

Dans ce numéro

1. Message du directeur général
2. Visites aux urgences  
Nutrition  
Hydratation
3. OARC  
Le rire
4. L'art comme thérapie  
Bénévolat et recrutement
5. Faits marquants au sujet des bénévoles
6. Horaires  
Recrutement de personnel et de bénévoles  
Wi-Fi
7. Directeur médical  
Je suis francophone
8. Conseil des familles  
Les bancs  
Photos et vidéos
9. Mise à jour au sujet des services alimentaires  
Agrément  
Influenza

## Message du directeur général

J'ai peine à croire que l'an dernier, à peu près à la même période de l'année, j'acceptais le poste permanent de directeur général du Manoir des pionniers. Je tiens à remercier tous ceux qui continuent de me soutenir dans mes efforts pour diriger un magnifique organisme dont les membres ont la volonté d'offrir des soins professionnels, attentionnés et personnalisés aux résidents. Je suis sans cesse émerveillé de toute l'énergie mise par le personnel afin de prendre soin de nos résidents. Cela me rappelle les valeurs fondamentales du Manoir des pionniers : les résidents, un excellent service à la clientèle, la famille et les amis, mettre en œuvre des pratiques exemplaires, tout cela en respectant la diversité au sein du Manoir des pionniers. C'est pourquoi je me sens si stimulé lorsque j'envisage l'avenir du Manoir.

Si vous vous souvenez bien, dans mon dernier message, j'ai mentionné que le Conseil municipal de la Ville du Grand Sudbury a approuvé l'embauche d'un architecte afin de préparer des avant-projets de conception pour le réaménagement des 149 lits identifiés sous le seuil de la norme A de conformité structurale. Au printemps, le Manoir a retenu les services de l'entreprise Yallowega, Belanger and Salach Architecture pour préparer les avant-projets. Ceux-ci sont maintenant terminés et un projet de réaménagement d'immobilisations des 149 lits a été déposé afin d'être pris en considération dans le processus budgétaire de 2019. Si le projet est approuvé, les travaux devraient se terminer à la fin du printemps 2021, à moins que des complications imprévues ne les retardent. À la fin des travaux, tous les résidents qui vivent actuellement dans la vieille partie (Killarney, Lilac, Mallard, York, Ramsey et Scenic) déménageront dans la nouvelle partie. Avec ce déménagement, plus de 50 000 pi<sup>2</sup> seront vacants. Le Manoir des pionniers a retenu les services de KPMG pour trouver des possibilités d'affaires pour cet espace, et ce, en complément du campus actuel.

Depuis 2005, le Conseil municipal a facilité la mise en œuvre de l'initiative «communauté en santé» parmi ses priorités. Après la tenue de consultations publiques en 2017, le Conseil municipal a donné son approbation à dix priorités pour une communauté en santé dans le Grand Sudbury. En juin 2018, la Ville publiait le document «*A Call to Action on Community Priorities*» (Santé de la population, Appel à l'action sur les priorités de la communauté). Les dix priorités cernées pour la communauté sont : les jeunes autochtones, la résilience, les familles, la santé mentale, une communauté de compassion, les occasions de jouer, le logement, la santé holistique, une stratégie pour une ville-amie des aînés, des rues saines. Le Manoir des pionniers se servira de ce document pour se guider dans la transformation du campus pour aînés afin de répondre aux besoins des résidents et de la communauté. Je termine en vous disant que j'ai hâte à la nouvelle année pour vous tenir au courant du réaménagement d'immobilisations du Manoir des pionniers.

Cordialement,  
Aaron Archibald



## Visites aux urgences

Le gouvernement de l'Ontario fait le suivi de certaines mesures pour évaluer le rendement des fournisseurs de soins de santé, ce qui inclut les foyers de soins de longue durée. L'une de ces mesures s'avère le nombre de visites potentiellement évitables au service des urgences par les résidents de foyers de soins de longue durée. Il est préférable que les résidents reçoivent des soins là où ils vivent, lorsque cela est approprié, et l'on accorde une attention particulière à certains problèmes de santé qui peuvent généralement être traités sans avoir à se déplacer à l'hôpital.

