



 **VISAGES
DE LA
SANTÉ**

2018-2019



Visages de la santé 2018-2019

Une publication du Réseau santé en français de Terre-Neuve-et-Labrador

ÉDITION *Le Gaboteur*

MISE EN PAGE Jessie Meyer

IMPRESSION Quickprint

Mars 2019

Le travail du Réseau santé en français de Terre-Neuve-et-Labrador est rendu possible grâce à l'appui de Santé Canada par l'intermédiaire de la Société Santé en français.



Un mot de FFTNL Santé



Il y a une quinzaine d'années, la Fédération des francophones de Terre-Neuve et du Labrador (FFTNL) initiait la création d'un Réseau santé en français de Terre-Neuve-et-Labrador (RSFTNL) afin de favoriser l'accès à des soins et ressources dans leur langue maternelle aux populations francophones et acadiennes de la province.

La production d'un Répertoire des professionnels de santé d'expression française exerçant dans plusieurs régions de la province et dans plusieurs domaines de la santé est une des réalisations dont nous sommes les plus fiers. Diffusé en ligne sur le portail francotnl.ca, ce répertoire compte maintenant une soixantaine de professionnels et il ne cesse de grandir.

Il y aura bientôt un an, nous avons décidé d'aller encore plus loin dans l'information offerte aux francophones sur ces hommes et ces femmes capables de prendre soin de nous, en français, en présentant des portraits de leur parcours et de leur travail dans le journal *Le Gaboteur*.

Lancée en octobre 2018, la chronique *Visages de la santé* a permis de faire découvrir combien les francophones sont choyés par la qualité et la diversité des soins offerts par les dix professionnels qui se sont prêtés au jeu de l'entrevue.

Cette initiative, qui est loin de prendre fin avec ce livret, permettra aussi, nous l'espérons, de favoriser les échanges entre les professionnels capables d'offrir des services en français et d'inspirer les jeunes qui s'appêtent à choisir une carrière en santé à faire le saut.

**Bravo et merci aux Visages de la santé
2018-2019!**

Roxanne Leduc

DIRECTRICE GÉNÉRALE ADJOINTE DE LA FFTNL
RESPONSABLE DU RÉSEAU SANTÉ EN FRANÇAIS
DE TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR



RETROUVER DE BELLES ET BONNES DENTS, SANS ANGOISSE

DRE ALLISON CHAYTOR

DENTISTE | PARADISE

Après trois ans de pratique de la médecine dentaire majoritairement en français à Montréal, la native de Saint-Jean Allison Chaytor est revenue à la maison. Depuis juillet dernier, elle prodigue des soins avec empathie et créativité dans la capitale, à Paradise et à Carbonear.

Allison Chaytor est l'une des rares natives de la province diplômée en médecine dentaire de l'Université McGill, à Montréal. L'admission d'étudiants hors Québec y est ultra contingente : environ quatre recrues seulement par année y sont acceptées. Avant elle, l'admission d'une autre Terre-Neuvienne remontait à 13 années.

Est-ce son double baccalauréat en biologie et neurosciences de l'Université Memorial, sa connaissance du français à la faveur de trois séjours d'immersion intensive au Québec, ou encore ses talents de pianiste, de trompettiste et de choriste avec Shallaway qui lui ont ouvert grandes les portes? Qu'importe. Chose certaine, elle revient au bercail avec tout ce bagage, et plus encore.

La formation en médecine dentaire à McGill a ceci de particulier que pendant la première année et demi de leurs études, les futurs dentistes suivent les mêmes cours que les futurs médecins. « Cette formation nous permet de comprendre tout le corps humain », explique-t-elle. L'enseignement spécifique aux dentistes est dispensé pendant les six mois suivants. Les deux dernières années sont consacrées à l'exercice de la profession à la clinique de la Faculté de médecine dentaire, ouverte au grand public. La formation théorique se poursuit également.

« Nombreux sont les francophones qui fréquentent cette clinique. Comme je voulais améliorer mon français, on m'a confiée les francophones », raconte-t-elle. C'est ainsi qu'elle fera, dans sa langue seconde, sa première intervention à vie sur un patient et sur tous les autres, pendant ses deux dernières années à McGill.

« On apprend plus vite quand on n'a pas le choix! », constate-t-elle. Et à en juger par sa maîtrise de notre

langue, elle a appris vite et bien à écouter, expliquer et rassurer, en français, les gens pour qui la visite chez le dentiste est une expérience douloureuse, à maints égards.

« C'est tellement important d'écouter les gens pour comprendre ce qu'ils ressentent, de leur expliquer, dans leur langue maternelle, les différentes interventions qui s'offrent à eux et leurs impacts sur leur santé, sur l'esthétique, sur leurs finances; d'obtenir de leur part un consentement éclairé; de leur expliquer ce que nous faisons et de réduire leur anxiété », dit-elle.

L'expérience terrain d'Allison Chaytor est un autre facteur de réduction du stress. Ainsi, après l'obtention de son diplôme de McGill, elle a fait une résidence d'une année à l'Hôpital général de Montréal pour apprendre à faire des interventions spécialisées, comme des chirurgies des gencives et des traitements de canal complexes.

« Je suis une généraliste qui fait tout », résume-t-elle. « À Montréal, j'ai été exposée à une grande diversité de cas, de situations et de clientèles. J'ai entre autres soigné des enfants, des personnes âgées et des sans-abri. J'ai ainsi acquis une grande capacité d'adaptation à toutes sortes d'environnements de travail, tant au sein des équipes de travail qu'avec les équipements », raconte-t-elle.

Cette capacité d'adaptation lui sert bien depuis son retour à Terre-Neuve, puisqu'elle partage sa semaine entre trois cliniques de la région de la capitale. Elle est de service chez Freshwater Dentistry, à Saint-Jean, les lundis et mardis; au Carbonear Dental Health Centre, les vendredis et chez Paradise Dental Care les mercredis, jeudis, et souvent les samedis.

