



Veilleur

Merci

de veiller sur nous



Manon Asselin

Présidente-directrice générale

Bonne fête veilleurs!

Un an déjà! Pour un enfant, la première année de vie est remplie de surprises et de défis, votre première année a, elle aussi, eu son lot de surprises et de défis. **Mais quel succès!** Vous avez redonné de l'espoir, offert du soutien, vous avez souvent été source d'inspiration pour plusieurs.

Les 36 veilleurs du Centre Intégré de santé et de services sociaux de la Côte-Nord (CISSS de la Côte-Nord), qui sont vos collègues de travail issus de toutes les directions, ont le rôle d'accueillir, d'accompagner et de soutenir les collègues de travail qui présentent des signes ou vivent de la détresse psychologique ou des symptômes associés au stress. Plusieurs outils ont été préparés par les équipes (aide-mémoire, capsules, bottin des ressources d'aide, algorithme décisionnel, rencontres d'équipe, support au quotidien, etc.), je vous invite à les consulter.

Chers veilleurs, vous débutez votre deuxième année (terrible 2 😊!), avec celle-ci d'autres défis, mais aussi des opportunités de continuer à développer et implanter une culture de bienveillance au CISSS de la Côte-Nord. **Je vous remercie pour votre implication et dévouement, vous faites la différence!**



Christine Pelletier

Directrice des ressources humaines, communications et affaires juridiques

Chers veilleurs,

Au cours de la dernière année, **vous avez été porteurs d'espoir** pour des collègues vivant des situations difficiles.

Déjà un an d'écoulé depuis les premiers balbutiements de ce projet, quel chemin parcouru et quelle belle initiative.

Cette stratégie de soutien psychosocial a été mise en force afin de porter assistance aux employés, personnel d'encadrement et médecins qui contribuent de façon notable, jour après jour, à offrir les soins et services à la population.

Cette démarche permet de promouvoir l'entraide et la solidarité au sein du CISSS de la Côte-Nord, et ce, dans un esprit d'écoute et de bienveillance.

Un immense merci pour votre précieuse contribution au bien-être collectif de notre organisation. Votre dévouement fait assurément la différence pour nos collègues qui en ont besoin.

Veilleur

Merci

de veiller sur nous



En ce premier anniversaire du programme de soutien par les pairs, nous tenons également à remercier les personnes qui se sont portées volontaires pour être veilleur depuis le lancement du projet, mais qui en cours d'année se sont retirées pour des motifs personnels.

Même si officiellement, vous ne faites plus partie de la communauté des veilleurs du CISSS de la Côte-nord, il n'en demeure pas moins que vous demeurez des personnes bienveillantes qui ont à cœur le bien-être de leurs collègues. Pour ça, nous vous disons **merci!**

L'équipe du développement organisationnel, formation et mieux-être (DOFME) de la DRHCAJ.

Soucieux du bien-être psychologique de ses employés, il y a un an, le CISSS de la Côte-Nord déployait un réseau de soutien par les pairs.



Le but de ce programme est d'améliorer le bien-être psychologique des employés du CISSS de la Côte-Nord et de faciliter l'accès aux ressources d'aide, en cas de besoin.

Ce réseau vise notamment à faire une différence dans le milieu du travail par l'intermédiaire de veilleurs provenant de toutes les directions ou de toutes catégories d'emploi.



En plus d'être des personnes bienveillantes, les veilleurs possèdent des habiletés d'écoute, d'empathie, de réconfort et d'entraide et ont un sincère désir de soutenir leurs collègues de travail à prendre soin d'eux-mêmes.

En cette journée d'anniversaire, nous tenons à remercier et à souligner l'implication de 36 veilleurs qui ont volontairement accepté d'embarquer dans ce projet de bienveillance. Sans leur implication et leur dévouement, ce magnifique réseau n'aurait jamais pu voir le jour.

Vous pouvez, entre autres, consulter la liste des veilleurs sur la page Intranet du CISSS de la Côte-Nord

Par ailleurs, notez que le CISSS de la Côte-Nord est continuellement à la recherche de personnes de confiance et bienveillantes qui souhaitent joindre son équipe de veilleurs.

