

PLAN D'ACTION 2010-2013 0-5-30 COMBINAISON PRÉVENTION

Nom de l'entreprise :

CLINIQUE MÉDICALE LORRAINE



OBJECTIFS	Que la Clinique Médicale Lorraine soit un environnement sans fumée à l'intérieur et à l'extérieur, aux entrées principales.
	Encadrer les employés qui désirent cesser de fumer, d'ici 2013

RÉSULTATS DU SONDAGE (JUILLET 2010)	-Fumeur régulier : 6%
	-Fumeur ancien : 16%
	- Jamais fumé : 78%
	- Intention de cesser / 6 prochains mois : 100%

ACTIVITÉS	RESSOURCES MATÉRIELLES ET FINANCIÈRES	RESPONSABLE DES ACTIVITÉS	PARTENAIRES	ÉCHÉANCES
1. Pendant la semaine anti tabac Diffusion d'information sur les ressources disponibles : aides pharmacologiques, Centre d'abandon du tabagisme, ligne J'arrête...	Matériel disponible gratuitement à la DSP Intervenante du CSSS Thérèse de Blainville - Présentoir	Nathalie Côté	Direction CSSS Thérèse de Blainville avec la collaboration de Johanne Michaud infirmière clinicienne –	3 ans En continu
2. Faire la promotion du Défi J'arrête, j'y gagne	- Affiches - Babillard -Matériel disponible à la DSP	Sous-comité	Direction CSSS Thérèse de Blainville avec la collaboration de Johanne Michaud infirmière clinicienne –	3 ans Janvier à février 2010-2011-2012
3. Ajout d'un avis plastifié, non-fumeurs, aux entrées de la clinique	Achat de deux affiches plastifiées	Brigitte Bouvier	S/O	3 ans À partir de janvier 2011, en continu.

OBJECTIFS	- D'ici la fin du mandat 2013, 70% des employés consommeront leur ratio de fruits et légumes

RÉSULTATS DU SONDAGE (JUILLET 2010)	- Fait de l'embonpoint : 25%
	- À un poids santé par rapport à sa taille : 75%
	- Consommation de cinq fruits et légumes/ jour par le groupe d'employé : 60%

ACTIVITÉS	RESSOURCES MATÉRIELLES ET FINANCIÈRES	RESPONSABLE DES ACTIVITÉS	PARTENAIRES	ÉCHÉANCES
1. Conférences sur thèmes divers;	- Salle de dîner	Brigitte Bouvier	- Éline Caponi, diététicienne	Décembre 2010 Mars 2011 Juin 2011 Années subséquentes (2012-2013) Conférence trimestrielle selon disponibilité de la diététicienne.
2. Consultation individualisée avec la diététicienne du CML	- Publicité - Tarif préférentiel pour le personnel de la clinique	Brigitte Bouvier	- Éline Caponi, diététicienne	3 ans À partir de novembre 2010 et par la suite en continu jusqu'en 2013.
3. Faire la publicisation de l'achat des produits maraîchers locaux	- Bulletin du personnel CML - Babillard	Sous-comité	- Éline Caponi, diététicienne	3 ans Mai – juin 2011 Mai – juin 2012 Mai – juin 2013

OBJECTIFS	D'ici 2013 encourager et motiver les employés à pratiquer des activités physiques plus régulièrement seul ou en groupe.	RÉSULTATS DU SONDAGE (JUILLET 2010)	- 65% des employés sont actifs à un niveau supérieur (3 fois et plus / semaine)

ACTIVITÉS	RESSOURCES MATÉRIELLES ET FINANCIÈRES	RESPONSABLE DES ACTIVITÉS	PARTENAIRES	ÉCHÉANCES
1. Faire la promotion des activités des secteurs des Laurentides, Lanaudière et Laval	- Bulletin du personnel CML - Babillard - Publicité	Sous-comité	Direction CSSS Thérèse de Blainville avec la collaboration de Annik Gibeau, Kinésiologie Expert-conseil en activité physique	3 ans Chaque saison de l'année
2. Organiser des activités de groupe avec le personnel médical durant les fins de semaine - Arbre en arbre - Party de Noël - Randonnée pédestre en raquette - Dîner des secrétaires	- Sondage et invitation selon participation - Prix de participation	Sous-comité	_____	30 oct. 2010 10 déc. 2010 Hiver 2011 Juin 2011
3. Ajout de support à vélo	- installation dans le stationnement - Coût financier défrayé par le CML	Brigitte Bouvier	_____	Été 2011 Juin 2011

ACTIVITÉS	RESSOURCES MATÉRIELLES ET FINANCIÈRES	RESPONSABLE DES ACTIVITÉS	PARTENAIRES	ÉCHÉANCES
4. Affichage d'exercices légers dans la cuisine et au poste de travail	- Babillard 0-5-30 - Affichage secrétariat - site internet	Nathalie Côté	Service des communications du CSSS Thérèse de Blainville	3 ans Novembre 2010 (en continu)
5. Création d'entente corporative avec entreprise régionale * Centre Sportif Rosemère	- Babillard pour publiciser l'information à tout le personnel	Brigitte Bouvier	_____	3 ans Novembre 2010 (en continu)
6. Activité massage sur chaise	- Prêt de chaise de massage - Salle de repos	Brigitte Bouvier	Mélissa Arsenault diplômée en massothérapie	À préciser avec horaire de l'employée Planification en 2011

SANTÉ & BIEN-ÊTRE



ACTIVITÉS	RESSOURCES MATÉRIELLES ET FINANCIÈRES	RESPONSABLE DES ACTIVITÉS	PARTENAIRES	ÉCHÉANCES
1. Créer une entente avec la Psychothérapeute pour soutien aux employés en situation de crise	- Note au babillard du secrétariat pour en informer les secrétaires	Brigitte Bouvier	Mona Picard Sexologue clinicienne et Psychothérapeute	3 ans ou selon la disponibilité de la clinicienne. Depuis octobre 2010 (en continu)
2. Capsules humoristiques	- Via Bulletin CML - Salle à dîner - Aux archives	Brigitte Bouvier	Collaboration du personnel CML	3 ans Début janvier 2011 (en continu)
3. Faire connaître aux employés, les sites de choix pour améliorer la santé et le bien-être général	- Internet	- Sous - comité	Les Balados de Passeport Santé	3 ans Début février 2011 (en continu)
4. Bilan de santé, volontaire (prise TA, poids, IMC et vérification habitudes de vie)	- Publiciser l'information au babillard	- Infirmières GMF	_____	3 ans Début mars 2011 (en continu)



ACTIVITÉS	RESSOURCES MATÉRIELLES ET FINANCIÈRES	RESPONSABLE DES ACTIVITÉS	PARTENAIRES	ÉCHÉANCES
1. Rendre disponibles, livres, DVD et autres documents mis à la disposition des employés sur les 4 volets (0-5-30)	-Bibliothèque dans la salle dans la salle de conférence - Don d'employés - Achat CML	Sous-comité	Collaboration - Personnel CML - Annik Gibeau , kinésologue Expert-conseil en activité physique Johane Michaud , infirmière clinicienne Agent de changement	3 ans
2. Aménagement d'un babillard dans la cuisine pour diffusion de l'information du programme 0-5-30	- Prévoir \$ pour achat tableau	Brigitte Bouvier	_____	3 ans
3. Fonds d'écran thématiques aux postes de travail du secrétariat	- Via postes informatiques	- Sous comité	- Sylvie Arseneault	