



Fédération
des travailleurs
et travailleuses
du Québec



Compte-rendu de la téléconférence DSE du 9 novembre 2018

Bonjour

Voici le compte-rendu de notre excellente téléconférence du 9 novembre

La prochaine est prévue le vendredi 7 décembre à 14h (invitation envoyée)

Bonne lecture !

1/ Nouvelles du développement du programme

Prochaines formations DSE (douzième et treizième!) : 9-10 janvier et 27-28 mars aux Ulis.

Il reste des places et on compte sur vous pour en parler autour de vous. **Voir les 2 premiers documents ci-joints pour promouvoir et recruter !**

A visiter : notre site <http://dsecftc91.fr> (où vous trouverez la dernière version du guide de ressources externes version 8.8 du 9 novembre) a été entièrement rénové grâce à Véronique Gasnier et Corinne Duriez

11 interventions événements actuellement pour promouvoir et enrichir nos programmes d'aide :

1. Miroir Social le 2 octobre : témoignage sur les problèmes posés aux syndicats par la surcharge numérique des salariés et importance de la proximité, thème de la prochaine université CFTC HPE
2. ORSE (Observatoire de la Responsabilité Sociétale des Entreprises) : le 4 octobre. Une association qui parle de nous partout. Découverte d'un programme d'aide chez Sanofi pour les personnes qui ont un cancer
3. Axérial (réseau d'aidants à La Motte Beuvron) les 9 et 10 octobre. Idée nouvelle rapportée : un questionnaire qu'ils ont fait de diagnostic de leur réseau pour préparer cet événement
4. Conseil Territorial de Santé de l'Essonne le 11 octobre. Retour dithyrambiques sur notre présentation

5. Présence sous forme de stand sur un événement du syndicat CFTC Poste et Télécommunications avec Philippe Roure (Orange) le 6 novembre : 10 adhérents intéressés. Intervention en plénière prévue en mars
6. Distribution d'un tract DSE chez Safran : 12 novembre (Sandrine). **En pièce jointe.**
7. Atelier QVT Groupe UP le 15 novembre.
8. Le rôle de l'Inspecteur du travail en cas de souffrance d'un salarié
9. Événement CFTC Sicsti (pour promouvoir le réseau DSE Agapé) avec 150 participants CFTC le 26 novembre avec Agnès Hau
10. Événement « Relais 2018 du Dialogue Social » le 4 décembre : « Quel accompagnement individuel des salariés en recherche de nouveaux horizons professionnels ou en difficultés ? ». *Face aux difficultés individuelles du personnel qui resurgissent sur le lieu de travail, comment accompagner des salariés en détresse, en recherche d'assistance pour leur quotidien ou pour leur avenir professionnel ?*
11. Grand événement de lancement du concept QVG reporté à 2019 www.qvg.fr QVG = Qualité de Vie Globale = QVT + QVHT (Hors Travail) + Santé
12. LES TROPHÉES DE LA PAIX ÉCONOMIQUE : PREMIERE MONDIALE . 14 mai 2019, Grenoble Ecole de Management et la Chaire Paix économique, Mindfulness et bien-être au travail organiseront les premiers trophées de la paix économique avec pour objectif d'éclairer les initiatives pionnières qui renouvellent la relation entreprise-société. Le moment est venu de valoriser les travaux de recherche et leurs applications dans les nombreuses initiatives concrètes, pragmatiques et enthousiasmantes qui ont vu le jour dans les organisations.

2/ Lectures recommandées et ressources

Votre rôle est de redonner de la confiance à la personne aidée. Parce qu'il existe des solutions pour qu'elle aille mieux, et ces solutions vous les connaissez : celles qui sont dans l'entreprise ou proche de l'entreprise, le guide de ressources externes et le réseau des DSE en plus de ce que vous pouvez proposer spontanément ou en différé. La confiance en vous pour aider un salarié vient de ces ressources, de vos formations, du réseau, puis de l'expérience.

SOS Arrêt Maladie : Fascicule envisagé pour les DSE (Marc de F). Ce document pourrait être finalisé d'ici la fin de l'année.

