le volet administratif, rien n'échappe au Service de bénévolat, animation et loisirs.

« C'est la première fois que je travaille quelque part où le temps file si vite et si bien que j'en oublie d'aller manger ou de partir à la fin de la journée! », raconte Marie-Josée Poirier, agente administrative depuis 2019, qui se promet de revenir au CHUM porter la veste bleue des bénévoles après son départ à la retraite, dans quatre ans.

Quand on questionne les membres de l'équipe sur les expériences les plus émouvantes vécues au CHUM, les exemples pleuvent. Par exemple choisir la musique pour une personne s'appêtant à recevoir l'aide médicale à mourir; organiser un mariage avec des bénévoles pour Amara et Josianne (voir notre article en [page 19](#)); faire des empreintes de main d'un jeune patient avec de la peinture sur de petits tableaux.

On comprend pourquoi nos bénévoles propagent si facilement le bonheur dans tout l'hôpital. Car, au-delà de la bonne humeur et de l'énergie qui impressionnent au départ, c'est l'extrême humanisme qui définit cette équipe!



Lise Pettigrew (en jaune), entourée de son équipe : Nicolas Allanot, Marie-Josée Poirier, Jean-Christoph Farrell, Mireille Valton-Gravel et Émilie Hamelin.

## Dossier

Claudette Davignon est la doyenne des bénévoles du CHUM, avec près de 45 ans de service, ayant commencé à l'Hôpital Notre-Dame dans les années 70 : « C'est le travail le plus rémunérateur de toute ma vie : on reçoit énormément de gratitude, des remerciements, un sourire, tout le monde est heureux qu'on soit là. »



*Claudette Davignon*



*Sophie Lamarche*

Sophie Lamarche est patiente au CHUM. En 2018, un collègue, lui-même bénévole, lui suggère de rejoindre le groupe de bénévoles. Depuis, elle offre deux dimanches par mois aux soins intensifs et s'apprête à devenir patiente partenaire : « J'aime ça être bénévole; ça fait du bien d'aider les gens et ça me permet de garder un morceau de moi au CHUM, qui m'a si bien soignée. »

Francine et Roland Brouillette se sont joints aux bénévoles du CHUM en 1991.

L'engagement de Roland Brouillette a d'ailleurs été reconnu par le **prix Yvon-Deschamps 2016**. Pourquoi porter la veste bleue ensemble? « Nous croyons que l'expérience d'un engagement conjoint mérite d'être vécue et qu'elle fournit beaucoup de moments gratifiants qui ont une grande influence sur la vie de couple. »



*Francine et Roland Brouillette*



*Les Jumelles Bourassa*

France et Francine Bourassa, bénévoles depuis 2017, aiment bien surprendre les gens : « Nous sommes des jumelles identiques et faisons du bénévolat ensemble au CHUM. Il arrive qu'un patient nous dise : "Je viens tout juste de vous croiser à un autre étage." »

Pour France Gauthier, retraitée depuis 2018, être bénévole au CHUM lui permet de donner un sens à sa vie, dans une perspective humaine : « J'aime ce que je fais, c'est enrichissant. C'est ce sentiment d'accomplissement qui donne tout son sens à mon bénévolat au CHUM. »



*France Gauthier*

Pierre Bélisle est bénévole au CHUM depuis plus de 10 ans. Il a, dit-il, développé un 6<sup>e</sup> sens pour les gens qui ont besoin de soutien et avec qui il fait la conversation lorsque c'est possible : « Les gens aiment qu'on les aide. J'essaie de diminuer leur niveau de stress. Être bénévole au CHUM, c'est une source de grand plaisir! »



*Pierre Bélisle*

Rendez-vous sur la chaîne YouTube du CHUM pour voir et écouter **France Gauthier** et **Pierre Bélisle** raconter pourquoi ils aiment être bénévoles au CHUM.



## Ce qu'on dit des bénévoles...

« [...] Nous avons des anges au CHUM. Merci à tous les bénévoles. »

— J. Cifer

« [...] Ils sont extraordinaires ces bénévoles. Merci pour votre gentillesse et vos grands cœurs. XXX »

— F. Lévesque

« Merci à tous les bénévoles qui passent plusieurs heures dans notre salle d'attente du Centre de prélèvements! Ils dirigent les patients de façon exceptionnelle. Sans vous, ce ne serait pas pareil! »

— J. Favreau

Les citations peuvent avoir été abrégées ou légèrement modifiées pour en conserver l'essentiel et pour assurer la qualité de la langue.

## Une chanson en l'honneur de nos bénévoles

**Claude Robillard est auteur, compositeur et interprète, retraité de l'enseignement de la musique depuis un peu plus de trois ans. Ayant conservé de bons souvenirs d'un emploi de préposé aux bénéficiaires du temps du cégep, il a décidé de devenir bénévole au CHUM, où il fait surtout de l'écoute auprès de personnes hospitalisées.**

Son expérience est si enrichissante qu'il a composé *De porte en porte*, une chanson qui nous plonge dans l'univers d'un bénévole entrant dans une chambre de l'hôpital pour y passer quelques moments avec un patient. L'œuvre, tout en douceur, est un bel hommage à ces êtres généreux qui offrent plus que leur temps pour les patientes et patients de notre bel hôpital.

Questionné sur ce qui l'a inspiré à écrire *De porte en porte*, Claude Robillard, qui en a fait la chanson thème d'un projet de spectacle de musique et de théâtre, répond tout simplement : « Toute l'émotion ressentie, tout l'enseignement de la vie reçu lors de mes visites aux patients, cela ne doit-il pas être partagé... pour un monde meilleur? »



Le CHUM a produit une vidéo avec la chanson *De porte en porte*. Vous pouvez la retrouver sur YouTube, dans les vidéos du CHUM.



## Patiente

# Oublier les épreuves grâce au bénévolat

Éveline-Claire Nguépi est bénévole depuis un peu plus de deux ans. Pour elle, la question ne se pose pas : il faut faire du bénévolat! « Ça met du baume sur le cœur », explique-t-elle depuis le petit poste d'information qu'elle occupe chaque vendredi. Et du baume, elle en a grandement besoin.

Originaire du Cameroun, médecin de formation, Éveline-Claire Nguépi émigre au Canada avec sa famille en 2012. Elle est alors âgée de 39 ans. Moins de deux ans après son arrivée, elle ressent une faiblesse dans certains membres. Un jour, n'en pouvant plus, elle décide de se rendre à l'urgence d'un établissement montréalais, laissant une petite note aux enfants pour leur dire de ne pas s'inquiéter, qu'elle reviendra le soir même ou le lendemain...

« Ils m'ont revue cinq mois plus tard, se rappelle-t-elle avec émotion. On m'avait prise pour morte aux soins intensifs. J'entendais les médecins se questionner sur mes chances de survie, se demander pourquoi je n'avais pas été dirigée plus tôt à des spécialistes. Mais on a fait l'impossible pour que je m'en sorte. »

Entrée sur ses deux pieds, elle ressort de l'hôpital en fauteuil roulant, quadriplégique, après plusieurs mois aux soins intensifs. Diagnostic : neuromyéélite optique, une maladie atteignant principalement la moelle épinière et les nerfs optiques. Commence une longue réadaptation. Elle a maintenant retrouvé une certaine mobilité et est retournée à la maison, mais sa réhabilitation se poursuit.

C'est l'intervenante d'un centre de réadaptation qui fait le pont avec le CHUM, alors qu'Éveline-Claire Nguépi cherche en vain où faire du bénévolat après son retour à la maison. On l'accueille les bras ouverts. « Je remercie le CHUM de son accueil, de n'avoir pas vu ma couleur, d'avoir accepté ce que je pouvais donner, d'avoir accepté que je foule le sol avec mon fauteuil, de me permettre de me rendre utile. »

Elle est aussi reconnaissante à l'établissement d'avoir acquiescé à sa demande d'envoyer des blouses de bénévoles désuètes dans un hôpital de l'arrière-pays camerounais.

