

**PERSONNELS VISÉS :**

- Tout le personnel du CISSS de Chaudière-Appalaches

**DATES & ENDROITS :**

- Formation disponible sur l'environnement numérique d'apprentissage (ENA)
- Pour la connexion sur l'ENA, vous référer au pas à pas disponible par le biais du chemin suivant : R:\5 - Commun\53 Inscription\_formations\Bienveilleurs

**DURÉE :**

2 heures :

- Introduction (5 minutes)
- Capsule 1 : Le stress et moi (20 minutes)
- Capsule 2 : Mes stratégies d'adaptation au stress (30 minutes)
- Capsule 3 : Les habiletés clés du rôle de veilleur (20 minutes)
- Capsule 4 : Soutenir mes collègues (35 minutes)
- Conclusion (10 minutes)

**FORMATION ACCRÉDITÉE:**

Non, mais elle apparaîtra à votre profil de formation.

**HORAIRE :**

Selon la disponibilité de l'employé

**POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS**

Communiquez avec Maude Lambert  
 Service du développement des compétences (SDC)  
 418-390-8996, poste 33567

**OFFRE DE FORMATION**

Toutes les directions

**Devenir (bien)veilleur: prévention et premiers secours psychologiques****OBJECTIFS :**

Reconnaitre les savoir-faire et les savoir-être à développer afin de réaliser pleinement son rôle de veilleur :

- Distinguer les différentes facettes du stress afin de prendre soin de soi et des autres.
- Déterminer les stratégies à mettre en place afin de m'adapter au stress et les recommander, au besoin.
- Identifier les composantes du rôle de veilleur afin de bien comprendre son rôle.
- Identifier les actions à poser pour soutenir vos collègues dans le cadre de votre rôle de veilleur.

**RÉMUNÉRATION :**

Le personnel visé sera rémunéré à taux simple.

Situation	Code à utiliser
Visualisation du webinaire à l'intérieur de votre quart de travail	FoORG si vous êtes remplacé FoDIR si vous n'êtes pas remplacé
Visualisation du webinaire en dehors du quart de travail, que ce soit sur les lieux du travail ou à la maison (avec l'accord du gestionnaire)	FOX 1
Pour les gestionnaires : la formation doit être visionnée pendant le temps de travail	FoDIR

**MODALITÉS :**

Si le participant souhaite devenir bienveilleur, il doit faire parvenir son attestation de réussite de la formation à l'adresse courriel suivante, il sera ensuite contacté par l'équipe de bienveilleurs qui pourra répondre à ses questions : bienveilleurs.cissca@ssss.gouv.qc.ca

Nous vous invitons à consulter le pas-à-pas indiquant les instructions d'accès à la formation disponible en suivant ce chemin :

R:\5 - Commun\53 Inscription\_formations\Bienveilleurs

**INSCRIPTION**

L'autorisation du gestionnaire est nécessaire, mais aucune inscription n'est requise.

**Si vous avez des problèmes avec vos codes d'accès pour vous connecter à l'ENA, veuillez faire une demande Octopus ou aviser votre gestionnaire.**