



COMITÉ SECTORIEL DE MAIN-D'ŒUVRE  
ÉCONOMIE SOCIALE  
ACTION COMMUNAUTAIRE

INVENTAIRE DES MÉTIERS ET PROFESSIONS EN ÉCONOMIE SOCIALE ET EN ACTION COMMUNAUTAIRE

Profil d'une profession

CNP 3152

# profession Infirmière

WWW.CSMOESAC.QC.CA



Coopérative  
de Solidarité-Santé  
de Contrecœur

*\_ Par Hélène Béland, infirmière technicienne,  
Coopérative de solidarité-santé de Contrecœur*

**HÉLÈNE BÉLAND,  
COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ-SANTÉ DE  
CONTRECOEUR**

*« Ici, on prend du temps avec nos patients-es. On a l'esprit de famille et de communauté. Je suis plus qu'une infirmière, je deviens une éducatrice à la prise en charge de la santé des patients-es ! »*

*Hélène Béland est une infirmière d'expérience au parcours atypique. Après un début de carrière en milieu hospitalier, elle travaillera ensuite pendant 25 ans à titre d'intervenante en services sociaux. À 55 ans, après avoir pris sa retraite du secteur public, elle retourne à ses anciens amours et décide de mettre son expérience et ses compétences au profit de sa communauté. Elle est*

*aujourd'hui infirmière à la Coopérative de solidarité-santé de Contrecœur.*

*Elle possède un diplôme d'études collégiales en soins infirmiers et a suivi plusieurs cours universitaires spécifiques au domaine de l'intervention sociale. Portrait d'une infirmière passionnée et passionnante!*



*J'ai toujours voulu aider les autres. Lorsque j'ai commencé à pratiquer comme infirmière, j'avais comme aspiration d'être infirmière sans frontières. Finalement, je ne suis jamais partie, mais j'ai travaillé toute ma vie aux services des autres, ici, au Québec.*

## Mon parcours

J'ai commencé ma carrière à l'âge de 19 ans dans le milieu hospitalier, au Centre Hospitalier de l'Université de Montréal (CHUM), plus précisément à l'hôpital Notre-Dame. Débuter sa carrière dans un hôpital universitaire est très formateur. Cela te permet de toucher à toutes les unités de soins: urgences, pédiatrie, soins palliatifs, etc. En soins infirmiers, c'est important de trouver sa voie, de savoir ce qui nous passionne et ce qu'on aime moins. Dans mon cas, les soins pédiatriques et les soins palliatifs n'étaient pas pour moi! J'avais besoin d'espoir, de savoir que mes patients allaient s'en sortir. J'aimais donc beaucoup la clientèle jeune. J'ai pratiqué en milieu hospitalier, pendant sept ans, puis j'ai obtenu un poste de remplacement d'une infirmière dans un centre fermé en délinquance. Je ne suis jamais repartie. J'ai été embauchée par la suite comme intervenante. À l'époque, le métier d'intervenant-e social était très en demande et mes connaissances d'infirmière me servaient énormément auprès des jeunes toxicomanes ou ayant d'autres problématiques. En 1999, j'ai pris ma retraite du secteur des services sociaux. À l'époque, au Québec, il y avait une pénurie d'infirmières et d'infirmiers. Après une actualisation de mon cours en soins infirmiers, je suis revenue à la profession. C'est un peu par hasard si je suis atterrie à la Coopérative de solidarité-santé de Contrecoeur. Je travaillais au privé à temps partiel et cherchais un moyen de compléter ma semaine, près de chez moi. La coopérative, c'est parfait pour moi! J'ai mon bureau, mes patients, mes dossiers et je travaille un avant-midi par semaine, dans un milieu humain.

