

Réseau de Bienveilleurs

pour le bien-être de nos collègues



Équipe bienveillante

Vous connaissez les Bienveilleurs? Ce sont des personnes formées et outillées pour prendre soin de soi et des autres. Ce rôle vous interpelle et pourrait intéresser d'autres membres de votre équipe de travail? Pourquoi ne pas devenir une Équipe bienveillante?

Le parcours Équipe bienveillante s'adresse aux employés rattachés à un même gestionnaire – qu'il s'agisse de toute l'équipe ou d'une majorité de ses membres – qui souhaitent acquérir des connaissances et des compétences en matière de gestion du stress et de la détresse psychologique.

Ce parcours permet aux participants de devenir Bienveilleurs au CISSS de Chaudière-Appalaches et à l'équipe de définir sa vision et les actions à mettre en place pour recevoir et offrir de la bienveillance.

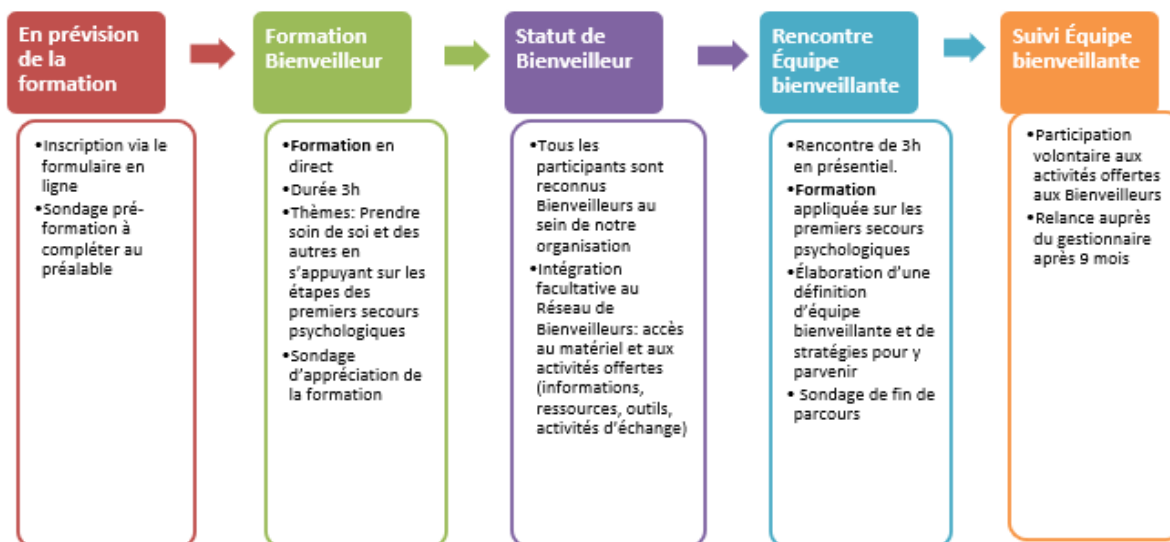
Les objectifs

Le parcours Équipe bienveillante est pour vous si vous souhaitez :

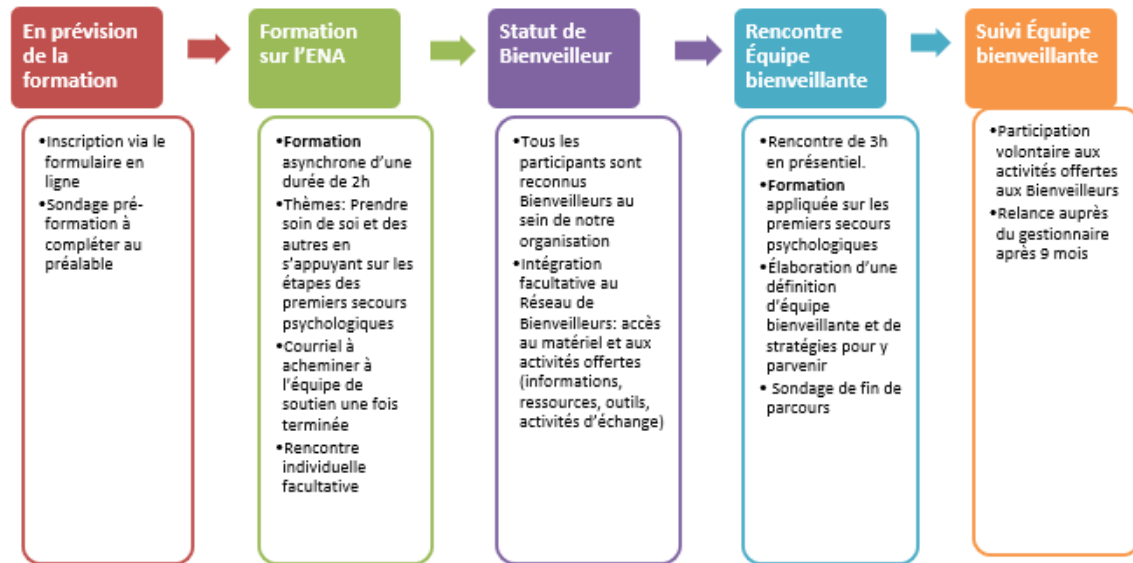
- Renforcer le soutien social et la cohésion au sein de votre équipe;
- Partager la responsabilité de veiller au mieux-être des collègues en étant plusieurs personnes dans l'équipe à être formées comme Bienveilleurs;
- Acquérir des connaissances et des compétences en matière de prendre soin de soi et prendre soin des autres;
- Améliorer vos habiletés en gestion du stress et de la détresse psychologique.

2 parcours offerts

Le parcours régulier : Formation en équipe et en présentiel



Le parcours adapté : Formation individuelle en ligne sur l'ENA



En joignant le Réseau de Bienveilleurs, vous aurez accès à :

- Une équipe de soutien;
- Des occasions d'échange entre Bienveilleurs;
- Des ateliers et des conférences thématiques;
- Le journal des Bienveilleurs;
- Des outils et des ressources pour continuer à développer votre coffre à outils afin de prendre soin de vous et des autres.

Pour plus d'information, ou pour signifier l'intérêt de votre équipe, communiquez avec nous à l'adresse Bienveilleurs.cisssca@ssss.gouv.qc.ca

