



EN JUIN, ON FAIT LE BILAN !

RÉTROSPECTIVE 2020-2021 BRANCHÉS SANTÉ

Vous êtes invités à participer à la rencontre Bilan Branchés santé 2021 qui se tiendra de façon virtuelle le **17 juin** prochain où seront également invités les membres des comités locaux ainsi que du comité stratégique.

- ♥ Effectuer un bilan des activités réalisées par les comités santé et mieux-être locaux dans le cadre de la démarche Entreprise en santé
- ♥ Transmettre de l'information sur la nouvelle norme Entreprise en santé 2020
- ♥ Poser un regard vers l'avenir
- ♥ Créer des liens et favoriser la synergie entre les membres des comités et les ambassadeurs



QUAND: 17 juin 2021 de 14h30 à 16h30

COMMENT: En acceptant l'invitation reçue !

Au plaisir de vous voir en grand nombre !

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
des Laurentides

Québec



Participez à l'événement 1 000 000 de KM ensemble | Le grand défi Pierre Lavoie

Les 18, 19 et 20 juin prochains, partons à la conquête du *1 000 000 de KM Ensemble!* Parce que bouger, ça fait du bien, et c'est encore plus motivant ensemble !

Vous pouvez dès maintenant rejoindre le groupe Branchés santé CISSS Laurentides pour relever le défi.

Se rendre sur le site 1000000ensemble.com

- Créer un profil;
- Joindre votre groupe [Branchés santé CISSS Laurentides](#) dans le champ de recherche.
- Lors de la fin de semaine de l'événement, inscrivez vos kilomètres parcourus sur le site.

Toutes les activités sportives sont admissibles : course à pied, nage, vélo, marche, patin à roues alignées ou planche à roulettes, tous les moyens sont bons !

Pour en savoir plus,
visitez votre [page web Branchés santé !](#)

Pour en savoir davantage sur Branchés santé, consulter ce lien intranet:

[Branchés santé](#)

LA RECONNAISSANCE SE FAIT À TOUS LES JOURS !

Consultez la section Semaine de la reconnaissance et découvrez les [266 gagnants de prix](#) qui ont été remis durant toute la semaine. Il est encore temps d'utiliser les outils mis à votre disposition pour faire vivre de la reconnaissance, par exemple la [carte virtuelle pour dire « merci »](#) ou visionner les [vidéos de reconnaissances](#) d'une vingtaine de nos directeurs du CISSS des Laurentides.



RETOUR SUR LE MOIS DE LA SAN- TÉ PSYCHOLOGIQUE MAI 2021

Nous remercions les 607 participants qui ont participé à l'une des nombreuses activités / conférences du [mois de la santé psychologique](#) pour un taux de satisfaction à **87,7%** !. Vous pouvez encore consulter les outils mis à votre disposition. Certaines des conférences ont été enregistrées et sont disponibles [en rediffusion](#).

RETOUR SUR LE MOIS DE LA NUTRITION MARS 2021

Nous remercions les 708 participants qui ont participé à l'une des nombreuses activités / conférences du [mois de la nutrition](#) pour un taux de satisfaction à 93% !

L'ASCENSION COL DU NORDET HILLCLIMB 26 SEPT. 2021



Monter le mythique col du Nordet. Descendre le mythique col du Nordet. Voilà le défi qui attend les cyclistes qui participeront à cet événement qui porte bien son nom."

[L'Ascension du Col du Nordet Hillclimb](#) est un événement **vélo de route**. À la fin septembre le Nordet revêt ces couleurs automnales et est reconnu par sa tranquillité et ces points de vue époustouffants. Plusieurs passages entre 8% et 11% et près de 1000 mètres de dénivelé positif sur le trajet de 65km.

L'événement est organisé en collaboration avec La Foire Gourmande de Lac-Supérieur.

Pour vous inscrire, voici le [lien](#) !

Code promo : **6Laurentides** (10% pour l'événement)

Bravo aux co-organisateurs Yannick Rousseau et Vickie Vallée, deux employés du service alimentaire de l'hôpital Laurentien du CISSS des Laurentien!

TIRAGE DE 1000 CHAISES DE CAMPING / PRÊT DE CHAISES ADIRONDACK



Branchés santé est fier de vous offrir **1000 chaises de camping** qui seront tirées parmi les employés du CISSS de Laurentides leur permettant ainsi de les utiliser pour prendre une pause ou dîner à l'extérieur en toute sécurité. Aucune action n'est nécessaire pour s'inscrire aux tirages.

De plus, pour pallier au retrait des bancs et tables de pique-nique qui entraînent trop souvent des rassemblements de personnel, les employés de 17 installations auront accès à l'extérieur à un prêt de chaises Adirondack. Dans certains cas, les chaises seront déjà fixées au sol et dans d'autres cas, des abris tempos abriteront des lots de chaises permettant aux employés d'en prendre une et d'aller s'installer confortablement à l'endroit de leur choix.

Pour en savoir plus sur le sujet et connaître les 17 installations ciblées, consultez cette [note de service](#).

RETOUR SUR L'ÉVÉNEMENT COURIR À NOTRE SANTÉ JUIN 2021

Merci aux [donateurs Branchés santé](#) !! Grâce à vous, nous avons réussi à amasser 1270 \$ pour les fondations des hôpitaux Argenteuil et Saint-Jérôme.



LIFESPEAK

LIFESPEAK- VOTRE BIBLIO VIRTUELLE SANTÉ MIEUX-ÊTRE

Découvrez la formation vidéo vedette du mois : [Être résilient : Un atout pour tous les jours](#) !

Prenez quelques minutes pour consulter ce nouvel outil permettant de favoriser sa santé globale.

Plateforme de santé et de mieux-être LifeSpeak.

Près de 500 formations vidéo (d'une durée de 4 à 8 minutes chacune) regroupées sous différents thèmes, tels que la santé physique ou mentale, la nutrition, la gestion du stress, les finances, les relations, le perfectionnement professionnel, etc.

Ce service est totalement confidentiel et disponible 24 heures sur 24 et 7 jours sur 7.

Comment accéder à la plateforme? À partir d'un ordinateur, d'un cellulaire ou d'une tablette :

Allez à l'adresse : <https://cissslau.lifespeak.com>

Optez pour l'accès avec le compte de groupe;

Inscrivez le mot de passe client : **cissslau**