Faire le deuil de son doctorat en médecine et de sa santé a été éprouvant. Mais offrir du temps au CHUM lui permet, comme elle l'affirme avec tendresse, de « retourner dans sa maison ». Que ce soit avec une blouse de bénévole ou de médecin, elle se sent utile pour les patientes et patients. « Chaque vendredi, mentionne-t-elle, je me lève et je me dis : je m'en vais faire mon quart de travail à l'hôpital. »

Être bénévole, soutient-elle, aide aussi à panser les blessures – ce qui explique peut-être pourquoi elle donne un peu de temps à d'autres organismes : « C'est valorisant de pouvoir participer à la société. Tout le monde devrait faire du bénévolat, selon ses capacités. Mon rêve s'est transformé, mais je m'investis à ma façon. »

Celle qui, reconnaissante des bons soins reçus, a voulu redonner à la société en accordant du temps aux autres s'estime plus redevable maintenant : « Je suis si reconnaissante au bénévolat, à ce qu'il m'a permis de faire! »

« Éveline-Claire est une véritable perle, qui veut tellement redonner », insiste Lise Pettigrew, chef du Service de bénévolat, animation et loisirs du CHUM. Éveline-Claire Nguépi, elle, espère simplement toucher les gens en faisant du bénévolat, malgré ses épreuves : « Je ferai du bénévolat toute ma vie, si ça peut aider quelqu'un à avoir envie de continuer, de s'accrocher, de vivre, de ne pas lâcher. »

## Soins palliatifs du CHUM : une expertise à partager

Chaque année, Claudine Tremblay, conseillère en soins spécialisés en gestion de la douleur et en soins palliatifs, organise des formations de deux jours sur les soins palliatifs pour le personnel infirmier du CHUM. En 2019, elle propose à sa gestionnaire, Liza O'Doherty, directrice adjointe, volet qualité et évolution de la pratique, d'élargir l'invitation au personnel infirmier de la **Maison Adhémar-Dion**, un centre de soins palliatifs situé à Terrebonne. Elle connaît le centre pour avoir collaboré à sa mise sur pied, il y a une dizaine d'années.

Le CHUM ayant une mission d'enseignement, sa gestionnaire accepte sa proposition avec enthousiasme. « Nous avons donc intégré quelques personnes à nos formations, sans pour autant modifier le nombre de nos gens qui y ont accès, pour un modeste prix », se réjouit Claudine Tremblay. Son offre a fait mouche : presque tout le personnel infirmier de la Maison Adhémar-Dion s'est inscrit à la formation.

Claudine Tremblay espère offrir des places à d'autres établissements dans le futur. Bravo pour cet engagement envers ses collègues d'autres établissements!



Tammy Nadon et Molly Bergeron-Patenaude, infirmières à la Maison Adhémar-Dion, ont été les premières à intégrer la formation du CHUM sur les soins palliatifs, en décembre dernier.

## Chanter pour soi... et pour les autres

Quelques accords résonnent sous le regard curieux des gens attablés devant leur repas. Puis, à l'unisson, s'élèvent des voix énergiques : *Canticorum Jubilo!* Chantons en chœur dans la joie! On se laisse vite envoûter par les airs classiques, traditionnels ou contemporains, interprétés par la chorale Chantevoix du CHUM.

Constituée en 1996 par des membres du personnel souhaitant partager leur goût de la musique et l'amour de la chanson, la chorale accueille maintenant une trentaine de choristes de tous âges, de toutes provenances, avec ou sans formation musicale. « Avec le temps, explique Monique Argant, présidente, la chorale a pris de l'expansion, et nous sommes maintenant une grande famille composée de gens du CHUM, de l'externe, de retraités, etc. »

Cette famille prépare deux concerts annuels et se produit aussi lors de certains événements du CHUM. « La chorale, c'est le loisir le plus exigeant, mais c'est aussi le moins coûteux que je connaisse! », souligne Lorraine Gariépy, directrice musicale et artistique, et fervente défenderesse de cet art.

Pourquoi chanter? Quelques personnes diront que c'est pour le plaisir, pour la magie de créer en groupe ou pour libérer leurs émotions. Sarah Lauzon, une nouvelle recrue, s'est d'ailleurs jointe à Chantevoix à la suggestion de son médecin. « Depuis, dit-elle avec un sourire, la musique et les choristes font partie intégrante de mon cheminement de guérison. »

D'autres, qui sont aussi bénévoles au CHUM ou dans d'autres organisations, voient la chorale comme un engagement. La doyenne du groupe, Denise Lefebvre, une religieuse hospitalière de Saint-Joseph, choriste depuis l'enfance, affirme d'ailleurs que chanter permet de « rendre les gens heureux, de leur apporter un baume – surtout aux patients quand on chante pour eux ».

**ENVIE DE VOUS LANCER? Communiquez avec Louise Dubé au 514 890-8000, poste 31686, ou avec Monique Argant au 514 606-2908.**



## Des partenaires pas comme les autres

**Nous adorons vous parler des patientes et patients partenaires du CHUM. La raison en est fort simple : leur contribution fait avancer des projets et améliore la qualité des soins et services offerts dans notre établissement. Qu'est-ce qui les amène à s'engager ainsi?**

L'envie de redonner à la société est commune à toutes les personnes à qui nous avons posé la question. « J'avais envie de redonner à la mesure de ce que j'avais reçu, de dire merci aux membres du personnel médical d'être là pour nous, de faire tout en leur pouvoir pour faciliter notre guérison », précise Lynda Piché, une patiente partenaire engagée dans de nombreux comités, recherches, ateliers et conférences.

Pour Denis Cormier-Piché, être patient partenaire lui permet de « rendre hommage à la culture d'innovation tournée vers le mieux-être du patient qui prévaut à tous les niveaux d'organisation du CHUM ». Passionné d'art (il développe présentement un projet de médiation en arts visuels auprès des patients), il est aussi gouverneur à la Fondation Émergence<sup>1</sup>.

Jacques Davignon, double greffé du rein et bénévole depuis 1992 à la Société canadienne du rein, affirme se sentir utile grâce au bénévolat : « En étant patient partenaire au CHUM, j'ai le sentiment de contribuer concrètement au système de santé au travail des professionnels, des intervenants et des chercheurs. »

<sup>1</sup> La Fondation Émergence a pour mission d'éduquer, d'informer et de sensibiliser la population aux réalités des personnes qui se reconnaissent dans la diversité sexuelle et la pluralité des identités et des expressions de genre.

Quant à Carmen Lampron, chirurgienne plasticienne de formation, elle a vu son univers basculer lorsqu'elle a reçu un diagnostic de cancer du sein à 43 ans. « J'ai souhaité faire quelque chose de constructif, donner un sens à ma situation et participer à l'amélioration des services en devenant patiente partenaire », relate-t-elle.

Elle est très engagée dans l'organisation de la soirée BRAVOURE, un événement annuel pour des patientes atteintes d'un cancer du sein. « La collaboration étroite avec madame Lampron est très importante pour BRAVOURE », souligne le Dr Joseph BouMehri, chef de l'Unité de reconstruction mammaire du CHUM au sein du Service de plastie, initiateur de l'événement.

Redonner, s'épanouir, faire avancer des projets... Être patiente ou patient partenaire, c'est choisir un engagement qui nous ressemble!

### Et si vous deveniez, vous aussi, patiente ou patient partenaire?

Le CHUM recrute en continu des personnes ayant connu une ou des expériences de soins au CHUM et qui souhaitent s'impliquer en tant que patiente ou patient partenaire, de façon bénévole. Pour en apprendre davantage et proposer votre contribution, rendez-vous sur notre site Web au [www.chumontreal.qc.ca/patients](http://www.chumontreal.qc.ca/patients).