Les données de la première partie de 2018 sont maintenant connues et elles démontrent que le Manoir des pionniers a une moyenne de 7,6 visites potentiellement évitables au service des urgences pour 100 résidents. Au cours de la même période, la moyenne des foyers de soins de longue durée de la région Nord-Est était de 9,0, tandis qu'elle était de 7,8 pour l'ensemble de l'Ontario.

Cela laisse entendre que nous traitons efficacement les changements d'état de santé sur place, ce qui signifie que nos résidents peuvent rester dans un milieu qui leur est familier et être soignés par du personnel qu'ils connaissent bien.

## Mise à jour au sujet des services alimentaires

Dans notre démarche pour maximiser la satisfaction des résidents, nous cherchons un nouveau système de gestion des menus afin d'en améliorer l'efficacité et la fiabilité tout en répondant mieux aux besoins individuels de nos résidents. Ne manquez pas les prochaines mises à jour.

Nous nous occupons aussi d'établir le menu de l'hiver et du printemps et nous espérons pouvoir lancer les plans de repas et de collations avant Noël.

Finalement, nous avons tenu récemment une réunion du comité alimentaire dans l'un des solariums. Comme plusieurs personnes se sont présentées à la réunion, nous en avons conclu que nous devons continuer d'utiliser une grande salle, comme celle où a eu lieu cette rencontre. La date, le lieu et l'heure de la prochaine réunion seront affichés bientôt sur le babillard du Conseil des résidents.

## Assurer l'hydratation de nos résidents



L'équipe des services alimentaires collabore avec l'ensemble du personnel pour offrir à nos résidents des aliments et des boissons de haute qualité qui sont sécuritaires tout en étant savoureux. Les résidents qui ont de la difficulté à avaler peuvent avoir besoin de boissons épaissies ou d'aliments modifiés pour réduire les risques de pneumonie par aspiration et de déshydratation. Récemment, nous avons changé notre épaississant et sommes passés d'une poudre à un gel. Le personnel adore ce

nouveau produit (Simply Thick), car il est plus efficace pour épaissir et il comporte moins de risques d'erreurs, en plus d'être un produit plus consistant et plus lisse. Le personnel est fier d'offrir un produit final de haute qualité aux résidents puisqu'il constate que ceux-ci l'aiment. Certains résidents demandent des boissons contenant le «nouveau truc» et certains sont plus prêts à essayer des boissons épaissies. L'épaississant Simply Thick nous aidera à réduire les risques de déshydratation au cours des mois d'été, tout en améliorant la satisfaction des résidents. L'équipe des services alimentaires continue de répondre aux besoins et aux souhaits de nos résidents tout en offrant du soutien au personnel.

## Ontario Association of Residents' Councils

Nous tenons à féliciter Denise Burke, résidente du Manoir des pionniers, qui a été nommée pour siéger au conseil d'administration de l'Ontario Association of Residents' Councils (OARC).

L'OARC offre du soutien aux conseils des résidents dans l'ensemble de la province et se fait le porte-parole des résidents, en plus de promouvoir une norme de soins et d'influencer les projets de loi pour que les résidents de foyers de soins de longue durée conservent leur autonomie, leur intimité et leur dignité.

Le conseil d'administration est constitué de membres qui sont résidents de foyers de soins de longue durée de l'Ontario. Denise y est l'unique représentante du Nord de l'Ontario.

Bravo Denise. Nous sommes tous fiers de vous.



## Le rire est le meilleur des remèdes

Selon le philosophe Bertrand Russell, « Le rire est le médicament miracle le moins cher et le plus efficace. Le rire est un remède universel. »

Le rire est gratuit, n'a pas d'effets secondaires et ne requiert aucune ordonnance. Et, c'est tellement bon pour vous! Lorsque vous riez, tout votre corps entre en action : les muscles se contractent puis se détendent, votre rythme cardiaque et votre respiration augmentent puis diminuent et, lorsque vous avez fini, votre tension artérielle baisse. C'est plus amusant que de faire de l'exercice, en plus d'avoir plusieurs des mêmes bienfaits pour votre humeur et votre sentiment de bien-être. Le rire libère dans votre corps des substances chimiques naturelles qui font que vous vous sentez bien et que vous ressentez moins de douleur. Il est connu pour apaiser les tensions, ce qui fait baisser le niveau de stress. Le rire facilite même l'apprentissage.

