



Programme de cessation du tabagisme et du vapotage : février 2026

Programme de cessation du tabagisme et du vapotage – RESPIRER LA SANTÉ

Groupes de soutien à venir après les fêtes : restez à l'affut!

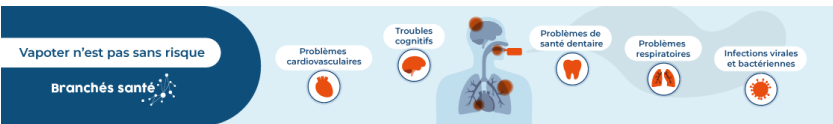


En collaboration avec la Direction de la santé publique, nous sommes fiers de vous annoncer qu'il y aura des groupes de soutien à l'arrêt du tabagisme et du vapotage pour le personnel du CISSS des Laurentides intéressé dès février 2026. Ces groupes, répartis à travers le territoire, ont pour objectifs de sensibiliser et de soutenir le personnel pour tenter de faire cesser ou diminuer leur consommation des produits de tabac.

Profitez de la nouvelle année et du « Défi J'arrête, j'y gagne » pour faire ce cadeau précieux à vos collègues ou à vous-même!

Restez à l'affut et consultez la [page Branchés santé](#) : les inscriptions débuteront en janvier.

Sensibilisation sur les risques associés au vapotage



Suivant les résultats du sondage « Soutien à la réduction ou l'arrêt tabagique » du printemps dernier :

- 45% des répondants ont affirmé qu'ils vapotent;
- 63% ont mentionné avoir l'intention de réduire ou de cesser de consommer.

Afin de sensibiliser et de soutenir le personnel au prise avec cette dépendance, des affiches sur les risques associés au vapotage ont été créées et seront diffusées prochainement. [Restez à l'affut!](#)

L'autogestion du stress et de la santé mentale : outils pour accompagner les équipes

De nouveaux outils sont maintenant disponibles afin d'accompagner les équipes pour le visionnement de la formation [Autogestion du stress et de la santé mentale au travail](#), disponible sur l'ENA :

Outil d'animation pour les rencontres d'équipe

Il inclut, pour chaque capsule, la durée, les objectifs clés et des questions de réflexion pour nourrir la discussion et inspirer des actions concrètes dans votre équipe.



Fiche d'information et de réflexion individuelle sur les capsules

Cet outil permet de choisir la capsule qui correspond le mieux à ses besoins pour y réfléchir à l'aide de questions ciblées.

Bilan annuel 2024-2025



Si vous ne l'avez pas déjà fait, prenez un instant pour consulter le [bilan annuel 2024-2025](#). Merci infiniment d'y avoir contribué.



Campagne civilité, harcèlement et violence

PARLER À LA BONNE PERSONNE, AU BON MOMENT, C'EST AGIR RAPIDEMENT

CIVILITÉ
VIOLENCE
HARCÈLEMENT

Depuis le 6 novembre, le CISSS des Laurentides déploie sa campagne « Ensemble, on a tous un rôle à jouer » pour renforcer la civilité et la bienveillance dans l'ensemble des milieux et réduire les situations d'incivilité, de violence et de harcèlement.

Consultez les communications à cet effet et les [outils pratiques](#), qui s'adressent autant au personnel, aux médecins, pharmaciens, dentistes et sages-femmes qu'à nos personnes usagères et leurs proches.

Une courte [vidéo de sensibilisation](#) sur le harcèlement est disponible pour l'ensemble du personnel. Nous invitons chaque employé à la visionner et à porter attention à son propre ressenti face aux situations présentées. Vous souhaitez visionner la capsule en équipe? Parlez à votre gestionnaire de l'outil d'animation pour les gestionnaires qui est disponible afin de soutenir la discussion et favoriser une réflexion commune.



Définition Civilité

Un comportement qui contribue à maintenir les normes de respect mutuel exigées dans le milieu de travail. Il s'agit d'un ensemble de règles de conduite qui visent la bien-être de l'ensemble des membres d'une communauté par des conduites empreintes de respect, la coopération, la courtoisie et le savoir-être.

Ce que je fais

- Je salue et souris à mes collègues
- Je choisis mes mots avec soin
- J'utilise un ton de voix respectueux
- J'adopte une attitude positive
- J'ai une collaboration
- Je fais preuve d'ouverture

Ce à quoi je contribue

- Un climat de travail positif
- Des discussions constructives
- Des comportements d'inclusion
- Un respect et de la bienveillance
- Des soins et services de qualité
- Des relations harmonieuses

Le CISSS est le seul Ministère d'une situation d'incivilité.

Québec

Vos membres des comités santé et mieux-être locaux

Quatre comités santé et mieux-être locaux sont mis de l'avant afin de représenter l'ensemble des installations du territoire, des directions et des titres d'emploi et de renforcer la prise en charge locale des plans d'action et des activités qui en découlent.

Les comités locaux sont divisés par bassin géographique : Nord, Centre-Nord, Centre et Sud.

Savez-vous qui sont les membres de comités santé et mieux-être locaux qui vous représentent?

Découvrez leur photo et leurs motivations sur la page Internet Branchés santé : [Comités et équipes](#).

Membres du comité Santé et mieux-être Centre

Membres du comité Santé et mieux-être Centre-Nord

Membres du comité Santé et mieux-être Nord

Membres du comité Santé et mieux-être Sud

Valérie Bellais
Agente administrative Département régional de médecine générale

Stéphanie Bernier
Travailleuse sociale CISSS Ste-Justine

Karl Bissonnette
P.A.B. et P.A.S. au Centre multimodulaire de santé et de services sociaux d'Argenteuil

Josée Charron
Conseillère en prévention et contrôle des infections Centre multimodulaire de santé et de services sociaux d'Argenteuil

Il y a quelques mois déjà que se porte un comité aux activités de Branchés santé. Le temps passe vite entre les obligations professionnelles et familiales de notre vie de tous les jours. Les règles et les normes de notre milieu de travail sont en constante évolution. Je suis fière de faire partie de ce comité qui est Branchés santé, ayant mille et une idées et des projets pour la région. Je suis très heureuse d'être impliquée dans ce projet qui permettra d'apporter toutes sortes de nouvelles, changements, positif et à nos collègues.

Il y a quelques mois déjà que se porte un comité aux activités de Branchés santé. Le temps passe vite entre les obligations professionnelles et familiales de notre vie de tous les jours. Les règles et les normes de notre milieu de travail sont en constante évolution. Je suis fière de faire partie de ce comité qui est Branchés santé, ayant mille et une idées et des projets pour la région. Je suis très heureuse d'être impliquée dans ce projet qui permettra d'apporter toutes sortes de nouvelles, changements, positif et à nos collègues.

Plusieurs me connaissent grâce à mes jeux de mots et mes implications envers ma communauté. Tout d'abord, la santé physique des employés est prioritaire. C'est également la bonne condition physique qui permet d'atteindre nos objectifs communs. Je suis également à la hauteur des employés. Avant que les conditions de travail s'améliorent, il est important de voir. C'est pourquoi je suis de ceux du comité Branchés santé, pour pouvoir aider mes collègues à s'épanouir dans des actions visant à promouvoir la santé et le bien-être au travail.

Avant même de travailler dans le domaine de la santé, le bien-être et les bonnes habitudes de vie occupent une place importante dans mes activités. Il est essentiel en santé et un peu vers un équilibre de vie.

Direction des ressources humaines

Québec