**Les raisons pour devenir patients partenaires sont nombreuses. Rendez-vous sur la chaîne YouTube du CHUM pour découvrir celles de Robert Olivier, Marie-Andrée Côté et Denis Cormier-Piché.**

# Faire du bien, un massage à la fois

Caroline Guillotte, une patiente du CHUM de 40 ans, est atteinte de fibrose kystique (« FK ») depuis sa naissance. La progression de sa maladie étant plutôt lente, elle a pu étudier et travailler quelques années avant de devoir s'arrêter. « J'ai la chance de pouvoir me payer des services de massage thérapeutique, ce que bien des gens aux prises avec la FK ne peuvent faire, car leur situation financière est souvent précaire », explique-t-elle, en rappelant que la massothérapie n'est pas couverte par l'assurance maladie.

Elle décide donc d'investir personnellement dans un service de massothérapie pour appuyer sa communauté. Ne pouvant soutenir ce programme seule, elle approche la **Fondation l'air d'aller**, un organisme qui offre de l'aide directe aux gens vivant avec la FK (aide alimentaire ou au logement, bourses d'étude ou d'aide psychologique, équipement médical...). La fondation accepte de contribuer généreusement et, à l'été 2019, naît le Fonds Caroline Guillotte. Grâce à ce fonds, les patientes et patients du CHUM hospitalisés et souffrant de FK bénéficient des services de massothérapie de Katarzyna Urbanowicz (« une vraie fée », selon Caroline Guillotte).

Mais Caroline Guillotte visait plus. Elle a mis sur pied un tournoi de tennis léger (mieux connu sous le nom de *pickleball*, un jeu qui ressemble à du *ping-pong* géant, précise-t-elle),



Katarzyna Urbanowicz, massothérapeute; Lise Pettigrew, chef du Service de bénévolat, animation et loisirs; Marie-France Tessier, membre du conseil d'administration de la Fondation l'air d'aller; Jean-Christophe Farrell, technicien en loisirs, et la patiente Caroline Guillotte.

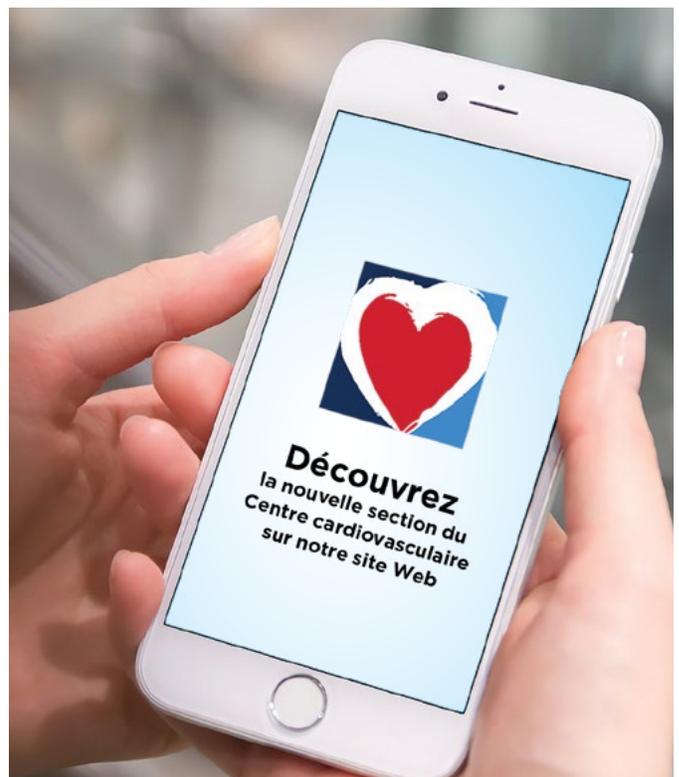
grâce auquel près de 15000 \$ ont été amassés, en décembre dernier. Elle partagera le montant entre son fonds et les autres programmes de la Fondation l'air d'aller.

Voilà une belle initiative d'une patiente qui a à cœur d'apporter un peu de réconfort à ses congénères!

AU CHUM, LA PRÉVENTION  
DES INFECTIONS  
**EST UNE PRIORITÉ!**



**Lavez-vous les mains**



[www.chumontreal.qc.ca/patients/centre-cardiovasculaire](http://www.chumontreal.qc.ca/patients/centre-cardiovasculaire)



## Un engagement actif... beau temps, mauvais temps



**Chaque printemps depuis 10 ans, les équipes du Centre de recherche du CHUM (CRCHUM), du CHUM et de sa Fondation s'unissent pour collecter des fonds pour la recherche lors d'une course amicale : le Défi CRCHUM.**

C'est la fin du mois d'avril 2019. La 10<sup>e</sup> édition du Défi CRCHUM prend son envol. Mère nature boude aujourd'hui : il fait froid, il vente, il pleut. Pourtant, sur le pavé, les souliers résonnent, les mollets se contractent, déterminés à se rendre au fil d'arrivée. Le coup d'envoi est enfin donné. 274 personnes de notre établissement, un nombre record, s'élancent, portant les couleurs du CRCHUM, le vert et le bleu, pour cette course (5 km, 10 km, 21 km) qui se déroule dans le cadre du **Défi caritatif Banque Scotia**. On y court ou on y marche pour faire avancer la recherche, essentielle pour améliorer les soins aux patientes et patients.

Année après année, le CRCHUM continue d'être l'une des organisations les plus engagées de cet événement. En 10 ans, les équipes mobilisées ont recueilli près de 850 000 \$ au profit de la recherche en santé. Une somme impressionnante qui ne doit pas faire oublier que chaque dollar compte pour soutenir la recherche.

Quelques mois avant l'événement, les équipes proposent différentes activités de financement, dont la vente de pâtisseries, de repas ou de cadeaux pour les fêtes. Plusieurs projets de recherche axés sur la patiente et le patient bénéficient des fonds amassés. Puisque la formation et l'innovation sont au cœur des avancées scientifiques, une partie des sommes perçues est transformée en bourses de formation professionnelle ou en bourses permettant à des étudiantes et étudiants de présenter leurs recherches dans des congrès.

« Au-delà de la collecte de fonds, le Défi rassemble notre communauté autour d'un objectif commun, favorise notre cohésion et renforce notre sentiment d'appartenance », souligne Vincent Poitout, directeur de la recherche au CHUM, lors du bilan de l'événement, à la fin de mai 2019, devant les participantes et participants. Ces derniers ont alors bien hâte de connaître les résultats de leurs efforts et plusieurs portent fièrement leur chandail vert du Défi. Sur l'écran géant de la salle qui les accueille, des visages rayonnants photographiés sous la pluie lors de l'événement semblent dire : « Ça valait la peine! »

Dès l'apparition des chiffres du bilan, soit plus de 85 000 \$ recueillis en dons, les applaudissements résonnent. La fierté est palpable. Le son monte d'un cran lorsque la Fondation ajoute un montant complémentaire : le cap des 100 000 \$ visés est franchi!

« Depuis 2010, le Défi CRCHUM, c'est plus de 1960 participations et plus de 10 000 dons! »

Ce jour de mai, aux côtés de Vincent Poitout, Julie Chaurette, présidente et directrice générale de la **Fondation du CHUM**, le dira sans détour : « Je suis fière que la Fondation ait pu contribuer activement au recrutement de participants et à l'atteinte de l'objectif pour les 10 ans du Défi. Nous profiterons de cette belle dynamique dans les années à venir. »

Les liens tissés entre le Centre de recherche et la Fondation du CHUM s'étendent bien au-delà du Défi. Soutenir la recherche, l'ancrer dans sa communauté et dans la société québécoise est un engagement de chaque instant et concourt à l'amélioration de la santé des patientes et patients.