Des études confirment les bienfaits du rire pour la santé. Une étude portant sur 109 personnes âgées a conclu que la thérapie du rire est utile, rentable et facilement accessible, en plus d'avoir un effet positif sur la dépression, l'insomnie et la qualité du sommeil. Dans un groupe de femmes d'âge moyen qui ont participé à une thérapie du rire, le niveau d'antidépresseur naturel (sérotonine) a augmenté, en particulier chez les plus déprimées.

Saviez-vous qu'un rire authentique pendant 15 minutes augmente la dépense énergétique de 40 kcal chez les adultes en bonne santé? Il aide également à contrôler l'augmentation de la glycémie après les repas chez les personnes atteintes de diabète.

Les hommes et les femmes trouvent que l'humour est le trait le plus désirable dans le choix d'un partenaire : les femmes aiment les hommes qui les font rire, tandis que les hommes aiment les femmes qui rient de leur humour.

Le rire crée des liens sociaux et est un langage véritablement universel. Avez-vous déjà remarqué comme il est contagieux? Il arrive parfois qu'on rie avec quelqu'un sans même savoir pourquoi.

Si vous voulez passer une bonne journée, faites rire quelqu'un, puis riez avec cette personne!

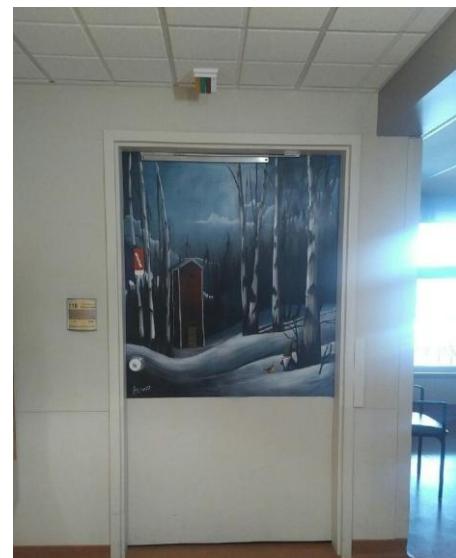
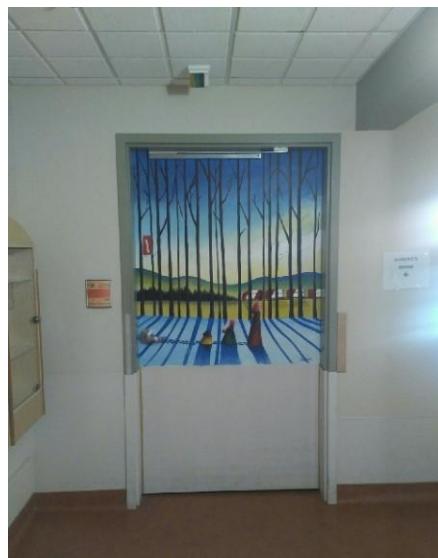
Vos amis de chez Rexall



## Mettre l'art à contribution pour créer un environnement paisible

Dans le but de promouvoir un environnement calme et thérapeutique, des initiatives ont été prises dernièrement au Lodge 1. Deux jeunes artistes, Silvo et Miika Hernesniemi, ont été engagés pour peindre avec créativité les portes de certaines des chambres qui se situent dans les coins. Les résidents atteints de démence errent souvent en suivant le même trajet; ils se promènent en suivant une ligne droite ou en décrivant un cercle. Les chambres qui se trouvent dans les coins présentent parfois un défi lorsque les résidents s'y aventurent plutôt que de tourner le coin. Cela peut entraîner et a entraîné des altercations entre deux résidents. Depuis que les portes de quatre chambres ont été peinturées, le personnel a remarqué une nette diminution du nombre de fois que les résidents y entrent et, par conséquent, du nombre d'altercations. On a constaté que les résidents tournent le coin ou qu'ils s'arrêtent pour admirer l'image, mais ils n'entrent pas dans la chambre. Le tableau camoufle efficacement la poignée de porte.