Pour en savoir davantage au sujet des veilleurs, consultez le site Intranet sous la rubrique Réseau de soutien par les pairs.

ICI



Veilleur

Merci

de veiller sur nous

Centre de réadaptation en déficience intellectuelle et du trouble du spectre de l'autisme et de réadaptation en déficience physique de Baie-Comeau



Danielle Pedneault

AGENTE DE LA GESTION DU PERSONNEL

Course, ski de fond, vélo, musique et voyages

Centre administratif

Laurianne Deschênes

TECHNICIENNE EN HYGIÈNE DU TRAVAIL

Myriam Larivée

CHEF DE SERVICE - LOGISTIQUE ET APPROVISIONNEMENTS

CHSLD Boisvert

Daniella Thorn

PRÉPOSÉE AUX BÉNÉFICIAIRES

CHSLD N.A. - Labrie

Nathalie Lévesque

ÉDUCATRICE

Nelli Tsague

INFIRMIÈRE CLINICIENNE

Marche et lecture

Baie-Comeau

Veilleur

Merci

de veiller sur nous

GM7-U et CLSC Lionel-Charest



Geneviève Bélanger

ERGOTHÉRAPEUTE

Activités de plein air et neurosciences



Marie Mercier

AGENTE ADMINISTRATIVE

Paddle board, plage, jeux vidéo, jeu de société, musique et marche

Maxym Pouliot Maloney

AUXILIAIRE AUX SERVICES DE SANTÉ ET SOCIAUX

Hôpital Le Royer

Claudie Desbiens

AGENTE ADMINISTRATIVE

Lecture, jeux vidéo, nature et activités extérieures avec mon chien



Karine Nadeau

DIRECTRICE ADJOINTE VOLET GESTION DES OPÉRATIONS

Marche, camping et activités en famille



Manon Hudon

ADJOINTE À LA DIRECTION

Le chant, la lecture, la marche, les études et la musique

Stéphanie Rancourt

INFIRMIÈRE CLINICIENNE

Veilleur

Merci

de veiller sur nous

CLSC Marie-Leblanc-Côté



Nathalie Ouellet

ORGANISATRICE COMMUNAUTAIRE

Sport plein-air et judo, cuisiner et lire

Chute-aux-Outardes

Centre multiservices de santé et de services sociaux des Escoumins

Hélène Kauffmann

AGENTE DE PLANIFICATION, DE PROGRAMMATION ET DE RECHERCHE

Faire la cuisine, lecture, activités dans la nature, arts, méditation et spiritualité.

Escoumins

Centre multiservices de santé et de services sociaux de Fermont

Alexandra Côté

AGENTE ADMINISTRATIVE



Danie Chamberland

COORDONNATRICE DE TERRITOIRE

Lecture, marche et plein air



Mélanie Parenteau

AGENTE DE LA GESTION DE PERSONNEL

Lecture, cuisine, marche, nature, écriture et apprendre sur l'humain en général

Fermont

Veilleur

Merci

de veiller sur nous

Centre multiservices de santé et de services sociaux de la Minganie



Chantal Flowers

INFIRMIÈRE AUXILIAIRE

Études et vidéo sur la santé



Jane Cormier

CONSEILLÈRE EN SOINS INFIRMIERS

Lecture, randonnée, camping et cuisine



Nancy Gallant

HYGIÉNISTE DENTAIRE

Vélo cross-country-montagne, ski de fond, raquette, écouter des séries, souper entre amis et voyager

Havre - St-Pierre

Centre multiservices de santé et de services sociaux de Port-Cartier

Caroline Proulx

DIÉTÉTISTE-NUTRITIONNISTE

Lydia Gagné

TECHNICIENNE EN ADMINISTRATION

Jessie Landry

AGENTE DE PLANIFICATION, DE PROGRAMMATION ET DE RECHERCHE

Chant et arts

Port-Cartier

Veilleur

Merci

de veiller sur nous

Rivière St-Paul

CLSC de Rivière-Saint-Paul

Linda Chevalier

INFIRMIÈRE

Centre de protection et de réadaptation en déficience intellectuelle et du trouble du spectre de l'autisme de Sept-Îles

Noémie Durette

SPÉCIALISTE EN ACTIVITÉS CLINIQUES

CLSC de Sept-Îles

Bianca Régnier

AGENTE DE PLANIFICATION, DE PROGRAMMATION ET DE RECHERCHE

Caroline Dallaire

INFIRMIÈRE CLINICIENNE

Marche, sport et lecture

Lucie Cormier

CHEF DE SERVICE

Sport et gym

Lynn Labrecque

INFIRMIÈRE

Marche, lecture, souper entre amis, etc.



Martine Thérberge

CHEF DE SERVICE RÉGIONAL-PRÉVENTION ET PROMOTION DE LA SANTÉ

Kitesurfing, lecture, tricot et saponification

Mélissa Bouchard-Lévesque

TECHNICIENNE EN ADMINISTRATION

Sept-Îles

Veilleur

Merci

de veiller sur nous

Hôpital de Sept-Îles

Brigitte Nadeau
INFIRMIÈRE CLINICIENNE

Diane Ostiguy
CHEF DE SERVICE DES ACTIVITÉS RESPIRATOIRES
Scrapbooking, jardinage et artisanat



Marie-Pier Bouchard
ARCHIVISTE MÉDICAL
Arts, lecture et plein air

Centre de réadaptation pour les jeunes en difficulté d'adaptation de Sept-Îles

Sara Munger
CHEF DE SERVICE
Marche, sport et lecture

Équipe de soutien



Erika Imbeault
AGENTE DE LA GESTION DU PERSONNEL
Lecture, hockey et activités en famille



Simon-Pierre Breton
INTERVENANT RESSOURCE
Voyage, photo, bande dessinée et musique

Sept-Îles

Régional

RÉSEAU DE SOUTIEN PAR LES PAIRS

RÉPERTOIRE DES RESSOURCES D'AIDE

RESSOURCES DISPONIBLES 24/7

Ressources générales

Programme d'aide aux employés (PAE) :

Tél. : 1 855 612-2998

Info sociale : Tél. : 811- option #2

Tel-Aide : Tél. : 1 888 600-2433

Écoute entraide : 7 jours / semaine de 08h00 à 22h00

Tél. : 1 855 365-4463

Suicide

Centre de prévention suicide :

1 866 APPELLE ou 1 866 277-3553 Texto : 535353

Si le danger est imminent : 911

Violence conjugale

SOS Violence Conjugale : Tél. : 1 800 563-9010

Maisons d'hébergement pour femmes victimes de violence conjugale

L'amie d'elle – Forestville

Tél. : 418 587-2533

Maison des femmes de Baie-Comeau

Tél. : 418 296-4733

Maison des femmes de Sept-Îles

Tél. : 418 962-8141

Maison d'aide et d'hébergement de Fermont

Tél. : 418 287-5625

Violence sexuelle

Info – Aide Violence Sexuelle : Tél. : 1 888 933-9007

Abus envers les aînés

Ligne d'Aide Abus Aînés : Service 7 jours sur 7 de 8h-20h.

Tél. : 1 888 489-2288

Diversité sexuelle

Interligne.co : Tél. : 1 888 505-1010

Toxicomanie et dépendance

Drogue – Aide et référence Tél. : 1 800 265-2626

Alcooliques Anonymes : Tél. : 1 866 376-6279

Narcotiques Anonymes : Tél. : 1 855 544-6362

AideJeu : Tél. : 1 800 461-0140

Couple en crise

Dépendant affectif Anonyme Québec :

Tél. : 1 877 621-4744

Pour les parents

LigneParents : Tél. : 1 800 361-5085

Pour les jeunes

Tel-jeunes :

Tél. : 1 800 263-2266

Texto : 514 600-1002 tous les jours de 08h00 à 22h30

Jeunesse, j'écoute :

Tél. : 1 800 668-6868

Texto : 686868

<https://www.cisss-cotenord.gouv.qc.ca/soins-et-services/organismes-communautaires/>