## Une journée type à la coopérative

Les lundis matin, je me lève tôt! Je suis debout à 5h afin de débiter ma journée à 7h à la coopérative. À mon arrivée, je prépare ma salle et mon équipement pour être prêt(e) à faire mes prises de sang matinales. Après

celles-ci, je m'occupe des soins courants qui sont très variés. Cela passe par le nettoyage d'oreilles à la prise de tension artérielle, au suivi diabétique, jusqu'au traitement de verrues. Je réponds aux questions des patients et les conseille dans la prise en charge de leur santé.

## Ce que qu'il faut pour exercer ce métier

Outre la formation en règle et l'adhésion à l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec, pour être une bonne infirmière ou un bon infirmier, il faut aimer les gens, la bonne vieille relation d'aide. Il faut être patient(e), être à l'écoute. Il faut aussi avoir le souci de toujours mettre ses compétences à jour, d'être autodidacte. Le domaine médical est en constante évolution et, à titre d'infirmière ou d'infirmier, on doit régulièrement être informé des changements, de l'évolution des maladies, de la recherche médicale. C'est aussi un métier exigeant physiquement. On doit être en bonne forme et avoir une bonne dextérité manuelle.

En ce qui a trait aux conditions, le travail de soir et de nuit ne doit pas nous faire peur. Toute infirmière et infirmier passera par les horaires atypiques. Même certains CLSC sont ouverts maintenant de soirs et de fin de semaine.

Par contre, c'est une profession où les jeunes ne manqueront jamais de travail. Où que tu sois dans le monde, quelqu'un aura besoin d'une infirmière ou d'un infirmier. Si on a l'âme aventurière, les voyages et le contact avec plusieurs communautés culturelles peuvent donc aussi faire partie de la profession.

## Conseils à la relève et aspirations futures

Si j'avais un conseil à donner aux jeunes infirmières et infirmiers, c'est de prendre le temps. Il faut découvrir ses forces et ses limites. On doit savoir ce que l'on aime dans le milieu, faire le tour de la galerie, aller chercher de

l'expérience. C'est un métier varié, et c'est en le vivant et en prenant le temps de bien choisir sa spécialisation que nous nous épanouissons.

À 62 ans, j'ai franchement l'impression que je vais avoir de la difficulté à arrêter de travailler. C'est certain que je vais passer le cap des 65 ans! J'ai une bonne santé physique, je suis en pleine capacité de mes moyens, je travaille près de chez moi dans une ambiance soudée et familiale où l'on accorde une grande crédibilité à mon expérience et à mes compétences. Quoi demander de mieux pour terminer une carrière!

## UN MOT SUR LES COOPÉRATIVES DE SANTÉ

Les coopératives de santé font partie du secteur des soins de santé au Canada depuis le début des années 1940. Elles ont pour but de permettre à des membres d'une communauté de se regrouper pour répondre à leurs besoins en soins de santé. En 2014, on comptait 37 coopératives de santé en opération sur le territoire québécois, réunissant 130 médecins et 50 infirmières et offrant des services à plus de 17 800 patients.

## LA COOPÉRATIVE DE SOLIDARITÉ-SANTÉ DE CONTRECŒUR

La Coopérative de solidarité-santé de Contrecoeur a pour mission d'offrir des services de santé de 1ère ligne accessibles qui reflètent les besoins de la communauté locale. Elle vise à promouvoir la participation citoyenne dans l'amélioration globale de la santé individuelle et collective.

4915 Rte Marie-Victorin  
Contrecoeur (Québec) J0L 1C  
Tél. : 450 587-2667  
[www.coopcontrecoeur.com](http://www.coopcontrecoeur.com)

Zoom sur l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec (OIIQ) et le permis d'exercer  
Toute personne qui veut exercer au Québec la profession d'infirmière ou d'infirmier et en utiliser le titre doit détenir un permis de l'Ordre des infirmières et infirmiers du Québec (OIIQ) et être membre en règle de celui-ci, comme l'exige l'article 32 du Code des professions.

Ordre des infirmières et infirmiers du Québec  
[www.oiiq.org](http://www.oiiq.org)