



## Journée internationale de la sensibilisation aux surdoses Des activités de prévention en concertation

Le 31 aout dernier, se sont tenues différentes activités de préventions, afin de souligner la journée internationale de la sensibilisation aux surdoses. Cette journée a permis un travail de concertation entre la Direction des programmes santé mentale et dépendance (DPSMD) du Centre intégré de santé et de services sociaux (CISSS) de l'Abitibi-Témiscamingue, la Direction de santé publique, plus précisément avec Pikatemps et Centre de Prévention des Surdoses et la Piaule de Val-d'Or. Lors de cette journée, nous avons pu observer un très beau travail d'équipe et de belles réussites avec une grande participation de nos usagers.

Cette journée aura également permis à la paire aidante, Dominique Lacaille, de faire deux témoignages auprès des usagers et une entrevue radio sur son parcours personnel et son rétablissement. Elle est ici accompagnée d'Isabelle Boucher directrice de La Piaule. Bravo pour ton témoignage Dominique!

Sur la photo du bas : Martin Parent (Piaule), Christine Joly (CISSSAT) Isabelle Boucher (Piaule), Dominique Lacaille (CISSSAT) et Mélanie Manseau (Piaule).

**Marie-Pier Laliberté-Fleury – Chef Dépendance et itinérance**  
**Christine Francoeur – Conseillère-cadre en itinérance**



## Activité du poste de police communautaire mixte autochtone (PPCMA)



Le 6 septembre 2024 s'est tenue une activité organisée par le PPCMA et la Direction du programme Jeunesse du CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue. L'objectif étant de créer des liens auprès des jeunes en difficulté et les différents organismes qui œuvrent auprès de celle-ci.

Sur la photo : Charlie Moisant, policière au PPCMA.

**Marie-Pier Laliberté-Fleury, Chef Dépendance et itinérance et Dominic Veilleux, Chef de poste par intérim, Sûreté du Québec.**

## Dans ce numéro

Journée internationale de la sensibilisation des surdoses	..... p.1
Activité du PPCMA	..... p.1
Les conseils du doc	..... p.2
Nouveau bureau de Pikatemps	..... p.3
Ouverture de la sandwicherie	..... p.4



## Conseils du doc

### Problèmes de santé liés à l'exposition au froid

#### Hypothermie

La température normale du corps humain se maintient autour de 37°C. L'hypothermie se produit lorsque la température du corps descend en deçà de 35°C, le plus souvent lors d'une exposition prolongée au froid.

Elle se manifeste d'abord par des frissons, qui sont une réponse naturelle du corps visant à se réchauffer, et des engourdissements au niveau des pieds et des mains. Avec la diminution de la température corporelle, la personne peut devenir confuse et avoir de la difficulté à parler et à marcher. À ce stade, il arrive parfois que la personne enlève ses vêtements de façon inappropriée. Lors d'une hypothermie sévère, la personne peut devenir somnolente, perdre conscience, et même subir un arrêt cardiaque.

#### Que faire en cas d'hypothermie?

- ⇒ Toute personne souffrant d'hypothermie nécessite des soins urgents. **La première étape consiste donc à appeler le 9-1-1;**
- ⇒ En attendant l'arrivée des services d'urgence, rester avec la personne et tenter de la **mettre à l'abri du froid**, par exemple dans l'entrée d'un commerce;
- ⇒ Éviter de secouer la personne trop vigoureusement, car cela pourrait déclencher une arythmie cardiaque;
- ⇒ Réchauffer la personne avec des **couvertures** et retirer ses vêtements s'ils sont mouillés;
- ⇒ Si elle est consciente, lui donner des petites gorgées d'une **boisson chaude** qui ne contient pas d'alcool;
- ⇒ Si elle est inconsciente **et qu'elle n'a pas de pouls**, débiter les compressions thoraciques en poussant fort au centre de la poitrine, au même rythme que la chanson **Stayin' Alive** des Bee Gees (*Ah-ah-ah-ah Stayin' Alive, Stayin' Alive!*).

#### Engelures

Les engelures se produisent lorsque la peau est exposée au froid, parfois pendant seulement quelques minutes lorsque la température ambiante est très basse ou lors de l'exposition au vent. Les personnes qui consomment de l'alcool ou des drogues sont plus à risque de développer des engelures.

Les parties du corps les plus souvent atteintes sont les oreilles, le nez, les joues, le menton, les doigts et les orteils. Elles se manifestent par des engourdissements, des picotements ou de la douleur et une coloration bleutée, blanche ou grisâtre et un durcissement de la peau. Dans les cas plus graves, des cloques d'eau ou de sang peuvent également apparaître aux sites atteints. Les engelures s'aggravent lorsqu'elles sont à nouveau exposées au froid juste après avoir été réchauffées.

#### Que faire en cas d'engelures?

- ⇒ Tenter de **mettre la personne à l'abri du froid**.
- ⇒ Retirer ses vêtements s'ils sont mouillés;
- ⇒ **Retirer les bijoux** des parties du corps affectées;
- ⇒ Éviter de faire marcher la personne si des engelures sont présentes au niveau des pieds;
- ⇒ Réchauffer la partie du corps atteinte dans de l'**eau tiède** et non chaude (soit à une température entre 36°C et 37°C), ou à l'aide de la **chaleur corporelle** (par exemple en plaçant la main sous l'aisselle), jusqu'à temps que la peau redevienne rouge ou violacée et souple au toucher. **Important : éviter de réchauffer une engelure s'il y a un risque qu'elle soit à nouveau exposée au froid;**
- ⇒ Éviter de frotter la région atteinte, ou de la placer directement en contact avec un radiateur, un feu ou un poêle. S'il y a présence de cloques, ne pas les crever;
- ⇒ Si la coloration de la peau ne change pas après avoir été réchauffée, ou en présence de cloques d'eau ou de sang, encourager la personne à **obtenir des soins urgents ou appeler le 9-1-1**.