Écoute active (Marc de R) : vidéo de formation CFTC (5 minutes)

<https://www.youtube.com/watch?v=p2fz-qddhYU>

Burnout (BD, Frédéric G) : <http://lavventura.blog.lemonde.fr/2018/10/04/burn-out-quand-le-travail-tue/>

Dépression (Frédéric G) : <https://www.ameli.fr/medecin/exercice-liberal/memos/pathologies/episode-depressif-caracterise-edc> et

<https://www.20minutes.fr/sante/2354627-20181016-depression-travail-82-actifs-vecu-depression-2017>

Bien-être au travail : <https://www.my-mooc.com/fr/path/bien-etre-au-travail>

Enquête sur le bonheur : quel est pour vous l'ingrédient le plus important pour vivre heureux ? Le succès ? L'argent ? Le mariage ? Les enfants ? Ne cherchez pas. C'est l'étude la plus longue jamais réalisée sur le bonheur par l'université de Harvard qui nous donne la réponse.

La voilà : **"La bonne qualité de nos relations nous rend plus heureux. C'est tout."**

C'est la conclusion ultrasimple de ce travail de recherche pourtant colossal. Une équipe de chercheurs a analysé **les vies de 724 hommes depuis 1938**, et le psychiatre et professeur américain Robert Waldinger, co-auteur de l'étude, a présenté fin 2015 les premiers résultats de ce suivi : **"Il s'avère que les personnes qui sont plus connectées socialement à leur famille, leurs amis, leur communauté, sont plus heureux."**

L'étude observe également que **les gens isolés sont non seulement moins heureux, mais leur santé décline plus tôt et ils ont des vies plus courtes**. Enfin, et si vous aviez un doute, Waldinger confirme très explicitement qu'aucun des résultats de l'étude n'indique **l'argent ou la célébrité comme des facteurs positifs** pour notre bonheur. De quoi méditer en ce jour de reprise.

Vidéos que nous pourrions rendre disponibles prochainement sur notre site internet : 2 heures d'enregistrement chacune, pour vivre un moment privilégié en compagnie de :

- Frédéric Lenoir & Martin Latulippe, qui vous parlent de **la Victoire sur Soi**,
- François Lemay & David Lefrançois sur **le lâcher prise**,
- Frédéric Lopez & Serge Marquis sur **l'Ego**,
- Christine Michaud & Arnaud Riou sur **l'amour de Soi**,
- Michel Cymès & Karine Champagne sur **le fun et la légèreté dans sa vie**,
- Lise Bourbeau & Mani Hesam sur **l'atteinte du bien-être malgré ses blessures**.

Jean-Paul propose de nombreuses autres ressources gratuites :

[Pour en finir avec la perfection...](#)

[Comment fonctionnent les émotions ?](#)

[21 signes de l'hypersensibilité \(et comment en faire une force\)](#)

[La méthode d'un moine bouddhiste pour pratiquer la respiration consciente](#)

[STOP : une méthode pour apprendre à surfer sur nos émotions \(et éviter les crises\)](#)

[Réparer les objets, réparer les relations : un conseil qui change la vie](#)

[3 façons de stopper l'influence des pensées négatives](#)

[L'hyper pouvoir de l'amour \(Florence Servan-Schreiber\)](#)

Un exercice pour se sentir bien (conseillé par un neuropsychologue)

Un des secrets des relations épanouies (amitié, famille, couple,...)

Nous échangeons sur l'importance de la respiration, Brigitte propose une formation en présentiel aux Ulis d'une journée à partir de janvier

3/ Études de cas

- Un salarié en souffrance suite nuisances sonores (suivie par Sandrine chez Safran). Dossier handicap à construire. J'ai proposé comme ressources : Valérie Ingouf notre DSE experte en matière de handicap et la fiche assistante sociale dans note guide de ressources. Le salarié est content que quelqu'un l'écoute. Dossier au CHSCT pour éviter que cet accident ne se reproduise. La fiche entreprise et le document unique sont-ils à jour ?
- Trois salariés aidants familiaux soutenus suite à une campagne CFTC HPE « Aidons les Aidants ». L'article diffusé aux salariés a été repris par Miroir Social. Dispositifs : congés de proche aidant et congé pour soutien familial. Ligne d'aide psychologique Psya. Formation gratuite en ligne <https://formation.aidants.fr/>. Informée et suite Négociations Annuelles, la direction HPE offre en plus cinq jours de congés pour les salariés dans cette situation.
- Un salarié a été arrêté pour trois semaines, en arrêt maladie. Est-ce important de distinguer un arrêt maladie ordinaire d'un arrêt pour accident du travail ou maladie professionnelle ? Il faut demander que cette maladie soit inscrite sur le registre des accidents bénins, ce qui permet une déclaration ultérieure d'accident du travail ou de maladie professionnelle.
- Cas de harcèlement moral (Henry C.) déjà ancien mais qui sera traité à la prochaine réunion DSE.