COMPRENDRE POUR MIEUX AIDER, SANS JUGER

NANCY DILLON

TRAVAILLEUSE SOCIALE | GANDER

D'aussi loin qu'elle se souvienne, Nancy Dillon a toujours cherché à comprendre pourquoi les gens réagissent différemment dans les mêmes circonstances. Comprendre pour mieux aider, sans juger, est le crédo de cette travailleuse sociale bilingue de Gander.



Après avoir travaillé auprès de adultes en probation, d'adolescents à risque, puis dans le service gouvernemental de protection de l'enfance et d'adoption, Nancy Dillon fait maintenant partie de l'équipe de Central Health responsable du soutien communautaire et du maintien à domicile des personnes de 18 ans et plus présentant des handicaps physiques ou des déficiences intellectuelles.

« Mon rôle consiste à observer ces personnes, à évaluer leurs besoins, à identifier les ressources existantes et à mettre en place pour leur permettre de vivre dans la plus grande autonomie possible. Ces ressources sont celles dont disposent ces personnes elles-mêmes, mais aussi leur famille et la communauté », résume-t-elle.

Dans ce rôle, Nancy Dillon est donc appelée à travailler avec tous les groupes d'âge, par exemple les enfants et les familles des gens auxquelles elle apporte un soutien direct, mais également avec le personnel des organismes communautaires ou d'autres services gouvernementaux de la région de Gander et de communautés aux alentours. Son équipe est également chargée de surveiller le respect des normes dans les résidences privées pour personnes âgées autonomes et semi-autonomes de ce territoire.

COMPRENDRE ET AIDER

La soif de comprendre et d'aider les autres de Nancy Dillon s'est manifestée dès l'adolescence. « Quand des jeunes de mon entourage avaient des comportements délinquants ou prenaient de mauvaises décisions, je me demandais toujours pourquoi ils agissaient comme ça. Je faisais aussi fait du bénévolat auprès des personnes âgées et des enfants pendant mes études secondaires », se rappelle-t-elle.

Sa soif de comprendre les causes des différences de comportements est intimement liée, à ses yeux, à son enthousiasme pour apprendre et utiliser le français. « C'est excitant de connaître une autre langue et une autre culture. Ça permet de communiquer et de mieux comprendre les autres », explique-t-elle.

Sa connaissance du français est un précieux legs de son père enseignant, un anglophone de Gander qui a poussé l'amour de cette langue jusqu'à étudier en linguistique à l'Université Laval, au Québec, puis à concevoir les programmes d'immersion et de français cadre de l'ancien Central English School District de Terre-Neuve. « Nous parlions en français à la maison, avant même d'entrer à l'école, puis j'ai fait l'immersion de la maternelle à la 12e année. Depuis, je saute sur toutes les occasions de parler français », dit-elle.

SERVIR EN FRANÇAIS

« La possibilité d'être servi en français en santé est parfois une question de vie ou de mort! », souligne Nancy Dillon. Elle fait cette affirmation en connaissance de cause... Lorsque des avions ont été cloués sur la piste de l'aéroport de Gander, le 11 septembre 2001, elle a été appelée en renfort pour traduire en anglais la prescription de médicaments de passagers unilingues francophones. « Ils étaient paniqués, avec raison. Un mauvais dosage aurait pu leur être fatal », donne-t-elle en exemple.

Même si Nancy Dillon fait partie des centaines de gens qui ont accueilli à bras ouverts les « Come From Away » atterris par centaines à Gander ce jour-là, elle ne s'en est jamais vantée. Pour cette travailleuse sociale, aider les autres n'a rien d'héroïque : c'est un mode de vie au quotidien.



L'ÉCOUTE AU COEUR DES TRAITEMENTS

SKYE FISHER

PHYSIOTHÉRAPEUTE | SAINT-JEAN

Skye Fisher est très bien placée pour comprendre les bienfaits de la physiothérapie. C'est en faisant des recherches sur les moyens de guérir ses propres blessures sportives qu'elle a eu les premiers contacts avec sa profession.

La physiothérapie n'était pas le premier choix de carrière de Skye Fisher. Elle a d'abord opté pour des études postsecondaires en biochimie à l'Université Memorial (MUN). Quatre ans plus tard, malgré l'obtention d'un baccalauréat dans ce domaine d'étude, elle décidait de mettre le cap vers la Nouvelle-Écosse pour compléter le programme de physiothérapie de l'Université Dalhousie.

« Pendant mes études à MUN, je faisais beaucoup de courses de cross-country et j'étais souvent blessée. J'ai cherché des moyens de me guérir et c'est comme ça que j'en suis venue à m'intéresser à la physiothérapie, jusqu'au point de décider que c'était ce que je voulais faire dans la vie », raconte la jeune femme.

Après l'obtention de ce nouveau diplôme, en 2015, Skye Fisher est rentrée à St. John's pour travailler à la succursale de la rue Torbay du groupe Wedgewood Physiotherapy. Ses professionnels offrent une panoplie de soins pour traiter, notamment, les maux engendrés par de longues heures passées devant un écran, des accidents de la route ou du travail et des blessures sportives. « Mes services sont utilisés par des gens de tous les âges, incluant des enfants », précise la physiothérapeute.

La polyvalence de Skye Fisher inclut également sa capacité d'offrir des services en français, résultat de sa fréquentation des programmes d'immersion française de la maternelle à la 12^e année et de deux mois passés en milieu 100 % francophone à Gatineau, au Québec.

« Quand j'ai commencé ma pratique à Wedgewood, j'avais un peu de doutes sur ma capacité de servir des francophones parce que je n'avais pas parlé régulièrement en français depuis plusieurs années. Ma confiance est meilleure maintenant parce que j'ai constaté que les francophones sont contents de pouvoir s'exprimer dans

leur langue même si mon français n'est pas parfait », confie-t-elle avec modestie.