On espère que ce n'est qu'un début et qu'il y aura d'autres changements dans l'environnement au Lodge 1, pour améliorer la section afin de la rendre plus accueillante et visuellement stimulante, ainsi que pour réduire les comportements réactifs.



## Coordonnatrice du bénévolat et du recrutement

Nous sommes heureux d'annoncer qu'une coordonnatrice du bénévolat et du recrutement se joindra à nous cet automne.

Ce nouveau poste sera axé sur l'amélioration de notre effectif de bénévoles afin de mieux servir nos résidents. La coordonnatrice jouera également un rôle dans le recrutement des bénévoles et du personnel du Manoir des pionniers.

Nous souhaitons la bienvenue à Stacie Reinhardt qui possède une vaste expérience au service de la Ville du Grand Sudbury et dans la communauté de Sudbury où elle a occupé divers postes au sein, entre autres, des organismes suivants : Sudbury District Girls Hockey Association, Human League Association et Jeux d'été de l'Ontario. Stacie a déjà reçu le Prix civique pour le bénévolat et a été nommée bénévole de l'année. Elle sera un grand atout pour l'équipe du Manoir des pionniers.

## Faits marquants au sujet du bénévolat

Notre dîner annuel de reconnaissance des bénévoles a eu lieu le mercredi 18 avril pendant la Semaine de l'action bénévole (du 15 au 21 avril). Quelle merveilleuse occasion de remercier officiellement nos bénévoles des services rendus au cours de la dernière année! Les bénévoles ont eu droit à un dîner servi par des gestionnaires et superviseurs du Manoir des pionniers ainsi qu'à de la musique fournie par Just Dave, un artiste local.

Comme l'a dit un résident : « Je ne sais pas ce que nous ferions sans nos bénévoles. Ils nous aident tellement. » Il n'aurait pu si bien dire! Les bénévoles ont affirmé qu'ils se sont sentis vraiment appréciés et qu'ils ont aimé se faire « gâter ». Merci aux bénévoles pour tout ce que vous apportez au Manoir des pionniers pour en faire un endroit où il fait bon vivre et travailler.

Sept bénévoles du Manoir des pionniers ont récemment reçu la Distinction de l'Ontario pour services bénévoles pour leurs services soutenus. Cette distinction rend hommage à des bénévoles pour leur dévouement et leur engagement constant en reconnaissant le nombre d'années de bénévolat auprès d'un organisme. Le Manoir des pionniers est heureux d'annoncer que les bénévoles suivants ont été reconnus lors d'une cérémonie tenue à l'hôtel Radisson, le mercredi 25 avril.

Maureen Howard – 5 ans  
Faye Moffatt – 5 ans  
Braedan Powers – jeunes – 10 ans  
Lois Vincent – 20 ans  
Marc and Lillian Forget – 25 ans de service  
Jeannine Desrochers – 25 ans

Le don de son temps est le cadeau le plus important que l'on puisse faire. Un peu de temps peut faire toute une différence. Vous songez à donner de votre temps? Vous adorez la nourriture et vous aimeriez aider à faire de l'heure des repas une expérience agréable? Vous avez des talents en musique et vous aimez donner des spectacles? Ou peut-être aimeriez-vous passer du temps seul à seul avec un résident? Si vous songez à faire du bénévolat, veuillez communiquer avec le bureau des bénévoles au 705 566-4282, poste 3225 pour discuter de la façon dont vous pourriez faire une différence. Il a des possibilités de travailler directement avec les résidents ou d'aider dans le cadre de programmes ou d'activités la semaine et les fins de semaine. Travaillons ensemble pour trouver ce qui vous conviendrait.

Gisele Martel a commencé à faire du bénévolat au Manoir des pionniers en octobre 2014. Elle fait partie de la famille des Services pour handicaps de développement de Sudbury et elle vit dans un de leurs foyers de groupe. Gisele aime aider les autres et elle dit qu'on l'accueille toujours avec le sourire et un beau « bonjour » quand elle vient aider les résidents à voir l'optométriste. « Lorsque je visite le Manoir des pionniers, je peux voir à quel point les soins sont fantastiques et combien tout le monde est attentif envers les résidents. » Gisele a décidé qu'elle voulait en faire un peu plus pour les résidents et, comme elle aime cuisiner, elle a demandé au personnel des Services pour handicaps de développement de Sudbury de contribuer à sa vente de pâtisseries.