En 2018-2019, la Fondation du CHUM a soutenu le recrutement de chercheuses et chercheurs d'expérience, dont Bertrand Routy et Marie-Claude Bourgeois-Daigneault (cancer), ainsi que Sophie Petropoulos (fertilité). Sa contribution financière a aussi contribué à l'acquisition de plateformes technologiques à la fine pointe, notamment pour la chirurgie oculaire, et le développement du Centre d'intégration et d'analyse des données médicales (CITADEL)

**Importante réalisation du CRCHUM, CITADEL donne accès à un grand ensemble de données médicales et administratives générées au CHUM. Dans le cadre de projets, les équipes de recherche et cliniciennes et les gestionnaires exploitent les données de CITADEL pour analyser les conditions médicales ou les soins et services, avant d'en faire profiter les patientes et les patients.**

Le printemps arrive à grands pas, le 11<sup>e</sup> Défi CRCHUM aussi! Alors, commencez à réveiller vos mollets, la course vous tend les bras. Vous préférez marcher? C'est possible de le faire, sur un parcours de 5 km. Vous souhaitez courir avec une poussette pour en faire une activité familiale? C'est possible aussi! Invitez vos camarades, proches et collègues à participer à cette activité festive et rassembleuse, et à placer la santé au cœur de leurs priorités.

**SOUTENEZ LA RECHERCHE AU CHUM** en vous inscrivant aujourd'hui à l'édition 2020 du Défi caritatif Banque Scotia, qui aura lieu les **25 et 26 avril**. Appuyez celles et ceux qui ont l'audace de chercher plus loin en organisant une collecte de fonds. Toutes les sommes recueillies serviront à la poursuite de nos activités de recherche.

**AUCUNS FRAIS D'INSCRIPTION POUR UNE COLLECTE DE FONDS DE PLUS DE 125 \$.**

Pour plus d'information :  
[fondationduchum.com/evenements](http://fondationduchum.com/evenements)

**514 890-8347**  
[evenement@fondationduchum.com](mailto:evenement@fondationduchum.com)



Les cheveux au vent, les mollets déterminés, on court pour faire avancer la recherche.



La pluie n'a pas découragé les cœurs les plus fervents!



Des représentantes de la Fondation du CHUM arborent fièrement leurs médailles.

**POUR TOUT SAVOIR** du prochain Défi, suivez-nous sur l'une des pages Facebook suivantes : [CHUM](#), [CRCHUM](#) ou [Fondation du CHUM](#).



## Des professionnelles et professionnels engagés pour la relève

Concours de dextérité par laparoscopie lors de la cérémonie de clôture de l'Académie d'été du CHUM, supervisée par Jérôme Millette, spécialiste en simulation clinique.

**Sept heures du matin. 30 élèves du secondaire, fébriles, arrivent au CHUM pour vivre une semaine immersive intense, une expérience qui changera probablement le cours de leur vie. Jumelés à des professionnelles et professionnels de la santé, ces jeunes vont découvrir les dessous de l'un des plus importants centres hospitaliers du Québec. Ils sont la deuxième cohorte de l'Académie d'été du CHUM!**

Nathalie Nadon, membre du comité instigateur du projet, de l'équipe de la Direction de l'enseignement et de l'Académie CHUM, nous donne plus de détails sur ce programme d'immersion novateur.

### Q : D'où est venue cette idée d'Académie d'été?

**R :** Le système de la santé aura toujours besoin d'une relève passionnée pour continuer d'offrir les meilleurs soins à la population. Nous nous sommes dit que, pour motiver des jeunes à choisir une profession en santé, il fallait leur faire connaître des professions auxquelles ils n'ont jamais pensé. Nous voulions aussi leur montrer concrètement que ce milieu est dynamique, valorisant et, surtout, débordant de gens dévoués. Inspirés par les camps d'été d'universités américaines, nous avons créé notre propre programme, à l'intention des jeunes des établissements scolaires secondaires de la province. Une première au Québec, qui leur permet de toucher à toutes les professions en santé!

### Q : Quels défis avez-vous rencontrés?

**R :** Le pari était grand : permettre à ces jeunes d'accéder à plusieurs environnements de travail restreints, d'être accompagnés par divers types de professionnels aux horaires déjà bien chargés et trouver des partenaires pour nous aider dans cette mission. Nous avons été impressionnés par la réponse positive et l'engouement de l'ensemble de la communauté CHUM qui a accepté d'embarquer à fond dans le projet.

### Q : À quoi attribuez-vous la réussite de ce projet?

**R :** À la grande générosité et à l'engagement de toutes les équipes! Grâce à elles, plus de 300 pairages avec différents professionnels de la santé (médecins, intensivistes, infirmières, inhalothérapeutes, physiothérapeutes, travailleurs sociaux, pathologistes, pharmaciens, etc.) ont pu se faire à chacune des éditions.

### Q : Qu'est-ce qui vous a le plus marqué durant ces deux années?

**R :** Nous avons tissé des liens privilégiés avec près d'une centaine de jeunes et leur famille. Le plus touchant, c'est de voir la fierté des parents, de sentir la passion des jeunes et de voir le dévouement de nos équipes pour la relève. Autre fait marquant : le nombre de CV reçus pour occuper un emploi ou faire du bénévolat au CHUM suivant leur participation, ce qui prouve aussi qu'ils ont adoré leur expérience.

### L'ACADÉMIE D'ÉTÉ, C'EST :

- ✓ Suivre des professionnelles et professionnels de la santé, et visiter des pôles névralgiques d'un hôpital (laboratoires, radiologie, bloc opératoire, pharmacie).
- ✓ Des patientes et patients partenaires qui partagent leur expérience.
- ✓ Des ateliers pour s'exercer à faire des points de suture, des échographies cardiaques, des intubations et même des chirurgies par laparoscopie sur les appareils et le mannequin de simulation haute-fidélité de l'Académie CHUM!

### INSCRIVEZ-VOUS POUR 2020!

Les élèves de 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> année du secondaire seront invités, ce printemps, à soumettre leur dossier de candidature. Surveillez les médias sociaux du CHUM pour les détails.

# Des remerciements en héritage

Le témoignage de Marie-France Boucher est un véritable hymne à la vie. Laissez-la vous inspirer!

**Poussée dans un fauteuil roulant par Robert, son accompagnateur et ami, Marie-France Boucher s'est présentée spontanément à nos bureaux, au début de novembre 2019. Dans ses mains, un cahier ligné contenant un témoignage. Empreint de la sagesse des gens dont la vie a été difficile et qui savent que la fin approche, son récit parle d'espoir, de paix et de sérénité.**

Diagnostiquée d'un cancer agressif du col de l'utérus de stade 4<sup>1</sup> en août 2019, moins de deux ans après le décès de son conjoint, lui-même emporté par un cancer, Marie-France Boucher est rapidement hospitalisée aux soins palliatifs du CHUM. « En un mois, raconte-t-elle, j'ai pris 14 lb! J'ai été traitée comme une princesse : massothérapie, musicothérapie, service de coiffure. Tout le personnel – les préposés aux bénéficiaires, les infirmières, les bénévoles – bref, toute l'équipe est radieuse, sincère, empathique, généreuse. »

« Je suis toute souriante et pleine de reconnaissance devant toute cette grande générosité et cette bonne énergie que m'a apportées le CHUM. »

Même si ses jours sont comptés, Marie-France Boucher se sent mieux que jamais dans son cœur. Sa douleur physique est contrôlée, et elle peut se concentrer sur autre chose.