Bien que les traitements de physiothérapie soient physiques, la communication verbale occupe une grande place dans le processus de guérison. « Au moment de l'évaluation, c'est très important d'écouter les gens décrire leurs problèmes et c'est beaucoup plus facile pour eux de le faire dans leur langue maternelle, souligne-t-elle. Pendant le traitement, c'est aussi important de pouvoir expliquer ce que nous faisons et de vérifier si les gens se sentent confortables pendant nos interventions. »

Les conversations sur la pluie et le beau temps contribuent également à détendre l'atmosphère et à resserrer les liens entre les clients et leur thérapeute. « Comme les traitements durent souvent plusieurs semaines, et même plusieurs mois, ces échanges sont fort utiles, en plus d'être agréables », constate-t-elle.

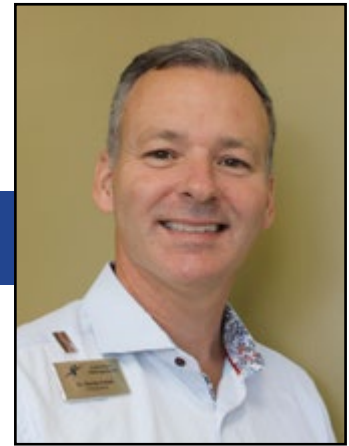
Depuis son entrée sur le marché du travail, Skye Fisher s'est donnée les moyens pour améliorer son niveau de français en ne parlant que cette langue avec un de ses amis francophones. Elle a également poursuivi ses recherches des meilleures techniques pour guérir les blessures sportives en devenant, une nouvelle fois, son propre cobaye.

Depuis le printemps dernier, elle doit faire des exercices pour traiter les séquelles d'un accident au genou, survenu pendant qu'elle s'adonnait à ses nouveaux sports de prédilection, l'escalade et le frisbee ultime. Skye Fisher n'en fait pas un secret : cet accident lui a permis de comprendre encore mieux la frustration de ses clients lorsqu'ils trouvent que la guérison prend beaucoup de temps...

À BON CHIRO BON DOS

RANDY FOLLET

CHIROPATICIEN | SAINT-JEAN



« Si tu as un dos, t'as besoin d'un chiro », résume le chiropraticien Randy Follet pour expliquer les raisons de faire appel aux membres de la profession qu'il exerce depuis 2001, en français comme en anglais, dans la capitale de Terre-Neuve-et-Labrador. Tout le monde a besoin d'un chiro? Voici son avis.

« Un corps, c'est comme une auto. Il a beaucoup de pièces qui doivent bouger ensemble en harmonie et comme une auto, il a besoin d'alignements. Nous avons tous des os et des joints qui, comme les pièces d'une auto, bougent mieux si elles sont en harmonie. Comme les bons mécaniciens, les chiropraticiens alignent les pièces du corps pour que nous soyons mieux », explique ce Terre-Neuvien dont les ancêtres sont venus d'Irlande et diplômé en chiropratique de l'Université Logan du Missouri, aux États-Unis.

« Les recherches indiquent que 80 % de la population a un problème d'alignement. Les douleurs se font souvent sentir dans le cou, qui fait partie du dos, et/ou dans le dos. Ces douleurs émanent souvent d'un mauvais alignement de nos hanches, qui sont la base de notre corps. Tout notre corps est alors affecté », poursuit Randy Follet.

Les douleurs au cou ou au dos peuvent survenir lors d'accidents de travail ou être liées à la répétition de gestes effectués, par exemple, devant un clavier, un écran, un téléphone, une caisse de marché d'alimentation ou encore sur une ligne de montage d'usine de transformation de poisson.

Selon Randy Follet, les chiropraticiens peuvent soulager les personnes atteintes dans les deux scénarios. « Les recherches révèlent que nos traitements apportent un soulagement plus rapide et plus efficace que les médicaments dans le cas des blessures d'accidents de travail. Pour les problèmes liés à la répétition, nos traitements physiques

ont aussi un impact à court terme, mais nous travaillons également pour donner de l'information à nos clients et pour trouver des moyens de modifier la situation qui a causé ces douleurs », dit-il.

Et pour ça, il faut faire la conversation sur les exercices à faire pendant la journée, sur les changements à la posture de travail, sur les meilleures positions pour dormir, etc. Randy Follet a donc souvent conversé en français avec ses clients, dont plusieurs venus de l'archipel voisin de Saint-Pierre et Miquelon.

Son apprentissage du français a débuté en immersion tardive à l'école Mount Pearl Senior High. Il s'est poursuivi à l'Université Memorial, en cours complémentaires à son baccalauréat en biologie avec une mineure en psychologie. « Je ne sais pas pourquoi, mais j'ai toujours trouvé le français facile », confie-t-il. La connaissance de cette langue par son épouse de longue date, devenue son épouse et mère de leurs deux enfants, bilingues comme leurs parents, a également contribué à sa capacité d'offrir des services de santé en français.

« La chiropratique, c'est beaucoup plus qu'une intervention physique contre la douleur. Et la santé, c'est aussi plus que le bien-être du corps. C'est aussi notre esprit et notre attitude », rappelle Randy Follet. « Pour aider les gens, il faut donc une bonne compréhension de ce qui s'est passé pour eux, et plus on comprend, meilleur est le résultat. Quand les gens peuvent nous raconter leurs problèmes dans leur première langue, ça va mieux », conclut-il.



SAVOIRS MILLÉNAIRES AU SECOURS DES MAUX CONTEMPORAINS

MARC-ALEXANDRE MESTRES

MÉDECINE CHINOISE TRADITIONNELLE | GANDER

Originaire de Catalogne, dans le sud de la France, Marc-Alexandre Mestres a choisi Victoria, en Colombie-Britannique, pour étudier la médecine traditionnelle chinoise dans un environnement universitaire. Devenu Terre-Neuvien par amour, il dirige maintenant avec son épouse, Dre Allison Maloney, la clinique ReVibe, à Gander.

