

À l'écoute

8 1 1

Un numéro unique pour Info-Santé

Depuis mai dernier, un seul numéro à trois chiffres, le 8-1-1, est nécessaire pour rejoindre les services Info-Santé. Facile à retenir, ce numéro peut être composé partout au Québec, sauf dans les régions du Grand-Nord (Terres-Cries-de-la-Baie-James et Nunavik). Ainsi, le 8-1-1 vous permet, en cas de problème non urgent, de rejoindre un professionnel de la santé plus facilement.

De quoi s'agit-il ?

Le service Info-Santé permet de rejoindre un professionnel de la santé en cas de problème non urgent. Ce service de consultation professionnelle téléphonique accessible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, constitue une composante majeure de la première ligne de soins de santé. Il permet de répondre à certaines questions courantes sur la santé ou de diriger la personne vers la bonne porte dans le système de santé et de services sociaux. Il est complémentaire aux centres de santé et de services sociaux ainsi qu'aux groupes de médecine de famille qui assurent, pour leur part, la prise en charge du patient, au-delà d'un problème ponctuel.

Toutefois, il importe de se rendre à l'urgence ou de composer le 9-1-1 pour obtenir de l'aide (policiers, pompiers, ambulanciers) quand survient un problème urgent.

Pourquoi un numéro unique ?

L'utilisation d'un numéro unique vise à faciliter l'accès aux services pour la population. Actuellement, 2 400 000 appels sont répondus annuellement par les intervenants d'Info-Santé.

Ce nouveau service fait suite à des recommandations soumises au ministère de la Santé et des Services sociaux par un groupe de travail mis sur pied en 2004 pour revoir le rôle et l'organisation des services Info-Santé au Québec.

Ainsi, en composant le 8-1-1, on rejoint maintenant l'une des quinze centrales Info-Santé. Cette façon de procéder devrait favoriser une réduction des délais afin d'obtenir le service. Auparavant, le service Info-Santé fonctionnait sur une base locale et il fallait connaître le bon numéro.

Cette réorganisation vise aussi à améliorer les conditions de travail pour les intervenants afin d'assurer une plus grande stabilité du personnel. L'utilisation des services Info-Santé en avant-première ligne diminue notamment la pression sur les intervenants de première ligne et devrait être bénéfique pour la population et pour tout le système de santé.

Pour en savoir plus : www.santemontreal.qc.ca/fr/

Bonne rentrée

Déjà septembre ! Et le temps de reprendre nos activités syndicales, si ce n'est déjà fait.

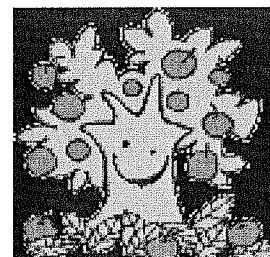
Durant l'été, des confrères et consœurs de la Montérégie ont reçu de bien mauvaises nouvelles. Les 300 membres du Conseil du Québec Unite-Here à Acton Vale ont connu une grève très difficile. Ils ont refusé à 2 reprises l'offre de recul de l'employeur - *Beaulieu Canada* - dont l'objectif était de fermer l'usine. Ils perdront leur emploi le mois prochain.

À l'autre bout du territoire, la quinzaine de membres de la section locale 700 du SCEP chez *PolyOne*, font face à une fermeture pour la fin de l'année 2008. Sans parler des travailleurs et travailleuses de *Montupet*, à Rivière Beaudette, membres de la section locale 750 des TCA, qui vivent de sursis en sursis depuis plusieurs mois.

Le portrait économique continue d'être préoccupant et confirme l'importance d'avoir un réseau de délégués sociaux solide et actif. Je vous invite donc à continuer votre implication et à poursuivre votre engagement.

J'espère vous revoir lors d'une prochaine activité dans les nouveaux locaux de la FTQ en Montérégie, au 4805 boulevard Lapinière, bureau 6200, Brossard, J4Z 0G2. Mon numéro de téléphone et mon adresse courriel demeurent inchangés.

Carole Clément



À propos de la culpabilité

Voici un résumé d'un article paru dans la revue *L'Intervenant de l'Association des intervenants en toxicomanie du Québec*¹ et signé par la sexologue Katherine Bourdon, qui a oeuvré dans le domaine de la thérapie pour toxicomanes.

Le mécanisme de la culpabilité

La culpabilité est un sentiment complexe et ses sources sont multiples. Il assaille presque chacun et chacune d'entre nous, à un moment ou l'autre de notre vie.

