

# Liste de contrôle pour le bénévole

## Quoi faire et quoi éviter

Dans le contexte de la pandémie COVID-19, afin de préserver notre santé, celle de nos proches et celle des gens que nous aidons, nous devons modifier nos habitudes. **Voici quelques lignes directrices obligatoires à respecter avant, pendant et après toute activité bénévole :**

### Assurez-vous d'être en santé avant de faire du bénévolat

- Vous ne vous sentez pas bien, vous avez des symptômes d'allure grippale? Abstenez-vous de faire du bénévolat et restez chez vous jusqu'à ce que vous soyez complètement rétabli;
- Vous avez eu des contacts étroits avec un cas probable ou confirmé de COVID-19 et ceci depuis moins de 14 jours? Restez chez vous jusqu'à ce que 14 jours soient passés.

### Préparez-vous adéquatement à faire du bénévolat

- Évitez de vous déplacer en transport en commun pour vous rendre à votre activité bénévole. Ne prenez pas place dans un véhicule comptant plus de deux personnes;
- Présentez-vous avec une bouteille de désinfectant pour les mains que vous seul utiliserez;
- Présentez-vous avec votre propre nourriture et vos propres breuvages afin d'éviter de devoir partager des aliments avec autrui;
- Assurez-vous d'avoir terminé la formation/orientation relative à votre poste actuel et de posséder toutes les connaissances exigées.

### Pendant l'activité bénévole

- Lavez vos mains ou désinfectez-les lorsque vous arrivez sur les lieux de l'activité et lorsque vous quittez;
- Observez les règles d'hygiène lorsque vous toussiez ou éternuez : couvrez-vous la bouche et le nez avec votre bras afin de réduire la propagation des germes; si vous utilisez un mouchoir en papier, jetez-le dès que possible et lavez-vous les mains par la suite;
- Maintenez en tout temps une distance d'au moins 2 mètres (6,6 pieds) entre vous et toute autre personne;
- Évitez de donner la main, ainsi que tout contact physique;
- Évitez d'utiliser les toilettes publiques;
- Si vous remarquez qu'un participant (bénévole, usager ou autre) ne se sent pas bien, avisez le coordonnateur de l'activité;
- Dans la mesure du possible, évitez tout contact physique direct avec les usagers. Laissez tout colis ou toute provision de nourriture devant la porte;
- Ayez une attitude et des commentaires positifs, ne contribuez pas à augmenter l'anxiété et le stress chez les gens que vous aidez.

## Après l'activité bénévole

- Avisez le coordonnateur lorsque l'activité prend fin. Formulez des recommandations si quelque chose hors de l'ordinaire ou digne de mention se produit;
- Assurez-vous de partager vos sentiments avec des personnes de confiance. Si vous vous sentez en détresse ou avez besoin de parler, n'hésitez pas à communiquer avec le responsable des ressources bénévoles;
- Reposez-vous et maintenez votre routine. N'entreprenez que le nombre de tâches que vous vous sentez capable d'accomplir;
- Si vous vous ne sentez pas bien quelques jours après l'activité, avisez immédiatement le responsable des ressources bénévoles;
- Respectez les directives ci-dessus et tenez-vous informés des mises à jour.

## Respect de la confidentialité

**Confidentialité, dignité et vie privée, sont les pierres d'assises de notre confiance envers ceux qui nous donnent des services.**

En tout temps, on ne doit jamais mentionner le nom des gens à qui nous offrons notre aide ni discuter de ce que nous voyons et entendons.

Quand on parle de confidentialité, on parle de toutes les informations dont nous avons eu connaissance. Par exemple : l'état de santé, les habitudes de vie, la situation familiale et conjugale, le lieu de résidence, les caractéristiques physiques, les croyances, etc. On se doit de respecter la dignité de la personne dans tout ce qu'elle est.

Si vous devez communiquer avec des usagers au téléphone, assurez-vous de la faire discrètement.

### Des exemples qui parlent

J'apprends que mon voisin a le COVID-19, puis-je en discuter avec sa fille?

**NON**, peut-être qu'il ne lui en a pas parlé pour ne pas l'inquiéter. L'information doit venir de lui et non de vous.

Je suis à l'épicerie, j'entends un homme qui est allé à la popote roulante, parler d'une dame chez qui il a été et qui lui faisait pitié, car elle n'était pas propre, sentait l'urine et semblait un peu perdue... **Oups**, il s'agit de votre mère. Comment vous sentez-vous? Votre mère a toujours été fière et voilà que par manque de confidentialité, on atteint à sa dignité dans un moment où elle n'a pas tout le soutien habituel, car ses proches sont en confinement.

---

#### Notre mission

Maintenir, améliorer et restaurer la santé et le bien-être de la population québécoise en rendant accessible un ensemble de services de santé et de services sociaux intégrés et de qualité, contribuant ainsi au développement social et économique du Québec.

#### Notre vision

Des soins de santé et des services accessibles et efficaces qui s'adaptent aux besoins des Québécois.

#### Nos ambitions

Le CISSS de la Montérégie-Ouest réalise ses ambitions en osant innover dans ses façons de faire et ainsi il se démarque et rayonne par:

- L'excellence de son offre de soins et services intégrés de proximité axée sur l'interdisciplinarité, l'accessibilité et l'adaptation aux besoins de sa population;
- Son courage à questionner et à améliorer ses pratiques professionnelles, cliniques et de gestion;
- La reconnaissance de la contribution de son personnel et la mise en place de pratiques de gestion humaines;
- La force de ses liens avec ses partenaires.

#### Nos valeurs

Nos actions sont guidées par cinq valeurs, interdépendantes et en équilibre: bienveillance, collaboration, engagement, audace et cohérence.