Quand Marc-Alexandre Mestre décide d'étudier dans le domaine de la santé, il se met à la recherche d'un établissement qui offre une formation en médecine par les plantes dans un environnement universitaire. L'école Oshio, à Victoria, spécialisé en médecine traditionnelle chinoise, répond à ce critère. Ses programmes peuvent mener au doctorat, après cinq ans d'étude.

Même s'il est possible d'étudier les plantes à Oshio sans recevoir également une formation d'acupuncteur, le Catalan réalise vite qu'il est plus simple d'apprendre les deux techniques en même temps. Le hic? Il n'avait jamais essayé l'acupuncture à cause d'une phobie des seringues. « Encore aujourd'hui, je m'évanouis quand j'ai une prise de sang... », confie-t-il. Un premier choc heureux l'attend à son premier traitement : les minuscules aiguilles d'acupuncture ne provoquent pas chez lui cet effet.

Un autre choc l'attend à Victoria : Cupidon frappe quand Marc-Alexandre Mestres et la Terre-Neuvienne Allison Maloney se rencontrent au collège. L'histoire d'amour qui débute sur les rives du Pacifique dure toujours près de l'Atlantique Nord. En 2015, elle a donné naissance à la clinique ReVibe et, il y a 18 mois, au petit Théodore.

Si Marc-Alexandre Mestres a jeté l'ancre à Terre-Neuve par amour, son épouse a quant à elle appris le français. ReVibe sert donc les gens dans les deux langues canadiennes officielles.

ACCUEIL ENTHOUSIASTE

La clinique ReVibe offre des soins d'acupuncture, de médecine par les plantes (pharmacopée), de massothérapie et d'aromathérapie. « L'acupuncture a très vite connu un succès à cause de son efficacité pour réduire la douleur et aussi parce qu'elle est remboursée par la plupart des assureurs. Le mot s'est aussi passé rapidement sur les bienfaits de la pharmacopée pour soulager, par exemple, les problèmes digestifs et émotionnels. La massothérapie est aussi populaire et de plus en plus de gens viennent pour l'aromathérapie », dit Marc-Alexandre Mestres.

Alors que le couple Mestres-Maloney fabrique les huiles essentielles et les produits naturels pour bébés vendus à la clinique, la majorité des autres produits d'aromathérapie sont faits localement ou dans la région de Bonavista. Indices du succès de l'entreprise : ReVibe a déménagé dans des locaux plus spacieux en novembre 2018 et ses clients sont prêts à faire jusqu'à quatre heures de route pour bénéficier de ses services.

« Beaucoup de clients nous disent venir à ReVibe parce que nous prenons le temps d'écouter et que nous tentons de comprendre leur histoire médicale. Certains se présentent aussi à la clinique pour des urgences », souligne monsieur Mestres.

COMPLÉMENTARITÉ

« La médecine européenne s'est développée sur les champs de bataille, pour assurer la survie immédiate. Toutes les techniques de la médecine chinoise sont axées sur la santé et le bien-être. Les deux savoirs se combinent. En Chine, par exemple, il faut avoir étudié la médecine traditionnelle pour être chirurgien », explique-t-il en bref.

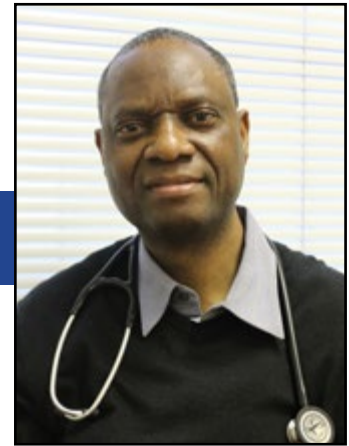
Leur complémentarité peut s'appliquer, par exemple, dans le cas des traitements du cancer. « Avec l'acupuncture et la pharmacopée chinoise, on peut réduire les effets secondaires de la chimiothérapie et de la radiothérapie », donne-t-il en exemple. Aiguilles et herbes médicinales sont aussi fort utiles pour réduire l'anxiété avant une opération et atténuer les douleurs post-opératoires.

Pratiquée depuis des millénaires, l'acupuncture connaît depuis quelques années une véritable révolution. Sa pratique est de plus en plus perfectionnée et arrive à de meilleurs résultats plus rapidement. La reconnaissance des bienfaits du savoir médical asiatique gagne aussi du terrain. Ainsi, un hôpital situé près de Barcelone, au Portugal, ouvrait en 2017 un centre de médecine traditionnelle chinoise.

CETTE RASSURANTE LANGUE MATERNELLE...

DR. PINOS MPIANA

MÉDECIN DE FAMILLE | SAINT-JEAN



Enfant, le Dr Pinos Mpiana voulait devenir pilote d'avion. C'est plutôt la médecine qui a entraîné ce francophone natif du Congo-Kinshasa dans de longs déplacements. Avant de s'établir à Terre-Neuve-et-Labrador, il a d'abord soigné des patients dans son pays natal et en Afrique du Sud.

Ancienne colonie belge, le Congo-Kinshasa, plus communément appelé aujourd'hui la République démocratique du Congo, est le pays qui compte le plus de locuteurs francophones au monde, après la France. Le Dr Mpiana y a fait ses études en médecine et y a commencé sa pratique en français, tout en servant également ses patients en lingana, une des quatre langues officielles de son pays natal.

