

Colloque du centre Le Passage

La santé mentale au travail : Les dynamiques relationnelles

Le Passage
CENTRE D'AIDE AUX PROCHES



Le 4 mai 2009 à l'hôtel Clarion de Québec

Inscrivez-vous
maintenant!

CLIQUEZ ICI

LES PARTENAIRES



Agence de la santé
et des services
sociaux de la Capitale-
Nationale

Des actions de prévention

Si plus de 40% des absences du travail sont dues à des problèmes de santé mentale au travail, l'Institut de la statistique du Québec (ISQ) précise qu'un québécois sur cinq souffrira de trouble mental au cours de sa vie.

Plus que jamais, il est important de comprendre comment on peut agir en milieu de travail.

Le centre le Passage a développé cette journée de formation dans le cadre de la semaine nationale de la santé mentale de manière à vous donner à la fois les moyens pour:

- IDENTIFIER les risques psychosociaux;
- COMPRENDRE les solutions de prévention;
- DEVENIR une Entreprise en santé.

**Venez apprendre à
changer votre entreprise**

Le 4 mai 2009 à Québec

Vous voulez savoir quoi faire pour prévenir l'épuisement professionnel dans la relation d'aide ou pour appuyer des employés qui vivent des expériences de vie difficiles.

Savez-vous que la principale raison qui motive les départs est l'équilibre travail - vie personnelle et non pas le salaire!

Les conférenciers

L'inventaire systémique de la qualité de vie au travail (ISQV) Un outil pour faire son diagnostic

par Gilles Dupuis, Ph.D. professeur

Vous voulez mesurer fidèlement les facteurs de risque psychosociaux au travail qui peuvent perturber l'équilibre travail - vie personnelle: Il faut utiliser l'ISQVT.

L'ISQVT offre la possibilité d'évaluer la qualité de vie de façon détaillée, rapide, conviviale et économique, à travers l'analyse des différents domaines de la vie au travail et d'ainsi faire un diagnostic qui vous permet de cibler les facteurs sur lesquels il faut agir à titre préventif.

**Les dynamiques relationnelles et
notre rapport au travail**

par Ellie Saint-Amour, M.A., travailleuse sociale

Dès l'enfance, nous apprenons à socialiser, nous intériorisons des dynamiques relationnelles que nous répétons partout où nous développons des liens.

Prendre conscience de ces scénarios relationnels nous aide à les transformer pour se bâtir un meilleur équilibre travail - vie personnel.

L'estime de soi au travail

par Claude Michel Gagnon, psychologue

L'estime de soi constitue sans aucun doute l'élément le plus important de la santé mentale et de l'équilibre psychologique en milieu de travail.

Au cours de cette conférence, par l'intermédiaire de faits vécus et d'exemples humoristiques, vous aurez l'opportunité d'inventorier divers moyens concrets afin d'améliorer votre estime de soi et celle des autres.

L'entreprise en santé

par Mario Messier, médecin du travail

Dans le cadre de sa conférence, Docteur Mario Messier vous présente les objectifs de la norme "Entreprise en santé" et les modalités d'application de cette dernière. Cette norme amènera les entreprises à agir sur quatre aspects reconnus pour avoir un impact significatifs sur la santé et la productivité de leurs employés, soit:

- Les habitudes de vie;
- L'équilibre travail-vie personnelle;
- L'environnement de travail;
- Les pratiques de gestion.



NE PAS HÉSITER À FAIRE VOUS
SÉRIEREMENT
1 800 361-8115

Le Passage
Centre d'aide aux proches des personnes dépendantes
drogues - alcool - jeu - médicaments - autres dépendances

www.centrelepassage.org
© 2008 centre Le Passage