Pour elle, le plus important est d'accepter les faits, de garder le moral et d'être bien entourée. « Je suis enfin heureuse, libre et joyeuse, affirme-t-elle, ajoutant du même coup que sa spiritualité l'aide à accueillir la situation avec sérénité. Mes proches ressentent bien cette paix qui m'habite désormais. Je suis tellement privilégiée de vivre ces beaux moments inoubliables! Un jour à la fois est la clé, tout simplement. Le pardon est aussi une grande source d'énergie pour moi : j'y puise mes forces. »

**Note de la rédaction : Juste avant de mettre sous presse, nous avons appris que madame Boucher était décédée. Nos plus sincères condoléances à ses proches.**

Avec un clin d'œil à son passé qui ne lui a pas toujours souri, elle se remémore ce « moment merveilleux » où, par une journée ensoleillée de septembre, au CHUM, elle a obtenu son jeton soulignant ses quatre ans de sobriété avec le soutien des Alcooliques anonymes.

Marie-France Boucher n'en est pas à sa première épreuve... Mais sa résilience transparaît dans ces mots qu'elle a griffonnés avec application sur les lignes du cahier : « Adieu inquiétudes, tristesses, tourments. Bienvenue au bonheur! La sérénité m'accompagne à tout instant. »

Que cette sérénité soit vôtre jusqu'au dernier instant, madame Boucher! Et qu'elle inspire toutes les personnes devant faire face à une situation éprouvante.



<sup>1</sup>Cancer s'étant habituellement propagé à d'autres endroits – aussi appelé *cancer métastatique*.

Marie-France Boucher, lors de son passage à nos bureaux. Elle souhaitait grandement partager son message d'espoir.

Olivia Regnault, psychologue clinicienne au CHUM, Danièle Bourque, intervenante en soins spirituels au CHUM, et Nathalie Privé, agente de gestion du personnel au CHUM, en pleine discussion sur l'usure de compassion.



# En faire trop jusqu'à se rendre malade

**S'engager dans de bonnes causes, soigner les gens, ça fait du bien. On se sent utile, on reçoit de la reconnaissance. Mais est-ce possible d'en faire trop, au point de se rendre malade? La réponse est oui. L'usure de compassion guette autant les proches que les équipes soignantes ou les bénévoles.**

### Un peu de théorie

« L'usure de compassion englobe certains symptômes que l'on retrouve dans la dépression, jumelés à des symptômes propres au stress post-traumatique, explique Olivia Regnault, psychologue clinicienne au CHUM. Il s'agit d'une accumulation de stress lié au fait d'aider dans un contexte où l'on s'implique trop émotionnellement. On peut alors ressentir de la culpabilité (d'être soi-même en santé, de ne pas avoir été à la hauteur, etc.), un sentiment d'impuissance; on en vient à avoir une vision de soi négative, un sommeil perturbé, de l'irritabilité, une perte d'appétit. La limite est franchie, et l'usure s'installe. »

Danièle Bourque, intervenante en soins spirituels au CHUM, préfère parler d'usure d'empathie. « La compassion est un mode de vie, soutient-elle, une sorte de vocation; mais quand on vibre trop à la souffrance de l'autre, on risque de tomber dans l'usure d'empathie. »

### Comment l'éviter?

Pénurie de main-d'œuvre en santé, proches déjà débordés par leurs responsabilités professionnelles et familiales qui souhaitent aider leurs proches, comment éviter l'usure?

Nathalie Privé est agente de gestion du personnel au CHUM, membre d'une équipe de soutien à l'amélioration continue en prévention (ÉSACP - une composante d'un projet appelé *Virage prévention*, mis en place par le ministère de la Santé et des Services sociaux). À ce titre, elle accompagne des gestionnaires et leurs équipes dans le maintien et le développement d'un environnement de travail sain, sécuritaire, mobilisant et attractif. L'usure de compassion fait partie de ses champs d'intervention. Pour elle, la prévention passe, entre autres, par une saine hygiène de vie et un bon réseau de soutien. « Il faut aussi apprendre à demander de l'aide, à ventiler, à reconnaître qu'on ne pourra pas sauver le monde, rappelle-t-elle. Et c'est vrai autant pour le personnel que pour les gens qui font du bénévolat ou aident des proches. »

Pour Olivia Regnault, bien se connaître et savoir quelles sont nos motivations est essentiel; il faut, à son avis, se bâtir des stratégies avant que n'apparaissent les symptômes d'usure. Elle rappelle que tout le monde est à risque de vivre l'usure de compassion, parce que, trop souvent, on connaît mal ses

limites. « Prendre le temps de s'arrêter, de se poser quand la pression est trop forte, notamment lorsqu'on est sur la "ligne de feu" (urgence, soins intensifs, par exemple), est particulièrement aidant », renchérit Danièle Bourque. Cette dernière offre d'ailleurs des ateliers de méditation en pleine conscience à du personnel infirmier, le midi.

### Quelques conseils

Danièle Bourque recommande de pratiquer la gratitude, qui mène à la bienveillance et réconforte. « On n'oublie pas de pratiquer cette bienveillance envers nous-même! », rappelle également Nathalie Privé, en ajoutant qu'il faut avoir confiance dans les capacités de l'autre de se prendre en charge. Olivia Regnault, pour sa part, nous met en garde contre les promesses : si on ne peut les tenir, on se sentira coupable, ce qui augmentera le risque d'usure.

Aidons, soutenons et faisons preuve de générosité – incluant avec nous-mêmes!

#### Du soutien pour tous les besoins

N'attendez pas qu'il soit trop tard!

Des ressources existent, parfois tout près...

- > **Bénévoles** : Après une intervention difficile émotivement auprès d'un patient ou d'une patiente, assurez-vous de faire un bon *debriefing* avec quelqu'un de l'équipe du Service du bénévolat, animation et loisirs qui a les compétences pour vous appuyer.
- > **Équipes du CHUM** : Parlez-en à votre gestionnaire, trouvez des moments pour évacuer la pression avec des collègues ou profitez du programme d'aide aux employées et employés.
- > **Proches** : Vous trouverez sur Internet, de nombreux groupes de soutien, souvent liés à un type de maladie (p. ex. : maladie mentale, Parkinson, fibrose kystique). Le **Regroupement des aidants naturels du Québec** ouvre la porte de 93 organisations de soutien aux proches aidantes et proches aidants.

#### LECTURE RECOMMANDÉE

Plusieurs ouvrages traitent de l'usure de compassion. Vous aimerez sûrement cette recommandation de nos spécialistes : Madeleine Fortier (2018). **Usure de compassion : jusqu'où aller sans se brûler**, Presses Inter Universitaires.



CONSEIL DES INFIRMIÈRES ET INFIRMIERS

## Un personnel infirmier engagé et mobilisé

Le Conseil des infirmières et infirmiers (CII) et ses membres participent activement à différentes initiatives pour soutenir la mission du CHUM et prodiguer des soins de qualité maximale aux patientes et patients. Les journées *1 au cube* (ou *1<sup>3</sup>*, soit *1* pour *pratique infirmière* et *1<sup>3</sup>* pour *intervenir, influencer et innover*) sont un excellent exemple de cet engagement.

Ce sont près de 80 infirmières, infirmiers, infirmières auxiliaires et infirmiers auxiliaires, provenant de différentes spécialités, qui assistent à ces journées où la pratique clinique est à l'honneur. Organisées quatre fois par année, ces rencontres offrent aussi la possibilité au personnel infirmier d'échanger sur les enjeux vécus, de proposer des solutions envisageables et d'acquérir du leadership en influençant l'avenir des soins infirmiers au CHUM. Cette initiative de la Direction des soins infirmiers et soutenue par les membres du CII permet de construire une équipe infirmière mobilisée.

Qui en bénéficie le plus? Nos patientes et patients, bien sûr, que le personnel infirmier cherche toujours à mieux servir!