Avide de découvertes, il met le cap quatre ans plus tard sur l'Afrique du Sud et y prodigue des soins pendant 11 ans. « Même si l'apartheid avait officiellement pris fin, j'ai commencé à ne plus me sentir en sécurité. J'ai alors cherché un autre endroit pour vivre et travailler. Quand j'ai pris connaissance d'une annonce de recherche de médecins par Central Health dans une publication sud-africaine, j'ai posé ma candidature », raconte-t-il. Si ces cours de géographie lui avaient permis de savoir où se trouvait le Canada, il n'avait jamais entendu parler de Terre-Neuve. « Sur une carte du monde, c'était une petite île... », fait-il remarquer.

Il fait le saut, d'abord en éclaireur, pour amorcer sa pratique terre-neuvienne à Botwood, dans la région de la baie Notre-Dame. Deux mois et demi après son arrivée, sa décision de rester est prise : son épouse et leurs trois jeunes enfants viennent le rejoindre. « Terre-Neuve est maintenant notre terre », résume-t-il.

Son premier choc est linguistique. Même s'il parle très bien l'anglais, il n'arrive pas à comprendre ses patients qui eux, ont peine à saisir son accent sud-africain. « Mes patients disaient que je parlais un mauvais anglais. Je leur disais, à la blague, qu'ils parlaient un mauvais anglais... J'ai dû recourir à un interprète pendant plus d'un

an avant de les comprendre et qu'ils me comprennent », se remémore-t-il en riant.

Cette expérience a renforcé sa conviction de l'importance des communications entre les patients et les professionnels de santé dans leur langue maternelle. « Quand le patient peut s'expliquer directement, sans le mur créé par la présence d'un interprète, il se sent plus confortable, il est rassuré », dit-il.

Après Botwood, il pratique à Baie Verte, puis, en 2008, il prend la direction de la capitale. Il tient aujourd'hui clinique au 282, chemin LeMarchant. S'il accepte encore de nouveaux patients à la recherche d'un médecin de famille et accueille les francophones à bras ouverts, il refuse toutefois de prendre en charge les utilisateurs d'opioïdes, de stimulants, de benzodiazépines ou autres molécules du même genre. « Quand des gens en consomment déjà, je les encourage à poursuivre avec leur médecin traitant », explique-t-il.

Les réserves de Dr Mpiana à prescrire ces substances viennent aussi du fait qu'ils créent des dépendances et aussi que certains en font commerce. « La mise en place, dans la province, du système centralisé d'information sur les prescriptions Pharmacy Network permet maintenant d'éviter les abus », se réjouit-il.

Même si la majorité de sa vie au travail est en anglais, les conversations à la maison se déroulent en français et en lingala, cette langue de son pays natal qu'il tient aussi à transmettre à ses enfants, tout comme l'alimentation de son enfance « beaucoup moins salée et moins sucrée » que celle de la grande île où il a pris racine.



À GRANDS MAUX LES PETITES AIGUILLES

MAURICE NZOYAMARA

ACUPUNCTEUR | DEER LAKE

Dans une autre vie, Maurice Nzoymara a pratiqué pendant cinq ans le métier d'infirmier au Québec avant de s'intéresser à la médecine orientale, puis d'étudier et d'enseigner l'acupuncture à Edmonton. Il y a trois ans, en quête d'une vie plus douce, ce Burundais d'origine a adopté Terre-Neuve-et-Labrador et pratique à Deer Lake et Springdale.

Maurice et sa famille souhaitaient fuir la « vie surchargée » de la capitale albertaine. « Pour le bien-être de nos deux garçons, ma femme et moi avons envie de vivre dans une communauté où on peut prendre du temps pour nous-mêmes », raconte le père de famille, qui aime pêcher dans ses temps libres et jouer en plein air avec ses enfants. Un collègue terre-neuvien l'a convaincu qu'il trouverait chaussure à son pied sur le Rocher.

En mission d'exploration, l'acupuncteur a d'abord voyagé seul sur l'île et a entrepris d'offrir ses services dans une clinique de physiothérapie de Springdale en 2015. Sa famille le rejoindra l'année suivante et élira domicile à Deer Lake. Si sa clinique est maintenant établie dans une salle toute équipée annexée à la résidence familiale, Maurice continue d'offrir ses services à la communauté de Springdale, qu'il visite deux fois par semaine, les mardis et jeudis.

C'est grâce au bouche-à-oreille que l'acupuncteur a pu démarrer sa pratique dans une petite localité comme Deer Lake. « Certaines personnes croient à tort que c'est du grigri ou du vaudou. » Pourtant, poursuit le professionnel, cette médecine naturelle est reconnue dans cinq provinces canadiennes, dont Terre-Neuve-et-Labrador, où il faut s'enregistrer auprès du Newfoundland and Labrador Council for Health Professionals et du College of Traditional Chinese Medicine Practitioners and Acupuncturists of Newfoundland and Labrador. « Les traitements sont ainsi couverts par les assurances », ajoute-t-il.

« L'acupuncture résout les problèmes de santé des patients sans intervention chimique ou médicale », précise celui qui considère sa formation d'infirmier comme un

atout. Ses connaissances du corps humain et de la médecine pratiquée dans les hôpitaux nord-américains lui permettent de mieux vulgariser le fonctionnement de cette « médecine vieille de plus de 5000 ans ».

Qu'est-ce qui l'a mené à troquer le stéthoscope pour les aiguilles? « En acupuncture, on ne fait pas que masquer le problème, on va à la source. » Autrement dit, l'acupuncture ne traite pas les symptômes, mais leur cause. « Les symptômes ne sont que le message d'un déséquilibre interne. Par exemple, le stress peut affecter le fonctionnement du foie, du cœur ou de l'estomac », explique-t-il.

