

# LE SAVAIS-TU?

**PSTTT!** Ce document t'informe sur des ressources et des outils qui te sont offerts en tant qu'employé (e) du **CISSS des Laurentides**.  
**ÉPINGLE-LE!**

## Prévention des conflits

L'établissement reconnaît l'importance d'un milieu de travail sain, exempt de harcèlement et de violence sous toutes ses formes. Du soutien est disponible si tu vis une situation ou si tu en es témoin. Renseigne-toi au 450 432-2777, poste 27962.

[responsable-pcphv.ciesslerau@ssss.gouv.qc.ca](mailto:responsable-pcphv.ciesslerau@ssss.gouv.qc.ca)

## Programme d'aide aux employés

Tu peux compter sur les services du programme d'aide aux employés (PAE) par le biais de *Solutions Mieux-Être LifeWorks*. Un soutien immédiat, confidentiel et gratuit est disponible à tout moment par téléphone.  
**Compose le 1 855 612-2998.**

## Communauté de CAPTEURS

Le CISSS des Laurentides compte sur un réseau de soutien psychosocial par les pairs, appelé réseau des capteurs, pour les employés et les gestionnaires. Des capteurs sont dans ton lieu de travail pour t'offrir écoute et bienveillance et te diriger, au besoin, vers des ressources. Savais-tu que tu peux aussi devenir CAPTEUR?  
Questions : 450 436-7607, poste 70054

## Autres ressources d'aide

Service Info-Santé 811  
Centre de prévention suicide FAUBOURG

Branchés santé 



## Sais-tu que tu travailles au sein d'une organisation certifiée Entreprise en santé?

Branchés santé est une démarche organisationnelle qui vise le maintien et l'amélioration durable de ta mobilisation et de ta santé globale au travail. Tout au long de l'année, de belles avancées et de nombreuses initiatives te sont offertes sur le plan des saines habitudes de vie, de la conciliation travail et vie personnelle, de l'environnement de travail et des pratiques de gestion.

Visite souvent la page Web pour fouiner dans nos outils et pour ne rien manquer!  
Balaie ton cellulaire ici!



## La reconnaissance au travail

La reconnaissance au travail, c'est essentiel. Pour le souligner, l'organisation déploie une **semaine de reconnaissance** chaque année. De plus, savais-tu que ton gestionnaire dispose d'un budget et d'outils concrets pour favoriser ta reconnaissance? En plus des fêtes de Noël et des soirées pour les 25 années de service et la retraite, une nouvelle politique de reconnaissance est en construction! Reste à l'affût!

## DES OUTILS ACCESSIBLES

### Lifespeak : du contenu gratuit

Toi et famille avez accès à plus de 500 formations sur tous les thèmes qui touchent ta santé et ton travail. Des blogues d'experts et du clavardage en temps réel sont disponibles.

Te connecter : <https://cissslau.lifespeak.com>

Code d'accès : cissslau

### Rabais offerts aux employés

Des ententes corporatives ont été conclues avec des centres de conditionnement physique, des centres de détente et de mieux-être, des centres de ski et plus encore! Profite des rabais et visite l'Espace employés de [l'intranet](#).

### Formation en ergonomie de bureau

Si tu travailles à un poste informatique, tu as désormais accès à une courte formation en ligne qui pourra tout t'enseigner sur les bonnes postures à adopter et sur les moyens pour ajuster tes outils de travail.



Balaie ton  
cellulaire

**Parles-en à ton gestionnaire!**

### Ergothérapie en santé mentale

Le savais-tu? Afin d'accompagner les personnes en absence du travail dans leur rétablissement, des ergothérapeutes en santé mentale offrent du soutien clinique et agissent en prévention auprès des employés du CISSS. Ces services sont essentiels pour favoriser le retour au travail et la reprise d'une vie significative et satisfaisante.

## DE LA PRÉVENTION AU QUOTIDIEN

### Des environnements adaptés

Une équipe de préventionnistes du service prévention et mieux-être veille à ce que tu puisses travailler dans un milieu sain où les risques sont réduits au minimum. Connais-tu ces risques? Informe-toi sur l'Espace employés de l'intranet, dans la section [santé, sécurité et mieux-être](#).

**Aide-nous à les atténuer en les identifiant et en les signifiant à ton gestionnaire!**

### Bouger plus, c'est possible!

Grâce à la collaboration de nombreux partenaires, le CISSS peut t'encourager à bouger plus en organisant des activités physiques locales entre collègues. À condition d'être un nombre suffisant, on t'invite à nous soumettre ton projet actif ou tes idées! [carole.hogue.cissslau@ssss.gouv.qc.ca](mailto:carole.hogue.cissslau@ssss.gouv.qc.ca).

### TON CISSS : LE SAVAIS-TU?

Grâce à un sondage et des consultations avec tous les employés sur la mobilisation, la santé et le mieux-être, le CISSS participe activement à l'identification de priorités pour améliorer ses pratiques. Un plan d'action sur la mobilisation, la santé et le mieux-être proposant des actions concrètes est déployé pour favoriser ta santé au travail.

### Envie de t'impliquer?

Deviens ambassadeur Branchés santé et fais une différence dans ton milieu. [Écris-nous!](#)