## Saviez-vous que...

les membres du conseil d'administration du CHUM ne reçoivent aucune rémunération? C'est aussi une forme d'engagement!

# Une carrière pour la vie!

« Il y a d'autres gens aussi impliqués que moi dans le domaine de la recherche en santé que vous pourriez interviewer! » a d'abord répondu José Côté, Ph. D., infirmière et chercheuse régulière au Centre de recherche du CHUM, à notre demande d'entretien. Heureusement que nous l'avons convaincue de nous accorder un moment...

Dès le début de ses études, dans les années 80, José Côté décide de s'impliquer auprès des infectés par le sida, un virus alors mortel. « Je me sentais très interpellée, explique-t-elle, parce qu'on ne pouvait rien faire d'autre que d'attendre que les gens meurent de l'infection; je me suis demandé comment je pouvais les aider à avoir plus d'espoir. » José Côté choisit alors de devenir chercheuse afin de trouver des stratégies pour mieux les soigner.

Elle est notamment à l'origine du concept d'infirmière virtuelle TAVIE™ (Traitement, Assistance Virtuelle Infirmière et Enseignement), un programme d'interventions personnalisées pour soutenir les personnes dans l'autogestion de défis liés à leur condition chronique de santé. On ne s'étonnera pas de savoir que le premier TAVIE™ a été consacré aux personnes vivant avec le VIH... Mais d'autres programmes ont suivi pour l'épilepsie, l'insuffisance rénale, le Parkinson, etc. Pour l'instant, TAVIE™ est utilisé surtout en contexte de recherche, mais l'équipe de développement espère pouvoir les diffuser à grande échelle d'ici quelques années.

### La réussite : un travail d'équipe avec des personnes vivant avec leur maladie chronique

Des patientes et patients sont toujours inclus dans ses recherches, menées avec de fidèles collaboratrices et collaborateurs depuis de nombreuses années. « C'est grâce à l'engagement et à la vision commune de toute l'équipe que nous avons reçu plusieurs distinctions », dit-elle humblement. Même si certains prix soulignent davantage ma carrière, notamment le Prix Florence, de l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec (2016), et le Prix Femme de mérite du Y des femmes (2019), les honneurs reviennent surtout à son équipe, ajoute-t-elle.

José Côté siège au conseil d'administration de la Maison d'Hérelle, qui offre de l'hébergement adapté aux personnes vivant avec le VIH/sida où, tient-elle à souligner, les intervenantes et intervenants font un travail exceptionnel. Elle a aussi joint le comité de coordination de Montréal sans sida, une initiative visant à mettre fin à l'épidémie du VIH dans la métropole d'ici 2030.

Et dire que José Côté trouvait qu'il y avait peu à raconter sur elle!



## Joviane Mukiza, *shangazi* au Rwanda

« Elles sont résilientes et tellement reconnaissantes! Elles nous donnent plus que ce qu'on leur donne. » C'est ainsi que Joviane Mukiza, infirmière en salle de réveil au CHUM, décrit les femmes qu'elle a soignées au Rwanda avec des équipes de la fondation montréalaise **Mères du monde en santé** (MMS).

Joviane Mukiza, 26 ans, a toujours voulu faire de la coopération internationale. MMS, dont la mission est d'améliorer la santé maternelle en Afrique, lui a ouvert les bras. Trois fois déjà, pendant une semaine, elle a travaillé en salle de réveil dans un hôpital rwandais auprès de femmes ayant subi des interventions chirurgicales visant à guérir des fistules obstétricales<sup>1</sup>. Les équipes opèrent grâce au matériel transporté depuis le Canada, avec des chirurgiennes et chirurgiens locaux, s'assurant ainsi de transférer leur savoir pour une prise en charge autonome dans le futur.

« Avant d'y aller, j'ignorais que cette condition existait, explique-t-elle. C'est très tabou au Rwanda; certains médecins ne connaissent même pas les fistules! »

Elle qualifie d'atroce la vie des patientes : « Je dirais que 90% des femmes que nous soutenons vivent un deuil multiple : deuil de leur corps, de la famille, du mari, du statut social et de l'enfant perdu aussi. » (Les fistules se produisent lors d'un accouchement difficile, pendant lequel la tête du bébé reste coincée longtemps dans le canal utérin.)

À chaque mission, une douzaine d'interventions sont effectuées par MMS, pour permettre à des femmes à retrouver une vie normale. Ces femmes gardent le contact entre elles et avec leur jeune infirmière, qu'elles surnomment tendrement *shangazi*, qui signifie *tantine* en kinyarwanda, la langue la plus parlée au pays.

Joviane Mukiza a déjà très hâte à sa prochaine mission, en avril : « On est chanceux ici. On mange, on boit, on est au sec, ce n'est pas tout le monde qui a cette chance. En faisant du bénévolat comme celui-ci, ça fait réfléchir et ça donne le goût de faire une différence. »

<sup>1</sup>Causée par le manque d'accès à des soins lors d'accouchements difficiles et prolongés, la fistule est une communication anormale entre le vagin et la vessie ou le rectum. Elle provoque une incontinence urinaire ou fécale. (Source : MMS)

# Mission : protéger les plus vulnérables

Le Dr Nicolas Bergeron est tombé dans la potion magique de l'engagement pendant ses études médicales. Il a fait ses premières armes dans des associations étudiantes pendant qu'il se préparait à devenir médecin, puis psychiatre.

Les attentats terroristes du 11 septembre 2001, à New York, marquent un tournant dans sa carrière. Alors qu'il s'y trouve pour compléter une surspécialisation, l'ampleur de la tragédie l'incite à se rendre à la zone dévastée pour offrir spontanément – et bénévolement – ses services.

Il revient à Montréal avec, dans son bagage clinique, outre un vif intérêt pour le trauma et la psychiatrie de désastre, une expérience terrain hautement humaine. Il s'engage alors dans le conseil d'administration de l'organisme communautaire **Entraide Grands Brûlés** et dans celui de **Médecins du Monde Canada**, une organisation de solidarité internationale qui s'appuie sur l'engagement bénévole pour porter secours aux populations vulnérables partout dans le monde (y compris celles de Montréal); il y est président depuis 2006.

Le Dr Bergeron estime que l'engagement permet d'incarner pleinement ses valeurs, de rencontrer ses responsabilités, d'agir et... d'être libre. Il évoque une seule mise en garde : « Il y a une limite à l'engagement individuel. Si l'on veut que des transformations sociales se produisent, il faut se regrouper et se structurer, comme le fait le réseau de Médecins du Monde, porteur d'innovation et d'un plaidoyer pour un accès effectif à la santé dans le monde. »



Le Dr Nicolas Bergeron, médecin psychiatre, professeur adjoint de clinique au CHUM, chercheur au Centre de recherche du CHUM et président de Médecins du Monde Canada.

Questionné sur les rêves qu'il entretient pour le monde de demain, son regard se voile et semble se perdre à l'horizon. « Prenons l'exemple des changements climatiques, finit-il par dire; on sait qu'ils vont causer de grands déplacements humains, provoqueront des crises humanitaires et mettront à mal les frontières. Nous sommes rendus à un point de bascule où la prise de conscience individuelle doit passer à une prise de conscience collective et politique. Les budgets en santé sont limités. Nous devons nous positionner sur cette difficile question : que faut-il protéger : les frontières et les systèmes ou les personnes et l'humanité? »

La potion magique de l'engagement continue à faire effet... Heureusement, car l'humanité a bien besoin de gens comme le Dr Bergeron.

## Célébrer l'amour même quand la maladie raccourcit la vie

Les bénévoles du CHUM ont fait des pieds et des mains pour qu'Amara, hospitalisé aux soins palliatifs, et Josianne, sa fiancée, puissent célébrer leur amour.