Gisele nous a dit : « Tous mes amis des Services pour handicaps de développement de Sudbury ont acheté mes muffins et j'ai pu recueillir 100 \$ – WOW! » Gisele a décidé de remettre les profits de sa vente de pâtisseries au Conseil des résidents du Manoir des pionniers. Gisele affirme qu'elle aime faire du bénévolat et qu'elle se sent bien lorsqu'elle aide les autres. « D'une semaine à l'autre, j'ai hâte de passer du temps avec les résidents ». Maria Aprea, présidente du Conseil des résidents, a été très impressionnée par le travail acharné de Gisele et elle lui est reconnaissante d'avoir voulu faire un don au Conseil.



## Nouvelles au sujet des horaires de travail

Nous avons prolongé la période d'essai des quarts de travail préétablis pour les employés à temps partiel afin de standardiser leur horaire et leur lieu de travail. En raison de cette prolongation, le nombre de quarts de travail préétablis pour les employés à temps partiel a augmenté, ce qui leur donne plus de possibilités de déterminer quand et où ils veulent travailler.

À la suite des commentaires reçus des employés, nous avons cessé la pratique voulant que les employés appellent pour donner leurs disponibilités. En vue du déploiement futur du système de planification des horaires TeleStaff, nous avons modifié le processus utilisé pour offrir et accepter des quarts de travail au moyen de Staffstat. Les principales différences sont que les quarts de travail à combler resteront inscrits au calendrier Staffstat jusqu'à ce que l'heure de début du quart soit passée et que les quarts de travail seront offerts selon le principe du premier arrivé, premier servi, une fois le délai initial fondé sur l'ancienneté passé. Le personnel peut, en tout temps, aller voir en ligne quels sont les quarts de travail acceptés et ceux qu'il reste à combler.



Maria Aprea, présidente du Conseil des résidents  
Gisele Martel, bénévole

## Recrutement du personnel et des bénévoles

Dans le cadre de nos efforts continus pour attirer et maintenir en poste du personnel et des bénévoles qualifiés, le Manoir des pionniers a participé au salon de l'emploi tenu au Collège Cambrian en février. Le personnel y a rencontré des étudiants en présciences de la santé, en soins infirmiers auxiliaires, en soins infirmiers et en services de soutien à la personne, ainsi que ceux qui n'avaient pas encore fait un choix de carrière.

Lydia Shea Allard et Maria Casas ont participé à l'événement d'une journée complète.

En mars, le Manoir a aussi participé à un salon de l'emploi organisé par le CTS Canadian Career College au hall du Syndicat des Métallos (Steelworker's Hall). La majorité des participants étaient des étudiants et des diplômés du programme des services de soutien à la personne.

## Connectivité Wi-Fi

Conscient de l'importance pour les résidents de rester en contact avec leur famille et leurs amis, le Manoir a récemment étendu l'accès Wi-Fi à toutes ses sections.

Il s'agit d'un service gratuit pour nos résidents et invités. Jusqu'à présent, la rétroaction a été positive.



## Directeur médical

Le 22 novembre 2018, Dr Maurice St. Martin fera une présentation au Conseil des familles concernant le rôle du directeur médical et des médecins traitants dans les soins de longue durée. Tous les résidents, ainsi que leurs familles, sont les bienvenus.



## Je suis francophone

Les célébrations à l'occasion de la Saint-Jean-Baptiste ont commencé tôt au Manoir des pionniers avec la levée d'un drapeau franco-ontarien permanent à l'entrée principale du Manoir, le 22 juin. Des résidents, son Honneur le maire Brian Bigger, des parlementaires, des groupes communautaires francophones et des résidents de la communauté ont participé à cette célébration spéciale. En après-midi, les résidents, leurs familles et les visiteurs ont continué à célébrer au son de la musique du groupe Harmonie. Bien entendu, on n'aurait pu souligner l'occasion sans les gâteries traditionnelles francophones.