## Conseils du doc

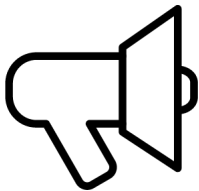
### Problèmes de santé liés à l'exposition au froid

#### Prévenir les problèmes de santé liés au froid

- ⇒ Porter plusieurs épaisseurs de vêtements chauds, pour couvrir la tête et le tronc, mais aussi les parties exposées du visage et les doigts;
- ⇒ Éviter les vêtements ou les bottes trop serrés;
- ⇒ Si les vêtements deviennent mouillés, les retirer dès que possible pour mettre des vêtements secs;
- ⇒ Placer des chauffe-mains chimiques dans les gants ou les bottes, mais attention de ne pas les placer en contact direct avec la peau, ce qui peut occasionner des brûlures;
- ⇒ Boire des liquides chauds, mais éviter ceux contenant de la caféine ou de l'alcool, qui peuvent augmenter les pertes de chaleur;
- ⇒ Se mettre à l'abri dès que l'on commence à avoir froid.

#### Dr. François Venne

Médecin de famille, GMF-U de la Vallée-de-l'Or, Hôpital de Val-d'Or et clinique TAO de Val-d'Or  
Médecin-conseil, Module des maladies infectieuses, Direction de la santé publique, CISSS-AT



### Nouveau bureau de PIKATEMPS

Pikatemps a maintenant pignon sur rue au Château Marie-Ève situé au 750, 3<sup>e</sup> Avenue à Val-d'Or.

Pikatemps, c'est une infirmière et une intervenante sociale de la Direction de santé publique. Différents services sont offerts aux groupes de personnes vulnérables, soit :

- ⇒ prévention, dépistage et traitement des infections transmises sexuellement ou par le sang (ITSS);
- ⇒ distribution de condoms et de matériel de consommation afin de diminuer les risques de transmission;
- ⇒ contraception, tests de grossesse et contraception d'urgence;
- ⇒ vaccination contre les hépatites A et B auprès des clientèles à risque;
- ⇒ prescription de médication préexposition au VIH chez les hommes ayant des relations sexuelles avec d'autres hommes (PrEP);
- ⇒ accompagnement dans des démarches pour l'aide financière de dernier recours pour le remplacement d'une carte d'assurance maladie et autres;
- ⇒ de l'écoute, du soutien, de l'information, de la prévention de l'intervention et référence selon les besoins.

Pikatemps est un service **gratuit et confidentiel** adapté aux besoins des personnes les plus vulnérables et offert directement dans les milieux où elles se trouvent (rue, parcs, lieux de consommation, etc.).

Pikatemps est partie intégrante du comité clinique en itinérance et intervient de concert avec les partenaires afin d'aider les personnes vulnérables ou sans domicile fixe. Il existe différents types d'itinérance, soit : chronique, cyclique ou ponctuelle.

Les intervenantes Pikatemps seront présentes à la **Nuit des sans-abris**, venez les rencontrer.

De plus, la population, les commerçants, les partenaires sont invités à une activité porte ouverte le **mercredi 16 octobre de 13 h à 16 h** afin de rencontrer les intervenants, de visiter les locaux et d'en apprendre davantage sur les services.



## Un nouveau service à La Piaule de Val-d'Or Ouverture de la sandwicherie

La Piaule et ses partenaires sont fiers de leur toute nouvelle acquisition : **La Sandwicherie**.

C'est le 24 septembre 2024 que le restaurant reprenait ses activités avec un changement d'administration.

La Piaule utilisera La Sandwicherie comme moyen d'auto-financement pour son projet de *Travail alternatif payé à la journée* (TAPAJ), accrédité par TAPAJ-Québec.

Dans la dernière année, avec TAPAJ, nous avons rejoint plus de 100 Tapajeurs, faits tout près de 2000 heures de travail accompagnées et de projets de sortie de rue.

Un merci bien spécial à Mme Véronic Bolduc (ancienne co-proprétaire) pour son soutien dans le démarrage de notre projet. Elle participera à la transition pour la prochaine année. ♡

Une mention spéciale à Mme Christine Francoeur, conseillère-cadre régionale en itinérance, et Mme Julie Laflamme-Desgroseilliers, coordonnatrice de TAPAJ-Québec, pour leur soutien immuable! Sans votre passion, TAPAJ-Val-d'Or ne serait pas ce qu'il est. ♡

La Piaule lance l'invitation à la population de venir découvrir son tout nouveau sandwich du Tapajeur et vous remercie de votre généreux support!

Au plaisir de vous voir **du mardi au vendredi de 8 h à 14 h 30** au 725, 3<sup>e</sup> avenue, Val-d'Or.

**Isabelle Boucher**  
Directrice générale de La Piaule de Val-d'Or



L'Info-Alliage est produit par les membres du comité stratégique en itinérance de Val-d'Or, soit le CISSS de l'Abitibi-Témiscamingue, la Ville de Val-d'Or, la Sûreté du Québec, la Piaule de Val-d'Or et le Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or.