A photograph showing several hands of different skin tones and wearing various colored gloves (blue, light blue, teal) reaching towards the center to form a circle. The background is white.

PRENDRE SOIN DE SOI
PRENDRE SOIN DES AUTRES
PRENDRE SOIN DU TRAVAIL

Novembre 2021

Direction des ressources humaines,
des communications et des affaires
juridiques
Service des pratiques de gestion

Présentation des membres du comité santé et mieux-être local Centre



**Sophie Perras, agente de gestion du personnel
Responsable du comité**

Centre



**Héloïse Brouillette, coordonnatrice technique en résonance magnétique
Hôpital régional de Saint-Jérôme**

Je suis nouvelle au sein du comité Branchés santé mais à l'emploi du CISSS des Laurentides depuis 2005. Si j'ai posé ma candidature cette année, c'est qu'au cours des dernières années, j'ai vu la santé de mon département s'affaiblir. La pandémie ayant été le coup de grâce avec l'arrêté ministériel et le TSO obligatoire. Je veux faire une différence auprès de mes collègues et redonner au département d'imagerie médicale les airs de grande famille que nous avons déjà connues.



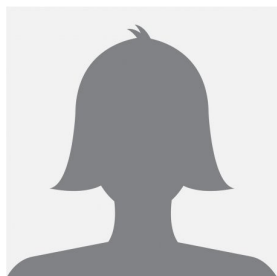
**Stéphanie Deschênes-Quenneville, agente administrative
Hôpital régional de Saint-Jérôme**

Par mon écoute active et mon désir d'implication au sein de ma vie professionnelle, mon passage dans le comité Branchés Santé rimera avec bonne humeur, participation et travail d'équipe. J'ai à cœur le bien-être de mes collègues et les défis me motivent à faire une différence dans l'organisation du CISSS des Laurentides.



**Claudia Gagné, ergothérapeute
Centre de réadaptation physique de la rue Boyer**

Je participe au comité santé et mieux-être local Branchés santé afin de promouvoir et d'améliorer la santé globale (physique et mentale) des employés du CISSS des Laurentides. En tant qu'ergothérapeute, je souhaite contribuer au comité pour donner des conseils sur la prévention de blessures ou de maladies (physique et psychologique) des employés en lien avec l'environnement de travail et de promouvoir de saines habitudes de vie. La participation au comité est pour moi un moyen très concret pour agir en prévention et pour améliorer la qualité de vie au travail des employés.



**Julie Gauthier Hargray, infirmière clinicienne
Santé au travail**

À venir





Centre



Sara Hénault, chef de programme URFI Youville
Centre de réadaptation en déficience physique et de services externes pour les aînés d'Youville

Avec toutes les heures que nous passons au travail, je trouve important d'encourager et de favoriser le bien-être des employés et ce, sous toutes ses formes. Pour être en mesure de mieux aider les autres, il faut prendre soin de nous-mêmes. Branchés santé y contribue. Je crois à la démarche et suis fière de faire partie d'un comité santé et mieux-être local Branchés santé!



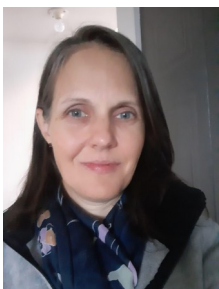
Claire Johnson, psychologue
Centre de réadaptation en déficience physique et de services externes pour les aînés d'Youville

Je trouve stimulant et motivant de m'impliquer pour favoriser le mieux-être des employés. Améliorer notre sentiment de bien-être a beaucoup d'effets positifs: «Le bien que l'on se fait à soi-même, on le fait à tous ceux qui nous entourent, en leur offrant une personne plus calme, plus posée», comme le dit Dr Robert Béliveau à la fin d'un scan corporel guidé.



Kim Lacasse, agente de gestion du personnel
Galeries des Laurentides

En ce qui concernant ma motivation, je souhaite participer au maintien du CISSS des Laurentides comme employeur de choix. La santé, l'équilibre, la conciliation travail-famille, la prévention et les bonnes habitudes de vie doivent faire partie de chacun des aspects de notre vie, le travail y compris!