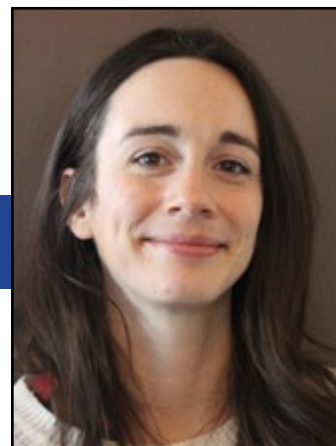
Avant de proposer un traitement, Maurice Nzoymara prend le temps de discuter avec ses patients. Quels symptômes ressentent-ils? Il effectue aussi une évaluation de l'état de santé globale : le pouls, l'état des yeux et l'aspect de la langue font partie des indicateurs dont se sert le professionnel pour établir le plan thérapeutique qui dure généralement de une à six rencontres. Armé de ces informations, il cible les organes internes affectés et les méridiens qui y sont associés et stimule les systèmes nerveux et endocriniens afin de régler les maux de façon naturelle. Ainsi, fatigue chronique, maux de tête, acouphène, stress, ménopause, sinusite, douleurs au bas du dos, arthrose et dépendance sont quelques-uns des problèmes que le simple usage d'aiguilles peut soigner.

Voilà plus de 10 ans que l'acupuncteur francophone travaille et réside dans un environnement anglophone. « J'aimerais avoir plus de patients qui parlent français, car parfois j'oublie ma langue! », conclut-il en guise d'invitation dans un français impeccable.

AIDER AU MIEUX-ÊTRE PSYCHOLOGIQUE, « À LA MAISON »

STACY SMITH

PSYCHOLOGUE | SAINT-JEAN



Depuis 2010, l'opticienne Lee Trowbridge sert avec bonheur, aussi bien en français qu'en anglais, les clients de la succursale de Vogue Optical sur Topsail, à Mount Pearl. Si elle est entrée dans l'univers des soins de la vision pratiquement par hasard, c'est par amour qu'elle vit maintenant à Terre-Neuve-et-Labrador.

La psychologue Stacy Smith partage son temps de travail entre un emploi à temps plein à l'unité de réhabilitation du Health Science Centre, l'hôpital universitaire de Saint-Jean et Winterholme, où elle accueille deux ou trois soirs par semaine des clients de 16 ans et plus.

« Les raisons pour lesquelles les gens me consultent en bureau privé sont très variées : anxiété, dépression, traumatismes, difficultés relationnelles, questionnement de genre, etc. Je fais aussi de la thérapie sexuelle, du traitement des phobies et des troubles de comportement alimentaires », explique-t-elle.

Dans son travail au sein de l'équipe de réhabilitation, son rôle consiste à apporter un soutien émotionnel aux victimes d'AVC (accident vasculaire cérébral), de traumatisme crânien ou de lésions à la moelle épinière, par exemple. Ce soutien passe par l'évaluation, l'aide aux victimes à mieux comprendre ce qui leur arrive et à leur donner des stratégies pour mieux vivre.

LA RELATION AVANT TOUT

Pendant ses études en psychologie, Stacy Smith a été initiée aux différentes approches de cette discipline, telles la thérapie cognitive comportementale, la psychodynamique et la thérapie comportementale dialectique. « Mon école, c'est l'intégration de différentes approches et de l'utilisation des soins qui conviennent le mieux, selon la personne et ses difficultés », précise-t-elle.

Stacy Smith souligne que la recherche montre que la qualité de la relation psychologue-client est un des facteurs les plus importants de succès de toute thérapie. « Dans ma pratique, je veux que les gens se sentent confortables et je cherche à leur offrir un équilibre entre leur apporter de l'aide pour mieux comprendre la source de leurs difficultés et leur offrir des outils concrets pour avancer vers le mieux-être », résume-t-elle. La médication ne fait pas partie des outils des psychologues. « Si je crois que quelqu'un peut en avoir besoin, je l'incite à en parler avec son médecin », dit-elle.

PARCOURS INTERNATIONAL

Née à Saint-Jean de parents anglophones, Stacy Smith a commencé son apprentissage du français dès son arrivée à Ottawa, à l'âge de neuf ans. Elle ne rate, depuis, aucune occasion de perfectionner sa connaissance et sa pratique de sa langue seconde. Après deux années en relations internationales à l'Université St. Francis Xavier, elle a voyagé pendant un an, d'abord au Mali et au Burkina Faso, deux pays francophones d'Afrique de l'Ouest, puis en France. De retour au Canada, elle a travaillé un an, en français, dans un resto végétalien du boulevard Saint-Laurent à Montréal, avant de compléter un baccalauréat en sociologie puis d'en commencer un autre en psychologie à l'Université Concordia et de le terminer au campus de Greenfell de l'Université Memorial (MUN), à Corner Brook.

C'est à MUN qu'elle a choisi de faire son doctorat en psychologie clinique. « Je suis partie de Saint-Jean à neuf ans, mais Terre-Neuve m'a toujours manquée. J'adore ses gens, l'océan, la diversité des activités possibles, le sens de la communauté et la proximité de la nature », explique-t-elle. « J'adore vivre ici, mais je peux aussi comprendre les difficultés de vivre ici... », enchaîne-t-elle.

Au fil de ses déménagements et de ses longs séjours sur d'autres continents, Stacy Smith dit avoir compris combien la vie des gens est différente selon leur coin de terre, mais aussi combien tous les humains se ressemblent. « Je peux comprendre un peu plus comment on se sent lorsqu'on vient d'ailleurs », note-t-elle aussi.

Ses longues immersions totales en milieu francophone lui permettent aussi de comprendre parfaitement tout ce que disent les francophones... peu importe leur accent. Avec beaucoup d'honnêteté, elle tient toutefois à apporter une nuance sur son niveau de bilinguisme. « Il peut parfois arriver, si les francophones comprennent l'anglais, que je m'exprime dans cette langue, pour être certaine de la justesse de mes propos », tient-elle à préciser, dans un excellent français.



POUR CHOISIR DES LUNETTES, LA BEAUTÉ NE SUFFIT PAS!