Pour les cas de harcèlement, un recours aux services de Garches (hôpital) peut-il être utile ? Oui, mais il faut aussi agir sur le plan juridique et avec l'inspection du travail. On en reparlera la prochaine fois car c'est un des principaux domaines où l'inspecteur du travail peut agir pour aider un salarié en souffrance. Une ressource qui ne figure pas encore dans notre guide !

A bientôt !



Jean-Paul Vouiller

Tél : 06 7577 4368



Rendez-nous visite sur : <http://dsecftc91.fr> et <http://www.anree.fr>



FORUM FRANCE – CANADA : AIDE DE PROXIMITÉ

Veronique Gasnier | Janvier 19, 2018

En 2016, la section CFTC de Hewlett Packard Enterprise (HPE) a initié un mouvement, celui des délégués sociaux en entreprises. De fait, 150 militants...

Savoir plus



ARTICLE SUR LE FORUM DU 16 NOVEMBRE 2017

Veronique Gasnier | Janvier 18, 2018

Forum France - Canada sur les réseaux d'aide aux salariés : "l'aide de proximité est plus que jamais nécessaire". Ce constat d'une universitaire québécoise...

Savoir plus



LA VIDÉO ET LES PHOTOS, FORUM FRANCE-CANADA 16 NOVEMBRE 2017

ganeshmand | décembre 14, 2017

Les pressions sur la performance, l'intensité du travail, l'augmentation de la violence, la surcharge numérique, les problèmes personnels de toutes sortes : autant de...

Savoir plus



DOCUMENTATIONS FORUM FRANCE-CANADA DU 16 NOV 2017

ganeshmand | novembre 17, 2017

Fiches de contact des intervenants au forum France-Canada
3Présentation Marc Thomas
4Présentation Louise Grenier
5Présentation JeanPaul Vouillernov2017
6Présentation Catherine Le Capitaine
Melanie DuFour Poirier- 16...

Savoir plus



16 NOV 2017 – FORUM FRANCE-CANADA : DE L'IMPORTANCE DES RÉSEAUX D'AIDE AUX SALARIÉS !

ganeshmand | juillet 18, 2017

Réservez votre place en cliquant ici; le nombre de places est limité ! Organisé par la CFTC HPE le jeudi 16 novembre à Issy-Les-Moulineaux...

Savoir plus



RÉSEAUX D'ENTRAIDE : UNE CLEF DU RENOUELEMENT SYNDICAL

ganeshmand | avril 25, 2017

C'est en mettant les moyens pour former et animer un réseau de délégués sociaux que la FTQ, le premier syndicat québécois, conforte sa position avec...

Savoir plus



CONFÉRENCE LE DÉLÉGUÉ SOCIAL DANS LES MILIEUX DE TRAVAIL

ganeshmand | mars 24, 2017

Les pressions sur la performance, l'intensité du travail, l'augmentation de la violence et du harcèlement, les problèmes personnels de toutes sortes, autant de réalités qui engendrent...

Savoir plus



DES MÉDECINS PERDUS FACE AU BURN-OUT DES SALARIÉS

ganeshmand | mars 13, 2017

Faciliter la reconnaissance de l'épuisement professionnel comme le propose le rapport parlementaire permettrait de créer les conditions pour que les médecins généralistes et médecins...

Savoir plus



LES DÉLÉGUÉS SOCIAUX AU QUÉBEC



RISQUES PSYCHOSOCIAUX



28ÈME CONFÉRENCE



SYNDICALISME ET

Afin de contribuer au respect de l'environnement, merci de n'imprimer ce courriel qu'en cas de nécessité

Nota : Les informations contenues dans ce message sont exclusivement destinées aux personnes nommées ci-dessus et peuvent contenir des données confidentielles ou protégées. Une erreur de transmission n'entraîne aucune renonciation à la confidentialité de ces données. Si vous n'êtes pas le destinataire prévu de ce message, vous êtes informés que vous ne devez pas l'utiliser, le divulguer ou le copier, sous quelque forme que ce soit. Si vous avez reçu ce courrier électronique par erreur, merci de le supprimer ainsi que ses éventuelles copies et d'informer immédiatement l'expéditeur.