Dany Maheux, chef de service en gestion de projets—volet clinique
Galeries des Laurentides

La démarche de Branché santé est bien alignée avec mes valeurs personnelles et professionnelles. C'est pour cette raison que j'ai décidé de m'impliquer dans l'un des comités locaux. Un mot qui décrit la santé pour moi; c'est « Équilibre ». À titre de gestionnaire et surtout étant infirmière de formation, je trouve important de valoriser les saines habitudes de vie autour de soi. Prendre soin des personnes qui nous entourent, c'est gratifiant.





Centre



**Isabelle Ouellet, chef de programme intérimaire Continuum d'accès aux services SAPA
CLSC Lafontaine**

Ma motivation à faire partie du comité santé et mieux-être local Branchés santé origine de mon intérêt constant à saisir toutes les opportunités pour améliorer les conditions de travail des employés. C'est la base d'une organisation saine qui offrira les meilleurs services à la population, en ayant des employés heureux, engagés et mobilisés. Tous ensemble nous pouvons faire la différence.



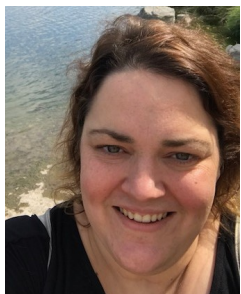
**Christine Rousseau, kinésiologue
Hôpital régional de Saint-Jérôme**

Je souhaite m'impliquer dans la démarche Branchés santé car j'ai à cœur l'amélioration de la santé en général. Étant kinésiologue, je fais la promotion de saines habitudes de vie dans le plaisir et l'équilibre. J'ai envie de contribuer à la mise en place de pratiques qui maintiendront un climat de travail optimal et agréable, et qui supporteront nos équipes dans la réalisation de leurs projets et défis. Je crois sincèrement que des employés motivés arrivent à faire plus et mieux.



**Marie-Claude Sansregret, orthophoniste
CLSC Lafontaine**

Dans toutes les sphères de ma vie, j'ai toujours eu à cœur le bien-être des gens qui m'entourent. J'aime créer des opportunités de rencontres et d'échanges avec mes collègues et mon entourage, celles-ci nous permettant de prendre soin de nos corps et de nos esprits. C'est mon intention de répandre de la joie autour de moi qui m'a motivé à m'impliquer dans la démarche Branchés Santé. Je crois que la vie est un chemin dans lequel nous avons intérêt à prendre soin les uns des autres. Une des actions fondamentales au bien-être est de nourrir et cultiver les relations avec les gens qui croisent notre parcours et c'est ce que je compte accomplir. Je vous dis donc, au plaisir de vous croiser sur mon chemin!



**Delphine Vaillant, chef de service—Soutien à la DSI
Hôpital régional de Saint-Jérôme**

Je souhaite participer au comité Branchés santé afin de promouvoir la santé physique et mentale dans l'organisation. Je souhaite pouvoir faire partie des personnes qui encouragent les démarches d'amélioration. En tant que gestionnaire, il est très important pour moi de favoriser un milieu de travail sain et j'espère pouvoir y contribuer de multiples façons grâce à la démarche Branchés santé.





Centre



Sandra Valenzuela-Lefebvre, éducatrice
Centre multiservices de santé et de services sociaux de Saint-Jérôme

J'ai choisi de m'impliquer dans un comité Branchés santé car je crois qu'il est important de prendre soin de sa santé physique et psychologique pour se sentir bien au travail. Savoir garder un équilibre est la clé et nous aide même à devenir de meilleurs employés. La démarche Branchés santé m'interpelle également dans mes valeurs. J'aime apporter du bonheur et du positif autour de moi. Devenir membre d'un comité local Branchés santé me permettra de contribuer directement aux changements en posant des actions concrètes et adaptées à la réalité terrain. Un pas à la fois, dans la bonne direction.