LEE TROWBRIDGE

OPTICIENNE | MOUNT PEARL

Depuis 2010, l'opticienne Lee Trowbridge sert avec bonheur, aussi bien en français qu'en anglais, les clients de la succursale de Vogue Optical sur Topsail, à Mount Pearl. Si elle est entrée dans l'univers des soins de la vision pratiquement par hasard, c'est par amour qu'elle vit maintenant à Terre-Neuve-et-Labrador.

« Je suis devenue opticienne en grande partie par hasard », confie en riant cette native de Gaspésie aujourd'hui établie dans la région de Saint-Jean avec son mari terre-neuvien et leurs deux enfants. « J'ai d'abord étudié pendant deux ans à l'Université Concordia, à Montréal, pour devenir interprète du russe. Comme nous étions un trop petit groupe pour offrir le programme de troisième année, il a été suspendu pour un an et l'université nous a invité à poursuivre avec la cohorte suivante. Pour faire des sous, j'ai pris un emploi au laboratoire de la firme d'optique Lens Crafters », raconte-t-elle.

La carrière de Lee Trowbridge venait de bifurquer pour toujours... La piqure pour ce domaine de la santé a été si forte qu'elle a décidé, après une vingtaine d'années en laboratoire, de passer au contact direct avec les clients en devenant opticienne. « Dans toutes les provinces à l'exception du Québec et de l'Ontario, la formation menant à cette profession est dispensée par correspondance par le Northern Alberta Institute of Technology (NAIT). Le programme est d'une durée de quatre ans. Les premières années sont consacrées à l'ajustement des lunettes et les deux dernières années aux verres de contact », explique-t-elle.

Pendant leur formation à distance, les futurs opticiens sont accompagnés, sur le terrain, par un professionnel d'expérience. Avant d'obtenir ce titre, les étudiants de NAIT doivent réussir les examens de cet établissement ainsi que ceux du Conseil des opticiens du Canada.

Pourquoi quatre ans d'étude pour devenir opticien? C'est que le rôle de cette profession dans le continuum

des soins de la vision dépasse largement la vente de lunettes. « La fonction de l'opticien est similaire à celle du pharmacien. Nous remplissons les ordonnances émises par les optométristes, qui eux, un peu comme les médecins, pratiquent les examens qui déterminent la force des verres et leurs caractéristiques, par exemple des foyers doubles ou progressifs. C'est l'opticien qui s'occupe de transformer cette ordonnance en lunettes ou en verres de contact ajustés aux besoins spécifiques des gens », explique madame Trowbridge.

L'ajustement passe par la prise de mesures et par une bonne conversation entre l'opticien et son client. « Il est important de savoir, par exemple, si les gens vont utiliser leurs lunettes ou leurs verres de contact principalement pour lire, pour travailler devant un écran ou pour voir parfaitement bien à distance », illustre-t-elle. Les opticiens sont aussi de précieux conseils au moment de choisir la monture. « L'esthétique est certainement un critère, mais la monture coup de coeur du client n'est pas nécessairement toujours la bonne... Celle qui convient le mieux dépend aussi de la force de l'ordonnance. »

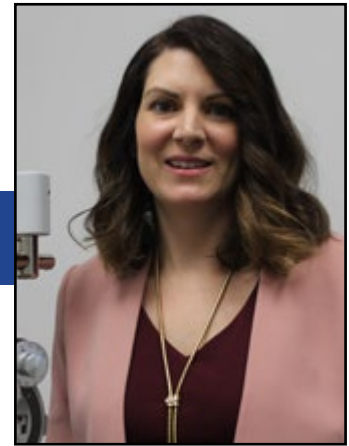
Quoi de mieux qu'un accompagnement dans sa langue maternelle pour faire un choix qui aura un impact important sur son apparence et son acuité visuelle pour plusieurs mois, voire plusieurs années! Pas étonnant que des francophones d'ici et plusieurs résidents de Saint-Pierre et Miquelon passent le mot sur l'excellent service en français de madame Trowbridge à leurs proches et reviennent la consulter lors de changements d'ordonnance.

VOIR GRAND POUR LES PETITS

DRE PAMELA TUCKER

OPTOMÉTRISTE | SAINT-JEAN

La Dre Pamela Tucker pratique l'optométrie dans la capitale auprès de clients de tous les âges, tout en travaillant de façon bénévole à l'avancement de la détection précoce et au traitement des problèmes visuels des enfants de Terre-Neuve-et-Labrador.



Pamela Tucker a grandi à Gander auprès de parents unilingues anglophones désireux de donner en héritage à leurs enfants la connaissance du français et la découverte d'autres cultures par le voyage. Mission accomplie... Après l'obtention d'un baccalauréat en anglais et en biologie à l'Université Memorial, elle traverse l'océan pour étudier en optométrie en Angleterre. Pourquoi? « Pourquoi pas! », répond-elle en riant.

Devenue optométriste, elle travaille deux ans à Londres avant de s'établir pour de bon sur son île natale. « C'était clair que j'allais revenir. Mon cœur est ici », dit-elle. À son retour, elle passe sans problème les tests d'accréditation de son ordre professionnel, la formation des optométristes en Angleterre et au Canada étant pratiquement la même.

Une condition de leur pratique est toutefois fort différente. « Là-bas, les examens de la vue pour les enfants et les aînés sont couverts par le régime d'assurance-maladie public. Au Canada, la couverture varie selon les provinces et territoires. Terre-Neuve-et-Labrador est la seule province qui n'offre aucune couverture publique pour les examens optométriques des enfants et des aînés », déplore la Dre Tucker. Les impacts de cette absence de gratuité pour les petits la préoccupent grandement.

DÉTECTION PRÉCOCE

Au Canada, 85 % des enfants entrent à la maternelle sans avoir eu d'examen des yeux. Or, la recherche indique que 25 % des enfants ont des problèmes visuels, souvent non détectables par les tests de base prodigués par les infirmières scolaires. « Ces tests permettent de mesurer l'acuité visuelle à distance et le strabisme, par exemple, mais ils sont insuffisants », souligne la Dre Tucker.

