



# Réseau de services sociaux et de santé POUR LES ANGLOPHONES DE L'OUTAOUAIS

## BULLETIN

ÉTÉ 2008

Le **RSSSAO** dessert la population anglophone de l'Outaouais et travaille avec les collectivités, les agences de santé publique et les organismes communautaires pour faciliter l'accès aux services sociaux et de santé en anglais. Avez-vous besoin d'aide afin de trouver des renseignements ou des services en anglais? Si oui, communiquez avec nous. Notre coordonnatrice des services sociaux et de santé est là pour vous aider. Communiquez avec **Danielle Lanyi**, par téléphone au 819-923-8429 ou par courriel à [info@ohssn.org](mailto:info@ohssn.org).

### Composez le 8-1-1 pour joindre Info-Santé

Composez le **8-1-1** si vous voulez parler à un professionnel de la santé d'un cas **non urgent**. Ce service de consultation professionnelle par téléphone est offert 24 heures par jour, 7 jours sur 7, et constitue un élément important des soins de santé de première ligne. Vous pourrez y obtenir des réponses aux questions de santé courantes et vous faire diriger vers le bon service au sein du réseau de services sociaux et de santé. Vous pouvez également consulter un guide santé à [www.guidesante.gouv.qc.ca](http://www.guidesante.gouv.qc.ca).

### Information sur le diabète

On estime que 200 000 Québécois sont atteints de diabète sans le savoir. Les Diabétiques de l'Outaouais Inc. sont un organisme communautaire qui offre des services à la fois aux personnes diabétiques et aux professionnels de la santé, y compris des séances d'information, des services de dépistage du diabète et des programmes individualisés de gestion de la maladie. Pour de plus amples renseignements, composez le **819-770-0442** ou visitez le site [www.diabete.qc.ca](http://www.diabete.qc.ca).

### Services pour les enfants victimes d'agression sexuelle

Le Centre d'intervention en abus sexuels pour la famille est un organisme à but non lucratif qui offre des services spécialisés aux familles et aux personnes aux prises avec l'agression sexuelle d'enfants. Il a notamment pour objectif de créer et de fournir des services personnalisés afin de réduire l'incidence de l'agression sexuelle à l'égard des enfants. Ses services sont axés sur la prévention, le traitement et l'intervention au moyen d'ateliers, de groupes de soutien et de consultations individuelles. Vous pouvez joindre le CIASF en composant le **819-595-1905** (ou le numéro sans frais **1-888-368-7243**) ou en visitant le [www.ciasf.org](http://www.ciasf.org).

### Protection contre la cyberintimidation

Selon Bill Belsey, président de Bullying.org Canada, la cyberintimidation est le recours aux technologies de l'information et des communications par une personne ou un groupe afin de poser délibérément des gestes hostiles et répétés pour faire du mal à une autre personne. La cyberintimidation des enfants et des adolescents est devenue un important problème dans les écoles canadiennes en raison de l'utilisation accrue du courriel, d'Internet et des téléphones cellulaires. Des ressources visant à sensibiliser les jeunes et les parents à la sécurité en ligne sont offertes dans des guides écrits et des sites Web tel que [www.cyberproof.blogspot.com](http://www.cyberproof.blogspot.com).

### Sensibilisation aux AVC

Un accident vasculaire cérébral (AVC) est une urgence médicale. En apprenant à reconnaître les signes avant-coureurs et en composant immédiatement le 9-1-1 ou votre numéro d'urgence local, vous pouvez grandement augmenter vos chances de survie et de rétablissement. En partenariat avec des professionnels de la santé, des diététistes et des éducateurs, la Fondation des maladies du cœur sensibilise la population sur l'AVC, ses symptômes et ses facteurs de risque, et fournit de l'information sur la façon d'adopter un mode de vie sain. Visitez le [www.fmcoeur.qc.ca](http://www.fmcoeur.qc.ca) pour de plus amples renseignements. Vous pouvez recevoir des recettes et des conseils pour maintenir un cœur en santé en vous inscrivant au bulletin mensuel gratuit de la Fondation.

### Faites-nous parvenir vos commentaires!

Nous vous encourageons à nous faire parvenir vos questions ou vos commentaires afin que nous puissions mieux vous servir. Communiquez avec notre coordonnatrice par téléphone au **819-923-8429** ou par courrier électronique à [info@ohssn.org](mailto:info@ohssn.org).