Comme l'a écrit Claire Colvin², rapporte madame Bourdon, la culpabilité réelle, celle qui est utilisée par quelqu'un pour blesser une autre personne, vise à faire souffrir l'autre, à la faire changer à son goût. Les conséquences en sont multiples. Entre autres, cela fait comprendre à la personne visée que l'amour est conditionnel. La personne culpabilisante est en relation de pouvoir... et l'autre comprend qu'on peut cesser de l'aimer. Alors elle fera tout pour se faire aimer.

Utiliser la culpabilité c'est vouloir blesser et faire céder. Les personnes qui ont recours à cette technique se sentent menacées, non aimées et non valorisées. Elles essaient de regagner le contrôle de cette façon.

La culpabilité peut venir de l'enfance et de l'éducation. Si les parents punissent les fautes des enfants plutôt que de leur enseigner l'art de réparer, «le pardon n'est jamais acquis et le coupable n'arrive jamais à se débarrasser de sa dose de culpabilité».³

Comment gérer ce sentiment

Selon les psychothérapeutes Jacques et Claire Poujol, la personne aux prises avec un sentiment excessif de culpabilité doit obligatoirement suivre une thérapie qui la rendra consciente de ses fausses culpabilités. Durant ce processus long et complexe, le client doit comprendre ce qui lui est arrivé dans son enfance.

En fait, il s'agit de mesurer quel effet l'événement ou les circonstances ont eu sur nous et qu'est-ce qu'on en fait. On doit modifier son comportement vis-à-vis la culpabilité plutôt que de «s'appesantir sur le passé», d'après l'auteure Altermath.

Il faut aussi se libérer de la personne qui exerce de la culpabilité sur nous en se demandant si elle désire nous protéger ou plutôt se protéger elle-même. Il vaut mieux apprendre à devenir son propre chef et son propre guide, de façon à pouvoir assumer totalement ses actes et ses conséquences.

Toujours selon Altermath, il est important de faire preuve de compassion envers soi-même et alors les gens nous donneront le droit à l'erreur parce qu'on se l'accorde soi-même.

¹ *L'intervenant*, Revue sur la toxicomanie et le jeu excessif, volume 24, numéro 3, avril 2008, pages 17-18.

² Colvin, Claire (2007), *Utilisez-vous la culpabilité comme une arme?* Femmes d'aujourd'hui, <http://femmesaujourd'hui.com/living/guilt.html>

³ Altermath, I.H. (2005) *Colère et culpabilité : comment s'en débarrasser?* <http://vulgum.org/spip.php?article955>



Savez-vous à quoi sert VRAIMENT votre don?

La pauvreté existe bel et bien chez nous. La pauvreté, c'est un manque d'avoir, mais c'est aussi le manque d'être, un manque de pouvoir.

La pauvreté est souvent la conséquence d'une situation difficile:

- Une perte d'emploi
- Le décrochage scolaire
- Une rupture
- Un divorce
- Un accident
- Un problème de santé mentale
- L'abus d'alcool, de drogue, le jeu compulsif.

La pauvreté et l'exclusion entraînent toujours une perte d'estime de soi, une perte de sa dignité, une perte de ses réseaux et une violence faite à soi et aux autres.



Grâce aux dons du grand public et aux dons recueillis lors des campagnes en milieu de travail

sur le territoire de Centraide Richelieu-Yamaska, plus de 75 000 personnes de notre région bénéficient de soutien alimentaire, d'hébergement, d'écoute, de référence, d'aide et de répit. Avec Centraide Sud-Ouest du Québec, une soixantaine d'organismes sont soutenus année après année dans le Suroît.

Durant les prochaines semaines, faites un don à Centraide dans votre région comme des milliers de membres de la FTQ.

Merci de nous aider à faire encore plus ici.

Des adresses utiles

Visitez le ministère de la Justice du Québec pour obtenir une foule d'informations et de références : www.justice.gouv.qc.ca/francais/accueil.asp

Pour comprendre le cycle de la violence et avoir des références pour les femmes en difficulté : www.fede.qc.ca/cycle.html

Éduc'alcool a mis au point un outil pour calculer son taux d'alcoolémie. En consultant le *Planificateur de soirée*, on peut mieux contrôler sa consommation et faire de la prévention. www.educalcool.qc.ca/ft

Pour la FTQ en Montérégie : Conseil régional FTQ Haute-Yamaska, Conseil régional FTQ Richelieu, Conseil régional FTQ du Suroît

Carole Clément, coordonnatrice en Montérégie, 4805, boulevard Lapinière, bureau 6200, Brossard, QC, J4Z 0G2

Téléphone : 514-823-5981 dsftqmonteregie@sympatico.ca