

ON PEUT L'AIDER IDENTIFIEZ UN AIDANT NATUREL

« Après le verbe **AIMER**, **AIDER** est le plus joli mot du monde. »

Bertha Von Suttner (Prix Nobel de la paix 1905)

HISTORIQUE

- Les réseaux d'entraide sont à la base du syndicalisme.
- Le réseau d'entraide du SEC existe depuis 1993.
- Recrutement des aidants, un travail en parité avec les RH et la DG.
- De 1993 à 2010, près de 2 000 personnes aidantes ont été formées au SEC.
- Premier colloque sur l'Entraide en milieu de travail en 1998.
- Depuis 2002, l'Entre nous (périodique du réseau d'entraide) est publié une à deux fois par année.

Pour en savoir plus,
contactez votre délégué syndical.



ON PEUT L'AIDER IDENTIFIEZ UN AIDANT NATUREL

Le soutien social est un antidote à l'épuisement professionnel.

SAVIEZ-VOUS QUE ?

- Des chercheurs ont établi que l'organisation du travail est la cause principale des problèmes de santé mentale au travail (SMT).
- À ce jour, les milieux de travail n'investissent pas suffisamment dans des moyens organisationnels pour prévenir les problèmes de SMT. Ils privilégient plutôt les programmes d'aide à l'employé.
- Les réseaux d'entraide entre pairs, qui constituent un moyen organisationnel, sont de plus en plus reconnus comme un important facteur de protection en SMT. L'étude Vers un modèle intégré de prévention en SMT Le cas de la Commission scolaire des Patriotes (2008) en confirme l'importance et la valeur.

Pour en savoir plus,
contactez votre délégué syndical.





ON PEUT L'AIDER IDENTIFIEZ UN AIDANT NATUREL

« Savoir écouter, c'est posséder, outre le sien, le cerveau des autres. »

Léonard da Vinci

L'IMPORTANCE DES RÉSEAUX D'ENTRAIDE

- La tâche du personnel du secteur public ne cesse de s'alourdir. Des facteurs tels que : les compressions budgétaires, la réduction des services, la réforme, les mutations familiales ajoutent à cet alourdissement qui affecte la santé mentale au travail.
- C'est dans ce contexte que s'inscrit la mise sur pied d'un réseau d'entraide. Les personnes aidantes naturelles sont reconnues par leurs collègues pour leurs qualités humaines d'écoute et de réconfort. Elles peuvent appartenir à n'importe quelle catégorie de personnel.

Pour en savoir plus,
contactez votre délégué syndical.





ON PEUT L'AIDER IDENTIFIEZ UN AIDANT NATUREL

« Parler est un besoin, écouter est un art. »

Goethe

QUESTION

Une personne aidante naturelle risque-t-elle d'être submergée par les demandes de ses collègues ?

RÉPONSE

L'expérience nous a démontré, au cours des 20 dernières années, que le fait d'accepter de devenir aidante ou aidant n'a pas entraîné de surcharge. À part quelques blagues au retour de la formation de base, la vie a continué comme avant.

Pour en savoir plus,
contactez votre délégué syndical.



ON PEUT L'AIDER IDENTIFIEZ UN AIDANT NATUREL

Il faut écouter les gens sans chercher à leur faire du bien.

QUESTION

L'entraide représente-t-elle un surcroit de tâches ?

RÉPONSE

SURTOUT PAS ! Nous voulons justement protéger nos personnes aidantes. Voilà pourquoi l'entraide doit se pratiquer à l'intérieur des heures de travail.

Pour en savoir plus,
contactez votre délégué syndical.



Réseau des aidantes
et des aidants naturels
en milieu de travail

Syndicat de l'enseignement
de Champlain (CSQ)





L'entraide entre pairs se pratique d'égal à égal
sans contrainte et sans hiérarchie.

QUESTION

Les directions peuvent-elles forcer un collègue à consulter
une personne aidante ?

RÉPONSE

Absolument pas. Un des principes majeurs de l'entraide,
c'est qu'elle est LIBRE et VOLONTAIRE autant pour la personne aidante
que pour la personne aidée. Un réseau d'entraide ne constitue pas
un programme bénévole d'aide aux employés.

Pour en savoir plus,
contactez votre délégué syndical.



ON PEUT L'AIDER

IDENTIFIEZ UN AIDANT NATUREL

Étude de l'Université Emory à Atlanta

Parue dans le New York Times

QUESTION

Qu'est-ce qui goûte aussi bon que du chocolat et donne la même satisfaction que d'avoir de l'argent en banque, mais qui ne fait pas engraisser ni attirer l'attention du fisc ?

RÉPONSE

Aussi invraisemblable que cela puisse paraître, à l'ère de l'avidité pécuniaire contagieuse et des couteaux qui volent bas, des scientifiques ont découvert que le simple et brave fait d'aider une autre personne, déclenche une tranquille réaction de joie dans le cerveau. Finalement, choisir la confiance et non le cynisme, la générosité et non l'égoïsme, peut être rentable !

Pour en savoir plus,
contactez votre délégué syndical.



Réseau des aidantes
et des aidants naturels
en milieu de travail



Syndicat de l'enseignement
de Champlain (CSQ)



CSQ



ON PEUT L'AIDER IDENTIFIEZ UN AIDANT NATUREL

Nos assurances collectives

SAVIEZ-VOUS QUE ?

- En 2008, les troubles d'ordre psychologique représentaient 48% de nos invalidités longue durée (plus de 104 semaines) SSQ.
- En 2008, les psychotropes arrivaient au 1er rang des coûts et des réclamations des médicaments couverts par nos assurances collectives SSQ.

Pour en savoir plus,
contactez votre délégué syndical.



**NE RESTE PAS
SEUL DANS
TA BULLE**



**ON EST LÀ
POUR TOI**



**Niveaux des relations
et des services sociaux
en milieu de travail**



**Syndicat de l'enseignement
de Champlain (SEC)**



CSQ