Le 25 septembre, tout comme d'autres établissements et résidences partout dans la ville, le Manoir des pionniers était illuminé en vert pour célébrer la Journée des Franco-Ontariens; en effet, des projecteurs verts illuminaiient l'avant de notre bâtiment. De plus, tant les résidents anglophones que francophones ont participé à une soirée de partage de souvenirs et de discussion sur la culture francophone et ce que ça signifie d'être francophone.

Le 9 octobre, dans le cadre de son festival annuel « Les vieux m'ont conté », le Centre franco-ontarien de folklore, en collaboration avec le Manoir des pionniers, a présenté *Un papa s'amuse à conter Ti-Jean* avec Laurent Glaude. Les résidents du Manoir, leurs familles et les membres de la communauté ont été invités à cet événement gratuit.

Chaque semaine, les résidents francophones ont l'occasion de prendre part à des programmes en français, en groupe ou individuellement. Il peut s'agir d'activités où ils partagent des souvenirs, d'artisanat, de musique, de jeux et de visites individuelles. Les résidents échangent entre eux et ils donnent leur avis sur les types de programmes auxquels ils aimeraient participer.



Êtes-vous francophone et intéressé à faire du bénévolat dans le cadre de nos programmes et activités *Je suis francophone*? Êtes-vous au courant d'événements ou d'activités communautaires à venir qui favorisent la culture francophone et qui pourraient intéresser nos résidents? Veuillez communiquer avec Lydia Shea Allard : [lydia.sheaallard@greatersudbury.ca](mailto:lydia.sheaallard@greatersudbury.ca) ou 705 566-4282, poste 3225.

## Message de la présidente du Conseil des familles – Dianna Foster

Le Conseil des familles du Manoir des pionniers a été mis sur pied en 2008 en conformité avec la Loi de 2007 sur les foyers de soins de longue durée de l'Ontario. Le conseil est constitué de parents et d'amis des résidents du Manoir et il se réunit chaque mois, de septembre à juin. Notre énoncé de mission est « d'améliorer la qualité de vie et la qualité des soins de tous les résidents du Manoir des pionniers en favorisant une atmosphère de sensibilité, de respect et de soutien ».

Le Conseil des familles est là pour offrir de l'aide et des conseils aux membres des familles, ainsi que pour permettre aux familles d'obtenir de l'information sur les règlements, les pratiques et les procédures en place au Manoir des pionniers. Notre rôle consiste à défendre les intérêts de tous les résidents et de leur famille. En tant que conseil, nous examinons les préoccupations soulevées par les membres des familles et nous nous réunissons pour échanger en vue de résoudre les problèmes. Nous transmettons les préoccupations et nos recommandations au personnel administratif pour obtenir des clarifications ou pour que des mesures soient prises afin de résoudre les problèmes.

Le Conseil des familles du Manoir des pionniers est aussi un membre du Grand Family Council of Greater Sudbury et du North East Family Councils Network. Nous collaborons et échangeons des idées afin d'améliorer les conditions au sein des foyers de soins de longue durée de Sudbury et du Nord-Est.

Le Conseil des familles du Manoir des pionniers est toujours heureux d'accueillir de nouveaux membres. Vous trouverez de l'information à ce sujet dans le présentoir situé dans l'entrée du Manoir.

## Bancs



Le Manoir des pionniers a acheté 15 bancs comme celui-ci. Il y en a 3 de cette couleur et 3 de chacune des couleurs suivantes : orange, rouge, fuchsia et jaune. Les bancs en matériau composite résisteront aux intempéries et pourront être laissés à l'extérieur toute l'année.

Les vieux bancs en bois seront examinés et ceux qui sont dans un meilleur état seront conservés et remis à neuf pour la saison prochaine. Dans les années à venir, on prévoit de se procurer d'autres bancs, chaises et tables faits de ce nouveau matériau aux couleurs vives dont pourront bénéficier les résidents, les familles et les visiteurs. Nous avons déjà reçu des commentaires de certains membres des familles et résidents nous indiquant que ces nouveaux bancs sont beaucoup plus confortables que les autres.

