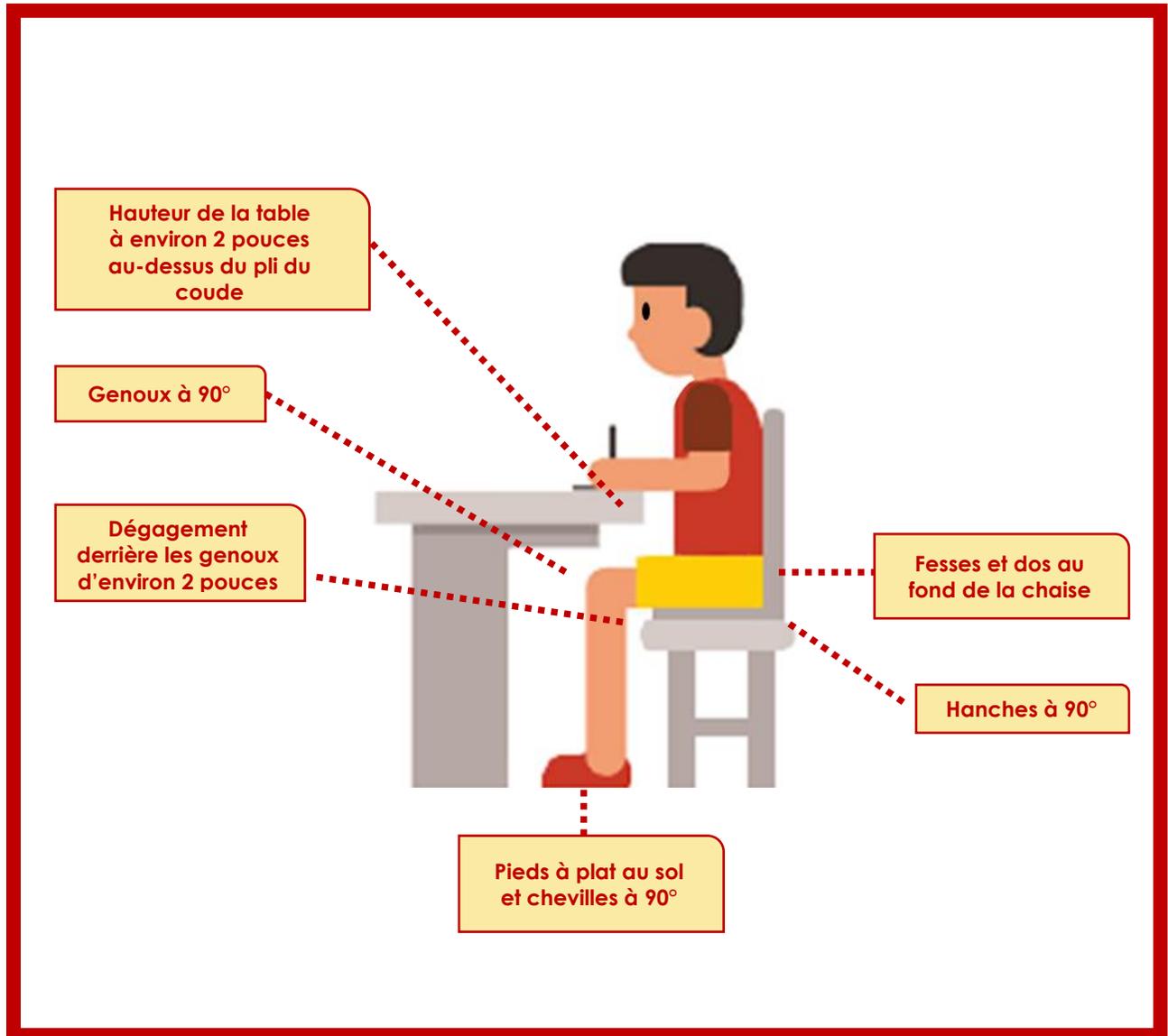


Les principes d'une bonne posture assise



Difficultés à ajuster la position assise

<u>Problématiques possibles</u>	<u>Suggestions d'adaptations</u>
Chaise trop haute	<ul style="list-style-type: none">• Utiliser un repose-pieds en bois assez large et profond pour que toute la surface des pieds soit en appui.  <ul style="list-style-type: none">• Couper les pattes d'une chaise en bois.• Utiliser une chaise plus petite.
Chaise trop profonde	<ul style="list-style-type: none">• Utiliser une chaise plus petite.• Fixer un coussin au dossier de la chaise.
Pupitre trop haut	<ul style="list-style-type: none">• Faire ajuster la hauteur du pupitre par le concierge.• Changer de chaise.
Autre	<ul style="list-style-type: none">• Si l'ajustement du positionnement demeure insatisfaisant, consulter un ergothérapeute ou physiothérapeute.

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.