Amara et Josianne se rencontrent au printemps 2018 et se fiancent quelques mois plus tard. Les fêtes de fin d'année sont toutefois difficiles : Amara vient d'être diagnostiqué d'une hépatite B et, malgré la prise en charge, ses douleurs s'accroissent, jusqu'à ce qu'il se présente à l'urgence, au début de janvier 2019. Le verdict tombe : cancer du foie virulent, il ne lui reste plus que quelques jours à vivre. Il est admis aux soins palliatifs.

Le 22 janvier, Josianne et Amara font part de leur souhait de se marier à leur infirmière, Geneviève Fraser, qui relaie leur demande au Service de bénévolat, animation et loisirs du CHUM. En 24 heures, tout est coordonné et organisé par le service et des bénévoles. On veut permettre aux tourtereaux de vivre un moment magique.

Le 25 janvier 2019, grâce aux bénévoles, le couple se marie, dans une cérémonie simple, empreinte d'amour et de sérénité. « Amara s'est éteint quelques jours plus tard, le 3 février, souligne Josianne. J'ai pu rester avec lui et prendre le temps qu'il fallait pour lui dire au revoir. Je suis très reconnaissante pour cette autre marque de respect de la part du CHUM. »





## Une journée dans la vie de... Claire, Martin et Geneviève, coordonnateurs à la gestion des lits

### Comment décrivez-vous votre travail à votre entourage?

**Claire Lebel :** J'aime bien dire, pour leur donner une image, que je suis une chef d'orchestre, même si chaque professionnel a un rôle clé à jouer! Dans l'hôpital, on a des « points chauds » (urgence, soins intensifs, bloc opératoire). Chaque matin, nous nous assurons que les patients arrivés au CHUM pour une chirurgie ou qui doivent être hospitalisés à la suite d'une consultation à l'urgence sont admis le plus rapidement possible sur une unité de soins. Souvent, je me compare aussi à un ange gardien.

**Martin Reed :** Les mots **ange gardien** devraient être écrits en gras! Moi, je leur dis que j'ai le plus beau travail du monde. Je suis tellement heureux et fier de mon travail! Être coordonnateur à la gestion des lits, c'est l'une des plus grandes responsabilités de l'hôpital – et je le dis sans prétention.

### À quoi ressemble une journée type?

**C. L. :** On commence par prendre connaissance des rapports des coordonnateurs d'activités de nuit et de l'état d'occupation des lits. Puis on se divise le travail de la journée – coordination pour les lits en médecine, coordination des lits liée aux interventions chirurgicales et autres mandats.

**M. R. :** On tient ensuite une courte réunion de gestion des lits, à laquelle près de 35 chefs d'unité, cogestionnaires clinico-administratifs et autres professionnels font le point sur les admissions et les congés de la journée.

**Geneviève Ainsley :** On utilise un logiciel spécialisé qui montre, en temps réel, l'état d'occupation des lits sur chaque unité, ce qui nous permet d'évaluer rapidement la situation.

Ils ne sont que trois et travaillent dans l'ombre. Pourtant, ils jouent un rôle d'une importance capitale pour les patientes et patients. Leur préoccupation quotidienne? Veiller à une gestion optimale de l'occupation des lits afin que les patientes et patients puissent recevoir les meilleurs soins. Bienvenue dans le monde des coordonnatrices et coordonnateurs à la gestion des lits!

### Quel est votre parcours professionnel?

**G. A. :** J'ai été infirmière à l'unité coronarienne; j'ai fait des soins à domicile, de la réadaptation et même un peu de travail en désintoxication, puis j'ai enseigné les soins infirmiers pendant une dizaine d'années. Ensuite, j'ai fait de la coordination d'activités de soir et de fin de semaine au CHUM, pendant cinq ans, avant de me joindre à l'équipe en 2019.

**C. L. :** J'ai été infirmière en urgence pendant 20 ans, où j'ai occupé plusieurs rôles. Par la suite, j'ai travaillé comme chef d'unité en neurochirurgie. La passion pour la coordination m'a menée à mon poste actuel, il y a une dizaine d'années.

**M. R. :** J'ai été coordonnateur d'activités à l'Hôtel-Dieu, puis je suis parti faire un peu de gestion et d'enseignement avant de revenir au CHUM comme coordonnateur d'activités. Je suis coordonnateur à la gestion des lits depuis 2016. Mon cœur a toujours été au CHUM!

## Quelles qualités sont nécessaires pour faire ce travail?

**M. R. :** Ça prend un bagage clinique très solide, puisque nous composons chaque jour avec des sommités médicales.

**G. A. :** On doit être capable de prendre des décisions rapides et, parfois, trancher. On doit prendre la meilleure décision pour le patient, tout en ayant en tête le portrait global des demandes que nous recevons.

**C. L. :** Il faut savoir travailler en équipe. Une décision peut engendrer beaucoup de questions des autres professionnels qui travaillent avec nous. Mais notre priorité, c'est le patient, et on doit réussir à rallier les gens aux décisions que nous prenons.

## Quels sont les plus grands défis de cette fonction?

**C. L. :** C'est de s'assurer que tous les patients sont placés au bon endroit. On travaille très fort, avec nos collègues, pour que les patients puissent récupérer dans la tranquillité d'une chambre et non à l'urgence.

**M. R. :** La pression. Elle nous arrive de partout et à tout moment [pendant l'entrevue, plusieurs coups de fil urgents ont résonné dans la salle de réunion]. Pour les unités de soins ou les médecins, c'est leur patient qui vit la pire des situations; moi, il faut que je prenne en compte l'ensemble des patients dans ma prise de décision.

**G. A. :** Il y a des périodes de pointe qui demandent plus d'énergie. Par exemple, l'hiver, on doit composer avec l'augmentation des cas d'influenza jusqu'en février – sans oublier la gastro.

« Malgré le titre que nous portons, ce ne sont pas des lits que nous gérons : ce sont des patients. Nous prenons toujours nos décisions en fonction de leurs besoins. »

— Claire Lebel,  
coordonnatrice à la gestion des lits

## Qu'est-ce que vous aimez le plus dans ce travail?

**G. A. :** J'aime la collaboration que nous avons avec plusieurs intervenants : ensemble, nous cherchons des solutions, dans une approche collaborative. Je prends des décisions, mais avant de statuer, j'écoute les gens qui ont des solutions à nous proposer.

**C. L. :** Pour moi, c'est de contribuer aux efforts qui sont faits pour que le patient reçoive les meilleurs soins possible, même s'il ne le sait pas puisque nous travaillons dans l'ombre. C'est la satisfaction de savoir que j'ai facilité l'accès à nos soins tertiaires ou quaternaires à ceux qui en ont le plus besoin. Et, bien sûr, le travail d'équipe qui est au centre de nos succès!



## Être altruiste et vivre mieux

« L'engagement, c'est ce qui donne du sens à notre vie, un sentiment d'estime de soi, de cohérence personnelle », avance Christophe André, psychiatre et figure de proue de la présence attentive (aussi appelée pleine conscience ou *mindfulness*) dans le monde francophone.

Mais pour que l'engagement produise du sens, enrichisse notre vie et renforce notre estime de soi, le comportement prosocial<sup>1</sup> serait l'un des ingrédients clés. Avoir un comportement prosocial signifie tout simplement se soucier des autres et leur venir en aide. Cet altruisme représenterait une voie directe vers un bien-être, une santé et une longévité accrues<sup>2</sup>. Vu ainsi, l'altruisme<sup>3</sup> ne serait-il pas une forme d'engagement à cultiver?

**Danièle Bourque**, docteure en sciences des religions et intervenante en soins spirituels au CHUM

<sup>1</sup> Layard, et al. (2014). « What Predicts a Successful Life? A Life-course Model of Well-being », *The Economic Journal*. Vol.124, no 580.