## Photos et vidéos

Lors de leur admission, on demande aux résidents de signer un formulaire de consentement à la publicité. Ce formulaire donne au Manoir la permission de prendre des photos des résidents lors d'événements et de les utiliser à des fins très précises. Cela dit, les membres du personnel, les bénévoles et les étudiants n'ont pas le droit de prendre des photos de vous avec leur téléphone cellulaire ou leur appareil photo personnel.

Tout comme vous, notre personnel et les autres résidents ont droit au respect de leur vie privée. Veuillez ne pas prendre de photos ou de vidéos des membres du personnel ou des autres résidents à moins d'avoir la permission verbale de toutes les personnes concernées. De plus, n'affichez pas les photos ou les vidéos que vous avez prises sur des sites de partage de photos ou de médias sociaux à moins d'en avoir obtenu la permission verbale.

## Nouvelles sur les services alimentaires

Nous vous rappelons que le Bistro est ouvert du lundi au dimanche de 9 h 30 à 13 h 15. Des repas chauds, des salades fraîches et des boissons peuvent y être achetés en argent comptant.

### Foire aux questions

Puis-je manger avec un résident ?

Les billets pour les repas sont en vente au Bistro durant les heures d'ouverture du Bistro.

Puis-je apporter de la nourriture ? Oui, pourvu que les aliments soient sécuritaires et adaptés aux besoins alimentaires des résidents.

Préparez-vous de la nourriture sur commande ?

Nous pouvons préparer des aliments pour les événements qui ont lieu au Manoir des pionniers. Veuillez contacter Vicky au poste 3208 pour obtenir de l'information.

## Agrément

L'agrément est un processus d'auto-évaluation et d'évaluation par les pairs de l'externe auquel le Manoir des pionniers se soumet volontairement pour évaluer avec précision son niveau de rendement par rapport à des normes établies et pour mettre en œuvre des améliorations continues.

Le Manoir des pionniers a récemment participé à une visite d'Agrément Canada et s'est vu décerner l'agrément en avril. Nous sommes fiers de cet exploit et nous tenons à remercier notre personnel, nos bénévoles et nos partenaires pour leur contribution à cette importante réalisation.



## Influenza

On entend plus souvent parler de la «grippe» pour désigner l'influenza. Il s'agit d'une maladie respiratoire causée par un virus qui peut atteindre des personnes de tous âges et entraîner une maladie légère à grave. L'influenza se propage généralement entre les mois de novembre et d'avril de chaque année.

Ceux qui risquent davantage de complications sont les très jeunes enfants, les personnes âgées, les femmes enceintes et les personnes qui ont une affection à long terme. Les symptômes de la grippe englobent de la fièvre, des maux de tête, des maux de gorge, une grande fatigue, des frissons, de la toux, une congestion nasale et des douleurs musculaires. Bien que la plupart des symptômes cessent après quelques jours, la toux et la fatigue peuvent durer plusieurs semaines. Certains médicaments peuvent être donnés aux personnes qui ont un risque élevé d'avoir des complications à cause de la grippe.

Le virus de la grippe se loge dans le nez et la gorge et il peut se transmettre par un baiser, mais aussi par les gouttelettes qui atteignent le nez ou la bouche d'une autre personne lorsqu'on tousse ou se mouche. Ces gouttelettes peuvent aussi atteindre des objets ou des surfaces aux alentours et ainsi se retrouver sur les mains d'une autre personne.

Le vaccin contre la grippe sera offert à tous les résidents et au personnel à partir de la mi-octobre. Il est important de recevoir le vaccin chaque année puisque le virus est différent d'une année à l'autre et que la vaccination est la meilleure protection contre la souche d'influenza qui circule cette année-là.

Nous tenons aussi à rappeler à tous les résidents, au personnel, aux familles et aux visiteurs qu'il faut se laver les mains souvent, surtout après s'être essuyé le nez, après avoir éternué ou tenu un mouchoir utilisé, lorsqu'on prépare de la nourriture, qu'on prodigue des soins personnels ou qu'on utilise la toilette. S'il n'y a pas d'eau et de savon, les désinfectants pour les mains ayant une concentration de 70 % à 90 % d'alcool s'avèrent un moyen efficace d'éviter de transmettre l'infection.