L'hypermétropie, par exemple, qui compromet la vision rapprochée, n'est pas détectable par ces tests de base.

« Les enfants qui en souffrent développent des façons de s'accommoder, mais s'ils forcent leur vision, ils vont être fatigués et auront de la difficulté à se concentrer. Il est possible que ces enfants ne veuillent pas travailler et que leurs comportements soient mal interprétés », illustre l'optométriste.

« Si les problèmes visuels de ces enfants ne sont pas bien identifiés et corrigés, ils auront des difficultés d'apprentissage qui seraient simples à éviter s'ils avaient accès à des examens de la vue et à des soins optométriques en bas âge », souligne la Dre Tucker. Elle a donc fait de la sensibilisation à l'importance de la détection précoce des problèmes visuels chez les petits sa « cause », notamment en siégeant sur le Children's Vision Committee – le comité de la vision des enfants de la Newfoundland and Labrador Association of Optometrists (NLAO).

« Tous les petits devraient avoir un premier examen de routine entre 6 et 9 mois, un autre entre 2 et 3 ans, puis un autre juste avant de commencer l'école. Par la suite et jusqu'à la fin du secondaire, un examen annuel est recommandé », résume l'optométriste aujourd'hui maman de trois jeunes enfants. « Les petits ont aussi besoin d'un examen professionnel parce qu'ils ne savent pas qu'ils ont un problème : ils assument que tout le monde voit comme eux », ajoute-t-elle.

Avant la naissance de son premier bébé, la Dre Tucker tenait clinique une fois par mois à Labrador City. Le mot de sa maîtrise du français s'est rapidement passé dans l'ouest du Labrador et à Fermont. Aujourd'hui, elle pratique uniquement dans la capitale, mais continue de servir des francophones, notamment de Saint-Pierre et Miquelon, ainsi que des parents et enfants dont plusieurs fréquentent l'école des Grands-Vents.



À propos du RÉSEAU SANTÉ EN FRANÇAIS DE TERRE-NEUVE-ET-LABRADOR

Chapeauté par la Fédération des francophones de Terre-Neuve et du Labrador (FFTNL), le Réseau Santé en français de Terre-Neuve-et-Labrador voue son existence à un objectif global qui est l'obtention de services de santé en français pour la communauté francophone et acadienne de Terre-Neuve-et-Labrador.

NOTRE MISSION

Afin d'améliorer l'offre de services de santé en français, le RSFTNL contribue à la sensibilisation et à l'engagement de la communauté, et conseille de manière stratégique ses partenaires sur la planification, l'organisation et l'intégration de services de santé de qualité.

NOTRE VISION

Le RSFTNL est reconnu pour ses contributions au système de santé, visant à offrir des soins d'excellente qualité en français et répondant aux besoins de la communauté francophone.

NOS VALEURS

- **Innovation** : être créatif dans la proposition de services de santé en français efficaces, efficaces et adaptés à la réalité francophone.
- **Intégrité** : maintenir une pensée, des actions et un discours cohérents et faire preuve de transparence dans la gestion des fonds publics.
- **Collaboration** : avsoir une attitude d'ouverture avec les partenaires du RSFTNL.
- **Rigueur** : maintenir des standards de qualité élevés et s'appuyer sur des données vérifiables afin que la crédibilité du RSFTNL soit irréprochable.

Nos outils

Le Guide de santé mentale

Le *Guide de santé mentale* et dépendances vise à mieux faire comprendre la santé mentale et les dépendances, à donner des ressources et à proposer des démarches répondant aux besoins des personnes en prise avec un trouble mental.

Le *Guide de santé mentale* et dépendances est disponible en versions papier et numérique.



Le programme Hello!/Bonjour!

Le programme Hello!/Bonjour! permet aux personnes travaillant dans le domaine de la santé d'informer visuellement leurs patients/clients qu'elles peuvent aussi les servir en français, au moyen d'épinglettes, d'autocollants et d'affiches.

Tous les outils de ce programme Hello!/Bonjour! sont disponibles gratuitement.



Le Passeport santé

Le *Passeport Santé* est une publication visant à faciliter la communication entre les patients francophones et les professionnels de santé anglophones. Il regroupe un ensemble de termes médicaux présentés en français et en anglais ainsi que des informations pour faciliter le dialogue patient/professionnel de santé. On y retrouve également les coordonnées de plusieurs ressources en santé.

Le *Passeport santé* est disponible en versions papier et numérique.



Le Répertoire santé

Le *Répertoire des professionnels de santé d'expression française* est un outil interactif en ligne qui permet aux citoyens francophones et acadiens d'identifier des professionnels de leur région capables de les servir dans leur langue maternelle. Il compte aujourd'hui plus d'une soixantaine de professionnels de plusieurs disciplines du domaine de la santé et de plusieurs régions de la province.

L'inscription au Répertoire santé est gratuite.



Pour obtenir gratuitement des exemplaires de nos publications en version papier ainsi que les outils du programme Hello!/Bonjour, contactez-nous par courriel à **Sante@fftnl.ca** ou par téléphone au **709-800-4502**.

Pour en savoir plus sur le RSFTNL, pour télécharger nos publications et pour consulter le Répertoire santé, visitez le **www.francotnl.ca/fr/services/sante/**

Vous êtes intéressé.e à collaborer avec
le Réseau santé pour améliorer les
services en français dans la province ?

Vous êtes un.e professionnel.le de la
santé et vous parlez français ?

Vous connaissez un.e professionnel.le de
la santé qui peut offrir un service
en français ?

Contactez-nous!



709-800-4502

Sante@fftnl.ca

www.francotnl.ca/RepertoireSante