

Attention

WORKSAFE
TRAVAIL SÉCURITAIRE



RENSEIGNEMENTS POUR
LA FAMILLE AU SUJET DU
PROGRAMME DE
RÉTABLISSEMENT



INTRODUCTION

Un membre de votre famille a été admis au Programme de rétablissement du Centre de rééducation de Travail sécuritaire NB. Dans ce dépliant, le terme « client » sera utilisé pour désigner cette personne. Le client nous a demandé ou permis de vous remettre ce dépliant, dans lequel vous trouverez :

- des renseignements au sujet de l'agrément, des équipes et des traitements du Programme;
- un espace pour écrire vos questions à nous poser.

AGRÉMENT

Le Centre de rééducation de Travail sécuritaire NB à Saint John est un endroit où l'on aide les clients à surmonter les effets d'une blessure subie au travail afin qu'ils puissent retourner au travail en toute sécurité. Il s'agit du seul centre de réadaptation à l'est de l'Alberta spécialisé dans le traitement des travailleurs blessés. Il peut offrir des traitements aux clients sans délai.

Le Programme de rétablissement a des équipes de spécialistes qui évaluent et traitent les clients. Le but est de préparer le travailleur blessé à retourner au travail. Le Programme a obtenu le niveau d'agrément le plus élevé de la Commission on Accreditation of Rehabilitation Facilities (CARF) International. Les programmes et les services agréés par la CARF satisfont à des normes reconnues à l'échelle internationale.

RÔLES DES MEMBRES DE L'ÉQUIPE

Les clients sont adressés à une équipe de traitement formée de membres du personnel professionnel qui ont fait leurs études et reçu leur formation à des universités agréées. Ils se tiennent au courant des meilleures pratiques en suivant des cours de formation continue. L'équipe se compose des professionnels de la santé suivants :

Coordonnateur d'équipe / Gestionnaire d'équipe :

Initie le client au Centre et lui présente le personnel; coordonne le programme de traitements; et communique avec le gestionnaire de cas.

Médecin : Effectue un examen complet du client, avise l'équipe de tout problème et communique avec le médecin de famille.



Physiothérapeute :

Évalue le client. Utilise une variété de techniques de traitement et d'exercices pour l'aider à gérer sa douleur, à prévenir une nouvelle blessure, ainsi qu'à retrouver sa mobilité, sa force et son conditionnement général.

Ergothérapeute : Évalue les habiletés du client à effectuer des activités liées à l'emploi. De plus, il lui fait faire des activités liées au travail pour améliorer sa force et son endurance pour pouvoir faire son travail, et lui enseigne des stratégies pour maîtriser sa douleur.

Psychologue ou travailleur social : Offre un soutien au client au moyen de counselling individuel ou de séances de groupe. Les sujets abordés comprennent les questions de clients, la gestion du stress, la gestion de la douleur, une bonne communication et la préparation pour retourner au travail.

Autres : Les services d'une infirmière et d'une diététicienne sont également disponibles au besoin.



PROGRAMME DE TRAITEMENT

Une journée typique comprend diverses activités de traitement qui répondent le mieux aux besoins du client. Les traitements commencent à 8 h 40 et se terminent à 16 h 00, sauf les vendredis, où les traitements se terminent à 12 h 00. Il y a deux pauses de 15 min (une le matin et une l'après-midi) et une pause d'une heure pour le dîner. L'horaire est semblable à un horaire de travail pour préparer le client à retourner au travail.

Le client commence ses activités le matin par une séance d'échauffement pour étirer ses muscles, puis il reçoit des traitements de physiothérapie ou d'ergothérapie. La physiothérapie comprend des exercices dans le gymnase, des directives pour gérer les symptômes (étirements, glace ou chaleur) et peut inclure des soins pratiques.

Les activités en ergothérapie sont fondées sur les exigences de l'emploi. Elles comprennent habituellement des tâches qui permettent au client d'améliorer sa capacité de s'asseoir, de rester debout, de soulever, de transporter, de pousser et de tirer. Cet aspect du programme représente une grande partie du traitement pendant les deux ou trois semaines qui précèdent le congé du client quand il se prépare à retourner au travail.



Tout au long du programme, on offre de l'éducation sur certains sujets. Le client et les membres de sa famille peuvent obtenir des documents sur ces sujets en tout temps. Les sujets comprennent :

- Comprendre la douleur
- Comprendre les pratiques de travail sécuritaires
- Les bienfaits de l'exercice
- La nutrition depuis votre blessure
- Le sommeil réparateur
- La gestion du stress et la relaxation

Dans les séances de groupe avec le travailleur social ou le psychologue, on traite de façons de faire face aux effets de la blessure. Certains clients reçoivent également du counselling individuel.

On met beaucoup l'accent sur la gestion des symptômes, comme la douleur, l'enflure, l'engourdissement et le picotement. Diverses activités ont lieu au Centre pour aider. Le but de la gestion de la douleur est de donner des outils et des stratégies que le client peut utiliser lui-même.

Les outils comprennent :

- Des techniques de relaxation – offertes dans des séances de relaxation et de Tai chi ainsi que sous forme de formation individuelle.



- Des étirements / exercices – pour améliorer la flexibilité, la force et l'endurance.
- Une bonne mécanique corporelle – pour prévenir la tension sur le corps.
- De petites pauses – pour faire des étirements, changer de position ou prendre de grandes respirations.
- Enveloppements chauds et froids – pour assurer une bonne circulation et la relaxation musculaire, ou pour gérer l'inflammation.

DURÉE DU TRAITEMENT

Le programme dure environ de six à sept semaines. La durée exacte dépend des progrès du client pendant le traitement. Chaque programme est conçu selon des renseignements obtenus du client, des membres de l'équipe et du gestionnaire de cas. Il a pour but :

- d'aider le client à retourner au travail sans limitation;
- d'aider le client à retourner au travail de façon graduelle, et peut comprendre des changements au lieu de travail ou à ses tâches. Dans ces cas, un ergothérapeute de Travail sécuritaire NB rencontrera le client et l'employeur pour planifier ces changements;
- d'améliorer les fonctions du client pour l'aider à retourner au travail.

PLANIFICATION DU CONGÉ

Le client, l'équipe et le gestionnaire de cas travaillent ensemble pour établir un plan de congé. Pour les clients qui sont prêts à retourner au travail, le gestionnaire de cas prend les dispositions nécessaires avec l'employeur.



QUESTIONS?

Veillez écrire vos questions et commentaires dans l'espace plus haut, et retourner le dépliant de l'une des façons suivantes :

- par le membre de votre famille;
- par télécopie au coordonnateur d'équipe / chef d'équipe du Programme de rétablissement, au 506 642-0723;
- par la poste, à l'adresse suivante :
Coordonnateur d'équipe / Chef d'équipe
Programme de rétablissement
Centre de rééducation de Travail sécuritaire NB
1, rue Portland
Case postale 160
Saint John (N.-B.) E2L 3X9