<sup>2</sup> Stephen G. Post (2005). « Altruism, Happiness, and Health : It's Good to Be Good », *International Journal of Behavioral Medicine*, vol. 12, no 2, p. 66-77.

<sup>3</sup> Jacques Lecomte (2002). *Bonté humaine : altruisme, empathie, générosité*, Paris : Odile Jacob.

## Comment aider une ou un proche atteint d'un cancer?

Consultez la [fiche santé](#) sur le sujet en visitant notre site Web, à la section **Patients/Je cherche de l'information sur ma santé/Fiches santé/Sujet : cancer**.



## Danser pour soulager la douleur



C'est l'histoire d'une rencontre entre une ergothérapeute passionnée de danse, Émilie Demers, un chorégraphe, Simon Ampleman, et des personnes atteintes de douleur chronique, dans un lieu unique, le CHUM. De cette rencontre sont nées des créations artistiques sensibles et innovantes.

Le résultat : quatre vidéodanses et un documentaire relatant l'histoire touchante de ce projet, mené par des danseuses et danseurs professionnels ainsi que des patientes et patients souffrant de douleurs chroniques. *En ces lieux, ils danseront* est une œuvre incomparable qui a permis à des gens de transcender leurs épreuves par le mouvement et la chorégraphie.

### La danse comme approche en santé intégrative

« Un des objectifs est d'offrir une opportunité aux patients de se mobiliser, corps, cœur et esprit, de s'engager dans un projet concret et productif permettant un dépassement de soi, note Émilie Demers, danseuse professionnelle et ergothérapeute au CHUM. L'acte créatif est en soi révélateur de potentiel, un motivateur. Chez des patients, nous visons à briser l'isolement par les échanges en groupe, à augmenter la confiance en soi et en ses capacités, à insuffler un nouvel élan vers la guérison ou dans le développement d'une nouvelle identité qui soit positive malgré la maladie ».

Pour Simon Ampleman, directeur artistique d'Ample Man Danse, chorégraphe (danse urbaine et contemporaine) et médiateur culturel, « ces gens vivent des défis colossaux au quotidien, d'autant plus que la douleur n'est pas visible de l'extérieur. Tout est en dedans. Et là, nous on se présente dans leur vie, en marge de leur thérapie, simplement pour créer *in situ* dans l'architecture du CHUM. Et ça a un impact! »

Découvrez cette vision singulière de la douleur et de son expression dans un milieu ouvert en regardant les vidéos sur le site Internet de La Fabrique culturelle, au [lafabriqueculturelle.tv/series/321/en-ces-lieux-ils-danseront](http://lafabriqueculturelle.tv/series/321/en-ces-lieux-ils-danseront).

Le conseil multidisciplinaire est composé de plus de 2200 techniciennes, techniciens, professionnelles et professionnels du CHUM qui œuvrent dans 59 titres d'emploi différents. Les ergothérapeutes sont membres du conseil multidisciplinaire.



### Dépistage de surdité obligatoire chez les nouveau-nés

Le 27 janvier est entré en vigueur le **Programme québécois de dépistage de surdité chez les nouveau-nés (PQDSN)**. Cette initiative gouvernementale permet de détecter précocement la surdité et d'entreprendre les interventions nécessaires avant que l'enfant atteigne l'âge de six mois. Le CHUM applique désormais les protocoles de dépistage auditif et oriente, si requis, les nouveau-nés vers un centre de confirmation diagnostique ou de surveillance en audiologie.

## Ressources documentaires : l'union fait la force!

Depuis plus de 10 ans, le Consortium des ressources électroniques offre, au personnel professionnel des établissements de santé et de services sociaux membres du RUISSS de l'UdeM, l'accès à des bases de données documentaires, à des périodiques scientifiques ainsi qu'à des outils d'aide à la décision clinique.

Ces ressources documentaires étant coûteuses, mais tout de même indispensables pour l'amélioration des soins et des services à la population, elles sont achetées de façon consortiale par les établissements du RUISSS de l'UdeM afin d'obtenir un tarif avantageux auprès des fournisseurs.

Devant le succès de cette méthode qui a permis aux établissements de réaliser des économies considérables, le RUISSS de l'UdeM a entrepris d'élargir le Consortium afin d'accueillir d'autres établissements intéressés par cette formule, à l'extérieur de son territoire.

Ainsi, depuis l'automne, 13 nouveaux établissements s'y sont joints. Ceux-ci bénéficient maintenant de l'expertise développée au fil des ans et profitent du tarif négocié pour l'accès aux ressources scientifiques en ligne du fournisseur Ovid, telles que la base de données MEDLINE.

Le Consortium soutient désormais 28 des 34 établissements publics de santé et de services sociaux de la province. Le RUISSS est toujours en discussion avec les représentantes et représentants d'autres établissements pour faire profiter des avantages du Consortium au plus grand nombre de gens possible.

## À propos du RUISSS de l'UdeM



**Le Réseau universitaire intégré de santé et services sociaux de l'Université de Montréal (RUISSS de l'UdeM)** fait progresser l'intégration de la mission universitaire en santé que sont les soins, l'enseignement et la recherche, en facilitant le transfert des connaissances, l'évaluation des technologies et le développement des services de santé, afin d'améliorer l'accès aux soins dans un territoire desservant plus de 40 % de la population du Québec. [www.ruiiss.umontreal.ca](http://www.ruiiss.umontreal.ca)

## CU Comité des usagers du CHUM

### LE SAVIEZ-VOUS?

Le **Comité des usagers du CHUM (CU-CHUM)** est une voix qui **défend** et **représente** les milliers d'usagères et d'usagers du CHUM.

Nous plaçons la qualité des soins et des services offerts au cœur de nos préoccupations, avec l'objectif de toujours mieux défendre vos droits et de mieux veiller à vos intérêts.

RENSEIGNER

ÉCOUTER

GUIDER

**Notre mandat** est d'agir à titre de porte-parole des usagères et usagers auprès de toutes les instances de l'établissement, en plus de **renseigner**, **écouter** et **guider** les patientes et patients.

Chaque année, nous misons sur différentes initiatives pour toujours mieux soutenir les usagères et usagers, leurs familles et leurs proches, tout en veillant à ce qu'ils soient traités dans le respect et la dignité, en reconnaissance de leurs droits.

Afin d'orienter nos interventions et nos actions, plusieurs fois par mois, notre équipe de membres bénévoles va à la rencontre des usagères et usagers du CHUM. Recherchez notre veste distinctive et soyez à l'aise de nous interpeller!

**VOUS** pouvez nous aider à mieux **VOUS** représenter.

Exprimez-vous : [cuchum.ca/votre-opinion](http://cuchum.ca/votre-opinion).  
514 890-8191 | [cuchum.ca](http://cuchum.ca) | [info@cuchum.ca](mailto:info@cuchum.ca)



**Le Comité des usagers du CHUM détermine ses priorités d'action selon les enjeux collectifs des patientes et patients. C'est pourquoi cet hiver NOUS irons à votre rencontre.**



5 KM - 10 KM - 21 KM  
25 et 26 avril - Inscrivez-vous!

# COUREZ POUR LA SANTÉ

# COUREZ POUR LA RECHERCHE



**Soutenez la recherche au CHUM en vous inscrivant  
aujourd'hui à l'édition 2020 du Défi caritatif  
Banque Scotia, les 25 et 26 avril.**

Aucuns frais d'inscription à la course pour une collecte  
de fonds de plus de 125\$.

Pour plus d'informations: [fondationduchum.com/evenements](http://fondationduchum.com/evenements)  
514 890-8347 | [evenement@fondationduchum.com](mailto:evenement@fondationduchum.com)

Propulsé par:

