

# Réseau de soutien par les pairs **LES VEILLEURS**



Découvrez les veilleurs de chacun de nos territoires

## **Manicouagan**

### **Marlène Asselin**

**Titre d'emploi :** APPR

**Direction :** DSP

**Installation :** Centre administratif

**Coordonnées :** marlene.asselin.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

### **Éloïse Carré**

**Titre d'emploi :** Agente de liaison autochtone

**Direction :** DSMQEPE

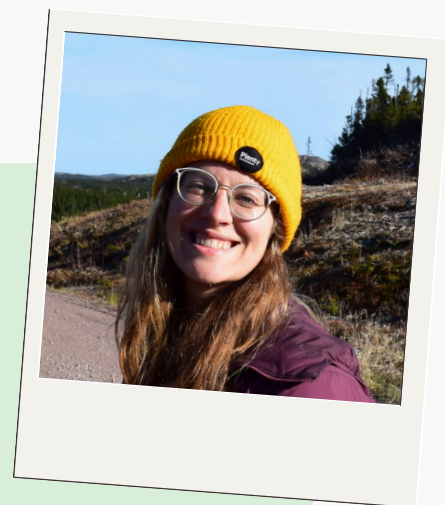
**Installation :** Centre administratif

**Coordonnées :** (418)732-4284 eloise.carre.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

**Principaux intérêts :** Natation, course, vélo et ski de fond

**Pour moi être veilleur c'est :** prendre soin de mon entourage et contribuer à un climat de travail bienveillant

**Stratégies mieux-être :** Sport et sommeil



## Laurianne Deschênes

**Titre d'emploi :** Technicienne en hygiène du travail

**Direction :** DSP    **Installation :** Centre administratif

**Coordonnées :** laurianne.deschenes.09ciyss@ssss.gouv.qc.ca

## Manon Hudon

**Titre d'emploi :** Technicienne en administration

**Direction :** DSI    **Installation :** Centre administratif

**Coordonnées :** 418-589-9845 poste 252143

**Principaux intérêts :** Apprendre, la lecture, la cuisine, le Drakkar

**Pour moi être veilleur c'est :** Faire une différence, désamorcer et prendre le temps

**Stratégies mieux-être :** Les jeux de mots poches, autant pour en dire que pour en être le public! Le chant, pour moi c'est comme un massage intérieur.



## Hélène Kauffmann

**Titre d'emploi :** APPR

**Direction :** DSPEU    **Installation :** Centre administratif

**Coordonnées :** helene.kauffmann.09ciyss@ssss.gouv.qc.ca

## **Myriam Larrivée**

**Titre d'emploi :** Chef de service approvisionnement

**Direction :** DSTHL    **Installation :** Centre administratif

**Coordonnées :** myriam.larrivee.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

## **Danielle Pedneault**

**Titre d'emploi :** Infirmière clinicienne

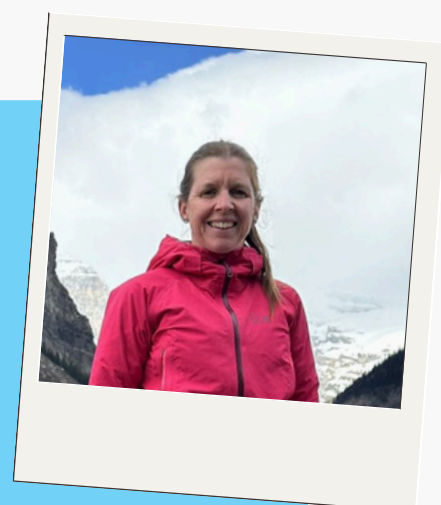
**Direction :** DSP    **Installation :** Centre administratif

**Coordonnées :** 418-589-9845 poste 252371

**Principaux intérêts :** Course à pied, kayak, vélo et voyages

**Pour moi être veilleur c'est :** être un “phare” pour guider mes collègues au besoin et leur apporter de la lumière

**Stratégies mieux-être :** Bouger, être en plein-air, rire et m'entourer de ceux que j'aime



## **Stéphanie Rancourt**

**Titre d'emploi :** Infirmière clinicienne

**Direction :** DSP    **Installation :** Centre administratif

**Coordonnées :** stephanie.rancourt.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

## **Daniella Thorn**

**Titre d'emploi :** Préposée aux bénéficiaires

**Direction :** SAPA   **Installation :** CHSLD Boisvert

**Coordonnées :** daniella.thorn.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

## **Nathalie Lévesque**

**Titre d'emploi :** Éducatrice

**Direction :** SAPA   **Installation :** CHSLD N.-A.-Labrie

**Coordonnées :** nathalie.levesque.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

## **Nelli Tsague**

**Titre d'emploi :** Infirmière clinicienne ASI

**Direction :** SAPA   **Installation :** CHSLD N.-A.-Labrie

**Coordonnées :** 418-589-2425 poste 362121

## **Geneviève Bélanger**

**Titre d'emploi :** Ergothérapeute

**Direction :** DprogJ    **Installation :** CLSC Lionel-Charest

**Coordonnées :** genevieve.belanger.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

## **Isabelle Bossé**

**Titre d'emploi :** Infirmière auxiliaire

**Direction :** SAPA    **Installation :** CLSC Lionel-Charest

**Coordonnées :** isabelle.bosse2.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

**Principaux intérêts :** sports, plein-air, animaux, lecture, musique et création

**Pour moi être veilleur c'est :** utiliser la bienveillance pour moi-même et les autres au quotidien. Favoriser l'équilibre de tous et l'harmonie au sein de mon équipe.

**Stratégies mieux-être :** Prendre des pauses, être à l'écoute de soi et des autres pour mieux aider. Placer ses priorités, pointer les points forts de chacun.



## **Jonathan Brulotte**

**Titre d'emploi :** Agent de relations humaines

**Direction :** DSP    **Installation :** CLSC Lionel-Charest

**Coordonnées :** 418-296-2572 poste 315207

**Principaux intérêts :** L'humour, le plein-air, passer du temps avec les enfants, la bonne bouffe et les bonnes discussions

**Pour moi être veilleur c'est :** veiller à ce que les autres se sentent bien

**Stratégies mieux-être :** Lecture, prendre l'air, être près du fleuve, me sentir utile et l'activité physique. J'aimerais bien le yoga mais j'ai de la difficulté à attacher mes lacets debout ;)



## **Maxym Pouliot-Maloney**

**Titre d'emploi :** Auxiliaire aux services de santé et sociaux

**Direction :** SAPA      **Installation :** CLSC Lionel-Charest

**Coordonnées :** maxym.pouliot-maloney.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

## **Nathalie Ouellet**

**Titre d'emploi :** Organisatrice communautaire

**Direction :** DSP      **Installation :** CLSC Marie-Leblanc-  
Côté

**Coordonnées :** nathalie.ouellet.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

## **Marie-Josée Bouchard**

**Titre d'emploi :** Inhalothérapeute

**Direction :** DSPEU      **Installation :** Hôpital Le Royer

**Coordonnées :** marie-josée.bouchard.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

## **Claudie Desbiens**

**Titre d'emploi :** Agente administrative

**Direction :** DSPEU    **Installation :** Hôpital Le Royer

**Coordonnées :** claudie.desbiens.09cisss@ssss.gouv.qc.ca

## **Karine Nadeau**

**Titre d'emploi :** Directrice adjointe

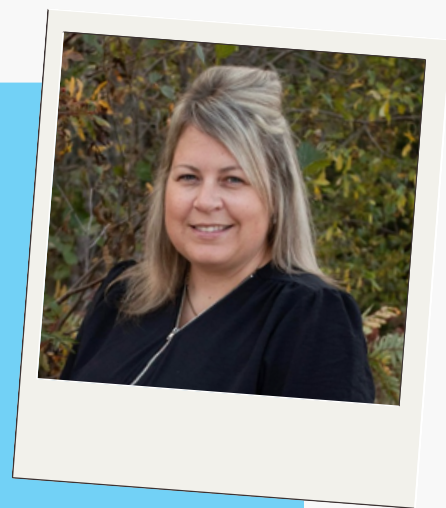
**Direction :** DSI    **Installation :** Hôpital Le Royer

**Coordonnées :** 418-589-3701 poste 302018

**Principaux intérêts :** Travail, camping, activités extérieures

**Pour moi être veilleur c'est :** offrir à mes pairs un espace bienveillant pour les écouter et les supporter

**Stratégies mieux-être :** Marche, lecture, passer des moments en famille, avoir des projets



## **Janis Ouellet**

**Titre d'emploi :** Infirmière clinicienne

**Direction :** DPSMDI    **Installation :** Hôpital Le Royer

**Coordonnées :** janis.ouellet.09cisss@ssss.gouv.qc.ca



## Sarah Paradis

**Titre d'emploi :** Conseillère en soins infirmiers

**Direction :** DSI      **Installation :** Hôpital Le Royer

**Coordonnées :** 418-589-3701 poste 302818

**Principaux intérêts :** Vélo de route / montagne et ski de fond

**Pour moi être veilleur c'est :** Prendre soin de moi et être à l'écoute des autres

**Stratégies mieux-être :** Faire du sport seule, avec mes amies ou avec mes filles. Sortir entre amies et cinéma en famille.



## Marie-France Trudel

**Titre d'emploi :** Éducatrice

**Direction :** DITSADP      **Installation :** 1250 Lestrat

**Coordonnées :** 418-589-2038 poste 341915

**Principaux intérêts :** L'eau sous toutes ses formes, le camping et la bonne bouffe

**Pour moi être veilleur c'est :** d'avoir une écoute bienveillante peu importe vos besoins et ce, avec une totale discrétion

**Stratégies mieux-être :** Partager ses soucis avec une personne de confiance, c'est partager le poids de ceux-ci. Prendre du temps pour soi dans la journée à commencer par une pause au travail. Accepter que tout n'a pas besoin d'être fait dans l'immédiat.



**Réseau de  
soutien par  
les pairs**

**Devenez  
veilleur!**

